



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
EDUCATIVA**

**Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de
adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestra en Psicología Educativa**

AUTORA:

Raquel Paulina Ayamamani Zuñiga (ORCID: [0000-0002-9174-6953](https://orcid.org/0000-0002-9174-6953))

ASESORA:

Dra. Patricia Mónica Bejarano Alvarez (ORCID: [0000-0003-3059-6258](https://orcid.org/0000-0003-3059-6258))

LÍNEA DE INVESTIGACION:

Atención integral del infante, niño (a) y adolescente

LIMA – PERÚ

2021

Dedicatoria

A Dios por darnos la vida y la oportunidad de seguir formándonos profesionalmente.

A mis queridos padres y hermanos que día a día me muestran el valor de vida.

Al director y estudiantes de la institución educativa que permitieron sea posible realizar este trabajo

Agradecimiento

De una forma especial agradecer a la institución educativa, directivos, docentes y estudiantes que permitieron realizar este estudio. A mis queridos hermanos por su apoyo incondicional y su motivación diaria para alcanzar mis metas y objetivos, a ellos mi gratitud infinita ya que son las mejores personas a quienes aprecio con el corazón.

Índice de Contenidos

	Pág.
Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I INTRODUCCIÓN	1
II MARCO TEÓRICO	4
III METODOLOGÍA	14
3.1 Tipo y diseño de investigación	14
3.2 Variable y operacionalización	14
3.3. Población, muestra y muestreo, unidad de análisis	15
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	17
3.5 Procedimiento	18
3.6 Método de análisis de datos	18
3.7 Aspectos éticos	19
IV RESULTADOS	20
V DISCUSIÓN	27
VI CONCLUSIONES	32
VII RECOMENDACIONES	33
REFERENCIAS	34
ANEXOS	41
Anexo 1: Matriz de consistencia de la tesis	
Anexo 2: Tabla de operacionalización de las variables	
Anexo 3: Instrumentos	
Anexo 4: Ficha Técnica	

Anexo 5: Confiabilidad del instrumento

Anexo 6: Carta de presentación de la escuela de posgrado

Anexo 7: Autorización del nombre institucional

Anexo 8: Autorización de uso del instrumento por parte del autor
original

Índice de tablas

	Página
Tabla 1: Distribución de la población	15
Tabla 2: Muestra de la población	16
Tabla 3: Distribución de la frecuencia de la Resiliencia en el GE y GC	19
Tabla 4: Resultados inferenciales de la resiliencia según pre y post test	20
Tabla 5: Resultados inferenciales de la dimensión ecuanimidad según pre y post test	21
Tabla 6: Resultados inferenciales de la dimensión sentirse bien solo según pre y post test	22
Tabla 7: Resultados inferenciales de la dimensión confianza en sí mismo según pre y post test	23
Tabla 8: Resultados inferenciales de la dimensión satisfacción personal según pre y post test	24
Tabla 9: Resultados inferenciales de la dimensión perseverancia según pre y post test	25

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar los efectos del Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021 y el objetivo específico fue determinar la influencia del taller “mi fuerza interior” en las dimensiones de la resiliencia. Se plantea una investigación aplicada con enfoque cuantitativo, diseño experimental – cuasiexperimental. Se contó con una muestra de 30 estudiantes, 15 para el GE y 15 para el GC. La técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento usado fue la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993). La variable “resiliencia” estuvo conformada por 5 dimensiones, ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, satisfacción personal y sentirse bien solo. Los resultados del estudio permitieron determinar que el programa “mi fuerza interior”, genero influencia significativa en la variable y en cada una de sus dimensiones, pues se evidencio una diferencia significativa entre el pre test y post test del GE.

Palabras clave: resiliencia, CEBA, ecuanimidad, grupo control, grupo experimental.

ABSTRACT

The main objective of this research was to determine the effects of the Workshop "my inner strength" on the resilient attitude of adolescents, of a CEBA, Tambopata 2021 and the specific objective was to determine the influence of the workshop "my inner strength" in the dimensions of the resilience. An applied research with a quantitative approach, experimental design - quasi-experimental is proposed. There was a sample of 30 students, 15 for the EG and 15 for the CG. The technique used was the survey and the instrument used was the Wagnild and Young (1993) resilience scale. The variable "resilience" was made up of 5 dimensions, equanimity, perseverance, self-confidence, personal satisfaction and feeling good alone. The results of the study made it possible to determine that the "my inner strength" program generated a significant influence on the variable and on each of its dimensions, since a significant difference between the pre-test and post-test of the EG was evidenced.

Keywords: Resilience, CEBA, equanimity, control group, experimental group.

I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial las personas de diferentes edades, sexos, en diversos espacios, contextos socioculturales y etapas de su vida cotidianamente enfrentan situaciones adversas de las que requieren recuperarse o superarlas de manera favorable, desarrollando su resiliencia considerada como un recurso que ayuda al ser humano a afrontar las situaciones difíciles que tienen que enfrentar cotidianamente que hace que las personas sean capaces de desarrollar actitudes y habilidades interpersonales.

La adolescencia es un espacio en la vida de las personas donde atraviesan situaciones conflictivas a nivel interpersonal y en su entorno, siendo un periodo de varios cambios que requiere una atención y acompañamiento permanente para la construcción de su personalidad, en tal sentido el proceso educativo es un factor que contribuye a su desarrollo cognitivo e interpersonal, sin embargo, existe un grupo de población adolescente con retraso y deserción escolar quienes desarrollando su actitud resiliente han tomado la decisión de dar continuidad a tu estudios secundarios en la modalidad de Educación Básica Alternativa CEBA.

Unos estudios realizados en diversos países, dejaron en evidencia que en Perú existe un índice de deserción entre el 50% y 60%; entre sus causas figuran la precaria situación económica de las familias, el desinterés y, el embarazo adolescente (CEPAL, como se citó en Plan internacional, 2021). Por otra parte, de acuerdo al Instituto peruano de Economía ([IPE]2017) existen aproximadamente 7.7 millones de individuos que se encuentran en etapa de niñez y adolescencia, de los cuales un 75% forman parte de instituciones educativas del sector público. En ese mismo año la entidad del estado reportó una deserción de 6.3% en estudiantes de nivel secundario que fluctúan entre los 13 y 19 años de edad (Defensoría de Pueblo, 2017).

Según (LGE) N° 28044 el reglamento de educación básica alternativa el CEBA es una forma de acceso y restitución de su derecho a la educación a estudiantes que no accedieron a la Educación Básica Regular durante los tiempos correspondientes y puedan adquirir actitudes y aptitudes para enfrentar situaciones en su vida diaria y pueda acceder a otro nivel educativo.

La presente investigación se realizara con adolescentes del Centro de Educación Básica Alternativa CEBA, estos adolescente debido a factores

socioculturales provienen de familias disfuncionales, multiproblemáticas en situación de vulnerabilidad que a su vez han enfrentado situaciones adversas propias de la adolescencia, tales situaciones y experiencias de vida han ocasionado su deserción y retraso escolar encontrándose en situación de vulnerabilidad social en relación a su nivel de estudios, por consecuencia limitando el desarrollo óptimo de sus actitudes resilientes, como el enfrentar los problemas y adversidades de forma adecuada, por lo tanto es importante enseñarles a identificar y desarrollar sus actitudes resilientes para que a largo plazo tengan las herramientas adecuadas con las cuales puedan afrontar situaciones problemáticas contribuyendo a su estabilidad emocional que se decide hacer esta investigación ejecutando el taller “mi fuerza interior” en adolescentes del CEBA con la finalidad de desarrollar su actitudes resilientes y puedan enfrentar su realidad actual, y que a largo plazo tengan la capacidad de tomar sus decisiones de manera acertada.

Considerando la problemática descrita y las alternativas educativas respecto al desarrollo de la resiliencia plantee la siguiente pregunta ¿Cómo influye el taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021? sí también se tiene como problema específico ¿Cómo influye el taller “mi fuerza interior” en cada una de las dimensiones de la resiliencia de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021?.

Esta investigación es justificada teóricamente a partir del desarrollo de las bases teóricas como respaldo científico, fue analizado a partir de las teorías, modelos, definiciones, componentes y dimensiones en relaciona la variable resiliencia, para ser empleada en la investigación la misma que servirá de antecedentes a futuras investigaciones dentro del ámbito que permitirá a través de los resultados desarrollar actitudes resilientes de adolescentes entre 16-18 años de edad estudiantes del CEBA, respecto a la justificación metodológica de esta investigación tiene como punto partida el objeto de estudio una realidad social actual en la que se empleara un instrumento validado para la recolección de datos en dos grupos considerados como grupo de control y grupo experimental, dicho instrumento ha pasado por el proceso de rigurosidad científica en relaciona a su validez y confiabilidad para su aplicación en el Perú; así mismo en relación a la justificación practica esta investigación pretende

contribuir a la formación de adolescentes con actitudes resilientes capaces de superar adversidades en su vida cotidiana y en un futuro sean adultos funcionales con recursos óptimos para tomar decisiones adecuadas frente a situaciones adversas.

Este proyecto tiene como propósito fundamental determinar los efectos del Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021 y el objetivo específico es determinar la influencia del taller “mi fuerza interior” en cada una de las dimensiones de la resiliencia de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021.

Plantando la siguiente hipótesis general existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021 y como hipótesis específica existe influencia significativa del taller “mi fuerza interior” en las dimensiones de la resiliencia de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021.

II. MARCO TEÓRICO

Es fundamental hacer mención de estudios vinculados a la variable de investigación; por ello a nivel internacional se plantea la investigación de Sakuma, et al. (2020) realizado en São Paulo Brasil, relacionado con un programa de resiliencia en adolescentes, tuvo como objetivo elaborar datos y experiencia para desarrollar un programa de resiliencia con base en la bioecología del desenvolvimiento humano, como una práctica de desenvolvimiento social y emocional para promover interacciones armoniosas, salud y bienestar en los adolescentes brasileiros, en cuanto a la metodología utilizada se sabe que este estudio ha sido parte de un proyecto mayor titulado “construcción de la resiliencia de los adolescentes: un abordaje bioecológico”.

Fue elaborado en la forma de investigación acción para entender el fenómeno de resiliencia en la adolescencia y elaborado una propuesta de intervención educativa en diferentes tipos de contextos; fue posible elaborar un programa de resiliencia por medio de el coaching e de intervenciones educativas, aumentando el repertorio de prácticas para el desenvolvimiento de creencias e comportamientos positivos de los adolescentes, que dentro de la visión de la bioecología de el desenvolvimiento humano, estas intervenciones incluirán la participación de los adolescentes, de las familias y de los educadores con resultados significativos en la construcción de la resiliencia e de comportamientos que previenen la violencia y el bullying, que también promueven la salud mental y el bienestar.

Por otro lado, se menciona a Zubizarreta et al. (2020) con su estudio realizado en España relacionado con la resiliencia en deportistas, cuyo objetivo fue determinar los niveles en la resiliencia y en cada una de sus dimensiones. Así también, se realizaron comparaciones a nivel intra e intergrupales de acuerdo a su competencia y género. El estudio contó con 435 participantes de ambos géneros, los cuales respondieron a un cuestionario sociodemográfico y a la escala de resiliencia. Los resultados de la investigación evidencian que aquellos individuos que practican deporte solos, alcanzan un nivel medio de resiliencia y de competencia personal, mucho mayor que aquellos que entrenan en grupo; otro de los resultados que se observaron fue niveles más bajos en mujeres que en hombre en la dimensión aceptación a uno mismo.

Así mismo Morelato et al. (2019) realizó un estudio cuyos objetivos fueron incitar recursos sociocognitivos relacionados a la resiliencia evaluando la efectividad de un programa de intervención comparándolos entre grupos completos y reducidos. Esta investigación cuenta con un diseño cuasiexperimental con pre - post evaluación, compuesto por una muestra de 95 escolares El instrumento que se usó fue el cuestionario de Resiliencia (González-Arratia & Valdez-Medina, 2011), Solución de problemas en Situaciones de Vulnerabilidad Familiar (SPVF, Morelato, 2019), Test de Creatividad Gráfica (Marín- Ibañez, 1995) y Test de Usos Inusuales (Guilford, 1950). de esta información obtuvimos que los participantes del grupo reducido tuvieron un aumento de habilidades . Concluye que es importante aplicar este programa en los colegios.

Otro estudio realizado por Corchado (2017) en España tuvo como objetivo examinar a adolescentes que han atravesado situaciones de riesgo adversas , quienes después de participar de programas de intervención psicossocioeducativas pueden desarrollar actitudes resilientes, utilizó el diseño no experimental con en la población muestra de 507 adolescentes que pertenecieron a 4 grupos en situación de riesgo a nivel social, se empleó de manera agrupada, una adaptación menor de la escala de resiliencia de Wagnild & Young (1993) considerando el herramienta más conveniente en esta investigación para realizar el estudio de resiliencia aplicado a una población adolescente, las variables de medida han sido variables sociodemográficas y resiliencia; respecto a los logros se han encontrado discrepancias estadísticamente notables en resiliencia entre grupos de adolescentes en proceso de recuperación del consumo de sustancias narcóticas en comparación a los que se encuentran en situación de amparo legal y los que cometieron infracciones mostraron calificaciones parecidas a las del grupo de comparación.

Según Osorio (2017) este estudio realizado en Santander Colombia propuso como objetivo general de la investigación elaborar estrategias socio-pedagógicas fundadas en la resiliencia con la finalidad de mejorar las capacidades, los resultados que obtienen los estudiantes a través del proceso enseñanza-aprendizaje, este estudio tuvo como base la metodología acción participación de los agentes involucrados en la

institución educativa partiendo desde la observación y aplicación de instrumentos cuantitativos.

Cayetano (2020) el objetivo de su estudio propuesto fue establecer los resultados del programa en una institución educativa de Huamachuco. Esta investigación fue aplicada en una población de 203 estudiantes y una muestra de 58 estudiantes, repartidos en GE y GC, ambos conformados por 29 estudiantes. Fue un estudio experimental, cuantitativo y diseño cuasi experimental. El instrumento usado fue La Escala de Resiliencia elaborada por Wagnild y Young (1993), que tuvo como resultado un nivel moderado alta con 51% y nivel alto con 14%, y $T \text{ Student} = 8.811$ y $\text{Sig} = 0.000$. Se concluye que el programa ayuda de manera positiva la resiliencia de los estudiantes de secundaria.

Roca (2019) realizó un taller en Ancón con la finalidad de promover la resiliencia en un grupo de estudiantes reclusos en prisión, la metodología desarrollada fue de participación activa con la finalidad de lograr aprendizajes significativos que les permita a los participantes aplicar en algún momento de su vida todo lo aprendido. Se utilizaron dinámicas y lectura durante el desarrollo del taller, lo que permitió alcanzar los objetivos del estudio que dejan en evidencia que el programa permitió mejorar los niveles de resiliencia en el GE, muy al margen de la situación que los estudiantes estaban enfrentando en ese momento.

En el ámbito nacional también se cuenta también con el estudio de Polo (2019) realizado en la ciudad de Trujillo busco determinar el impacto de un taller para mejorar la resiliencia en adolescentes albergados por una institución del estado. El estudio se presenta como cuasiexperimental y cuenta con la participación de 25 adolescentes, 13 pertenecieron al GE y 12 al GC, obteniendo la muestra a través de tipo de muestreo no probabilístico; para el procesamiento de la información fue realizado en el programa SPSS se utilizó el estadístico U de Mann Whitney, el cual mediante su análisis demostró que existía una diferencia significativa entre ambos grupos, con una desviación estándar superior en GE en comparación con el GC.

El estudio realizado a través del Ministerio de Educación por Aguilar (2018) en la ciudad de Cusco titulado Resiliencia en la escuela: Un camino saludable, cuyo objetivo principal fue evaluar el nivel de resiliencia a estudiantes del quinto grado de

nivel secundario, la metodología estuvo basada en graficar los elementos generales de la resiliencia y así poder proponer acciones que permitan abordar y desarrollar la resiliencia en otros colegios evaluados, utilizando un diseño descriptivo, para ello se aplicó la Escala de Resiliencia SV-RES de Saavedra y Villalta de los resultados se deduce que de la población muestra el nivel de resiliencia es significativamente bajo quienes a su vez tienen elementos internos de protección como son como generatividad, aprendizaje, autoeficacia, identidad y pragmatismo; sin embargo carecen de elementos de protección externos lo que puede explicarse que estos estudiantes carecen de un respaldo familiar adecuado.

Salvador (2018) en su investigación tuvo como objetivo desarrollar capacidades resilientes en adolescentes de primer año de educación mediante la ejecución de un programa. La muestra estuvo conformada por 29 estudiantes y un GC de 26 estudiantes con edades que oscilan entre 11 y 13 años del primer grado del nivel secundario. Se utilizó un instrumento de diseño instruccional con una batería gradual de 12 sesiones de aprendizaje con metodología activa y participativa La investigación fue cuasi experimental y su diseño fue aplicado con pre y post prueba además de grupos intactos. En los resultados se observó que luego de la aplicación del programa un 48% es decir 14 estudiantes desarrollaron capacidades de protección resiliente. Así es como con el 95% de confianza, se logró comprobar la hipótesis, verificando que el programa de prevención desarrollo en gran magnitud las capacidades resilientes de los adolescentes del primer grado del nivel secundario.

Según Salinas (2017) un estudio realizado en Perú en la región de La Libertad Trujillo, tuvo como objetivo establecer el impulso de la resiliencia mediante talleres de que permitan el desarrollo personal de estudiantes, el método fue un tipo de estudios cuantitativo, el diseño de la investigación pre experimental realizado a un grupo único que se aplicó un pretest y postest y el instrumento de recolección de datos de la variable resiliencia, arribando a las conclusiones de que los talleres promueven significativamente la resiliencia en los estudiantes de educación secundaria, así mismo antes de la aplicación del taller en la evaluación pre test los estudiantes tenían un nivel regular respecto en relación a la resiliencia y posterior al desarrollo del taller se obtuvo que se encontraban en un nivel bueno en relación a la resiliencia.

Ascoy (2017) plantea como objetivo en su investigación mejorar las habilidades para la vida de los adolescentes mediante la aplicación de un programa cognitivo conductual. Esta investigación es de tipo mixto con diseño cuasiexperimental. Se ha considerado como muestra a adolescente de una institución mixta de edades que oscila entre 15 y 17 años de edad siendo un total de 50. El instrumento usado fue el Test de Habilidades para la Vida de Díaz, Rosero, Melo y Aponte (2013). En los resultados se encontró disimilitudes importantes en cada una de las dimensiones de los test aplicados a la muestra de grupo experimental y control. En conclusión, el programa aplicado contribuye en el desarrollo de habilidades en los adolescentes.

Un estudio realizado por el autor Alvarado (2015) en la ciudad de Trujillo, se propuso como objetivo valorar un programa educativo sobre la inteligencia emocional para poder optimizar la actitud resiliente de estudiantes del quinto grado población considerada con los niveles de pobreza extrema de la ciudad donde se desarrolló el estudio, en cuanto a la metodología se utilizó el diseño cuasi experimental con pre y post test, con el grupo experimental se ha desarrollado 10 sesiones del programa, tras ser ejecutado las sesiones los resultados expresan un progreso significativo en relación a los niveles de resiliencia de los estudiantes.

Es primordial brindar sustento teórico a la investigación, por ello se recurre a algunos autores que exponen de la variable. La literatura considera que en primer lugar se debe comprender los enfoques de la resiliencia para poder luego administrarla. Al intentar entender los orígenes de la psicopatología, es como surge el enfoque de la resiliencia; diversos estudios demostraron que, a pesar de las predicciones de los investigadores, todavía existía un grupo de niños sin problemas psicológicos. Inicialmente se presume que esos niños se estaban adaptando correctamente pues eran “invulnerables”; es decir, podían “resistir” al infortunio (Grotberg, como se citó en López, Roger y Ordaz, 2020).

El siguiente paso fue conceptualizar el término “resiliencia”, en lugar de “invulnerabilidad”; puesto que es posible promover, algo que no ocurre con la “invulnerabilidad” ya que se considera una característica inherente al individuo. Según Infante (como se citó en García del Castillo, García del Castillo-López, López-Sánchez y Díaz, 2017), la resiliencia busca comprender como todas las personas en su vida

cotidiana superan situaciones conflictivas, adversas que a pesar de haber sido víctimas y atravesar episodios de pobreza, violencia doméstica que aún tiene las esperanzas de ser superadas.

Luthar, Cicchetti y Becker creen que, en el campo de la intervención psicosocial, la resiliencia se dedica a promover procesos que involucran a los individuos dentro de su medio social, ayudándolas a superar riesgos y optimar su acceso a servicios. Se considera que la resiliencia es el historial de adaptación de una persona que ha sido expuesta con éxito a peligros biológicos; asimismo, se relaciona con la posibilidad de que en el futuro pueda seguir siendo menos sensible a los factores estresantes (como se citó en Lacruhy y Perpuli, 2021).

Si bien los autores utilizan el componente de adaptación positiva como sinónimo de resiliencia en la definición, las diferencias entre estos fenómenos se deben a que para que este último se desarrolle debe haber condiciones de protección y riesgo. Se conoce que un individuo con un comportamiento resiliente busca superar una situación adversa e ir más lejos de donde estaba en el momento del desastre. La adaptación en cambio, no implica requisitos previos y refiere fundamentalmente a la proximidad de una situación particular, así como al control de implicaciones para el futuro.

También es importante conocer las corrientes teóricas de la variable; dentro de las teorías de la resiliencia, se puede mencionar las teorías del desarrollo psicosocial de Grotberg (como se citó en López et al., 2020) llamada también teoría de las fuentes de la resiliencia. Según el autor, es un proceso en el que hay factores, comportamientos y resultados; en vista de ello, la adaptabilidad es más que una respuesta al desastre, pues desarrolla factores de adaptabilidad, determina la adversidad, selecciona el nivel y tipo de respuesta adaptativa, y mide los resultados, brindando felicidad y una mejor calidad de vida. Grotberg (como se citó en López, Roger y Ordaz, 2020) efectuó un estudio detallado de esos factores y creyó que ellos involucran apoyo externo, fortalezas personales y habilidades interpersonales; asimismo, indicó que se pueden reconocer por tener algunas expresiones verbales como yo tengo, yo puedo, yo soy/estoy.

En otro ámbito, Wolin y Wolin (como se citó en Wang et al., 2020) proponen la teoría de riesgo y desafío, donde consideran que la mala experiencia puede servir para

crear una capacidad de soporte, por tanto, lo contrario no perjudica al sujeto, consiguiendo con ello un beneficio personal. Entonces, bajo estos conceptos, los autores usan la mánkala de la resiliencia que abarca siete elementos; y estos son, introspección, independencia interacción, iniciativa, humor, creatividad, moralidad.

Asimismo, se planteó la teoría de los rasgos, desarrollada por Wagnild y Young (como se citó en Mao et al., 2021), quienes aseveran que la resiliencia es un elemento positivo de la personalidad, que promueve la adaptación pues logra reducir los efectos negativos generados por el estrés. Se les denomina resilientes a las personas con adaptabilidad, coraje, flexibilidad, tranquilidad y equilibrio, frente a las calamidades de la vida.

La variable en estudio también ha sido analizada desde el abordaje bioecológico o de desenvolvimiento humano y el concepto de resiliencia profesional ; que Según Bronfenbrenner, 2002 (como se citó en Bersch, Â.A., Yunes, M.A., & García, N.M. 2020) refiere sobre a resiliencia profesional en el ámbito del enfoque bioecológico y la educación ambiental, estas reflexiones teóricas e implicaciones prácticas que según la teoría de Bronfenbrenner , los individuos están directamente influenciados por la forma en que perciben y se relacionan con el entorno que les rodea, así como como cómo los lugares son influenciados y modificados por individuos en una relación recíproca; La teoría bioecológica posibilita la mirada ecológica, la cual se enfocará en los contextos donde se insertan los individuos, con el fin de comprender su curso de vida y cómo estos contextos se relacionan e interfieren en la vida de este sujeto, en tal sentido el microsistema es el entorno más cercano a las personas, donde tienen lugar las relaciones cara a cara.

En el recorrido histórico de la variable, algunos autores han brindado ciertas definiciones sobre resiliencia; entre ellos se cuenta con Wagnild y Young (como se citó en Mao et al. 2021) quienes definen la resiliencia como una característica que tiene como función mitigar las consecuencias negativas del estrés y lograr la adaptación de las personas. También está Luthar, Cicchetti y Becker (como se citó en Lacruhy y Perpuli, 2021). quienes refieren que la resiliencia se desarrolla de manera recurrente, activa y se adecua de forma efectiva en un ámbito desfavorable; dichos teóricos comentan también que la resiliencia es una capacidad que se expone frente a

ocasiones adversas y que es una herramienta para cumplir objetivos y metas pre establecidos.

Por otro lado, para Mayordomo (como se citó en Rivas et al.,2017) considera que la resiliencia consta de recursos tales como la autoestima, la psicología positiva y características personales que se adquieren en el crecimiento del individuo, que fomentan la flexibilidad antes los cambios forzados, considerando ello la resiliencia es un proceso desarrollado a nivel personal expresado a manera de optimismo que permitirá uno mismo superar las situaciones adversas en su vida diaria.

Dentro de la clasificación que se ajusta al estudio se proponen Wagnild y Young (como se citó en Mao et al., 2021), quienes clasifican la resiliencia en: 1) Resiliencia psicológica, que implica los aspectos positivos de respuesta y formas de proceder de la personalidad de sujetos en el afrontamiento, la cual facilita la administración de las adversidades y el estrés; 2) resiliencia familiar, que comprende a cada uno de los pertenecientes de la familia, que se fortalecen ya sea de manera grupal o individual, además de permitir el desarrollo de los sujetos a la adecuación de estilo de vida, creencias, recursos y desafíos psicosociales que se presenten; 3) resiliencia comunitaria, trabaja de manera solidaria, donde la gente brinda apoyo a algún integrante de su comunidad. La cuarta clasificación propuesta por Wagnild y Young (como se citó en Mao et al., 2021) es la resiliencia vicaria, que supone al terapeuta como respuesta resiliente de un paciente con algún trauma, este efecto también se da con familiares, amigos, etc. La quinta y última clasificación es la resiliencia espiritual, que ofrece a los individuos la aptitud de lograr enfrentar el estrés o las adversidades, además de suponer capacidad de amar, comprender, perdonar por otro lado la mente sería capaz de ser racional y objetiva., por lo tanto, el cuerpo sería saludable y los resultados positivos.

Según Bissonnette (como se citó en Saputri, 2018) entre los componentes de la resiliencia se encuentra en primer lugar la rivalidad popular; esta propiedad tiene dentro características como la de responder ante algún estímulo, mantener una comunicación eficiente, ser empático y tener un buen accionar solitario frente a la

sociedad y tener un accionar solidario frente a alguna situación negativa, que al final la transforma en algo divertido.

El segundo componente planteado por Bissonnette (como se citó en Saputri, 2018) es la resolución de problemas; para detectar la resiliencia de las personas en la en gran parte de casos desde la primera infancia, puesto que se aprecia la capacidad de ser moldeables frente situaciones desfavorables, intentando encontrar soluciones diferentes. Ya en la adolescencia, se fortalecen y fijan los aprendizajes adquiridos durante la infancia.

El tercer componente es la autonomía; que refiere al concepto de independencia, frente al desarrollo de su capacidad de toma de decisiones durante actividades cotidianas controlando también sus reacciones frente a diversas situaciones fortaleciendo su identidad (como se citó en Saputri, 2018). Y como cuarto y último componente es el sentido de propósito y de futuro, se relaciona con la autonomía ya que manifiesta ciertos elementos protectores que sobrellevan a obtener efectos favorables en cuanto a la resiliencia, cuando se tienen metas lo vemos viable, convirtiéndose en motivación para plantearse objetivos igual de interesantes.

Para el presente estudio se considera la resiliencia aplicada a la psicología, la cual considera cinco dimensiones que según los autores posibilita medir eficientemente el grado de resiliencia de los individuos de diferentes edades. La primera dimensión denominada “ecuanimidad” es definida por Wagnild y Young (como se citó en Mao et al., 2021) como conservar la visión equilibrada de nuestra vida y vivencias, connota la destreza de tener en cuenta un extenso campo de vivencias, aguardar en calma deberá asumir, enfrentar de manera asertiva, moderada frente a situaciones adversas.

La segunda dimensión “Sentirse bien solo” es una capacidad que permite entender la particularidad de las personas respecto a su ciclo de vida, y habrá situaciones que puedas confrontar solo y otras que no, el sentirse bien proporciona un sentido de independencia y concepto de ser únicos. La tercera dimensión “confianza en sí mismo” tiene relación con las características del sujeto que cree en sí mismo y sus habilidades. Según Wagnild y Young (como se citó en Mao et al., 2021) es la

función de creer en uno mismo y sus propias capacidades, del mismo modo, es cuando el individuo se siente dependiente de uno mismo de sus fuerzas y restricciones.

La cuarta dimensión “perseverancia”, es la capacidad para ser persistente ante aquellas situaciones adversas, para así poder contar con un deseo de progreso y autodisciplina. La perseverancia manifiesta un impulso y aspiración de seguir combatiendo por rehacer la vida, y por tanto seguir participando en la autodisciplina (Wagnild y Young, como se citó en Mao et al., 2021), también se considera como un valor positivo, el cual incrementa la autoestima y por ende permitirá alcanzar aquellos objetivos planteados en cualquier ámbito. La última dimensión planteada desde la resiliencia aplica a la psicología es “satisfacción personal”. Según Wagnild y Young (como se citó en Mao et al., 2021) precisa como la capacidad de comprender el sentido de la vida y evaluar la propia contribución, tener una razón para vivir, en otras palabras, hace referencia a cómo se distingue positivamente el sentido de la vida y cómo se construye.

En el desarrollo de esta investigación se ejecutaran talleres para determinar los efectos del Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, para ello se desarrollaran en 10 sesiones de talleres de las cuales dos sesiones estarán orientadas a cada dimensión considerando que la teoría de la resiliencia cuenta con 5 dimensiones y cada sesión tendrá una duración de 35-40 minutos, se desarrollara a través de una video llamada por la aplicación de whatsapp debido a que es el más accesible para los estudiantes de este sector.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de Investigación:

La investigación es de tipo aplicada de enfoque cuantitativa, debido a que el análisis del tema de investigación se realizará a través de un procedimiento que permitió medir los resultados esto a partir de una hipótesis inicial y estos resultados serán medidos estadísticamente. (Monjarás et ál., 2019). Por su parte Cazau (como se cita en Domínguez, 2020) indica que hay una relación entre la investigación pura y la aplicada mientras que uno se introduce en la epistemología de la realidad, el otro explica el uso y aplicación con el respaldo del marco teórico.

Así mismo de acuerdo a Sanchez (2019) precisa que los estudios realizados bajo este tipo de investigación aplicada porque lo fenómenos a ser estudiados pueden ser medidos es, decir se le asigna un número que será procesado mediante el uso de técnicas estadísticas para su análisis de los datos obtenidos.

Diseño de Investigación:

Esta investigación es de diseño experimental con sub diseño cuasi experimental; Palella, (como se cita en Alcas y Panta ,2019) al referirse al diseño, muestra que esta es una estrategia que los investigadores plantean como hipótesis para resolver un problema formulado en un estudio. Según Carrasco (como se cita en Noblecilla, 2018). Esta metodología nos proporciona herramientas teóricas y prácticas para resolver problemas encontrados en un contexto dado a través de métodos científicos.

Según Ponce y Pasco (como se cita en Ezcurra et al.,2019) en primer lugar el investigador debe plantear el enfoque, seguido de un método de estudio además de escoger entre las distintas técnicas de recaudación de datos tales como experimento, estudio, etnografía, entre otras, considerando que este diseño se recopilan datos en dos momentos diferentes para determinar los efectos del taller.

3.2. Variables y operacionalización

Variable Independiente: Taller “mi fuerza interior”

Definición conceptual:

De acuerdo Barakaldo, (2015) plantea que un taller está considerado como un propósito de acciones estructuradas en relación a un aprendizaje que involucra la participación del grupo de personas al cual está dirigido. Partiendo de ello estas acciones propuestas en el taller “mi fuerza interior” se ha considerado que a partir de que esta capacidad de la resiliencia es dinámica, por lo que las cualidades resilientes se pueden adquirir, desarrollar y aprender.

El taller mi fuerza interior han sido diseñado y organizado en cinco módulos y cada uno de ellos consta de 02 sesiones, el taller en general tuvo la finalidad de fortalecer los niveles de resiliencia de los estudiantes a través de un conjunto de estrategias establecidas para su edad y nivel educativo, considerando la situación actual que atravesamos se ha desarrollado de manera virtual haciendo uso de los recursos tecnológicos que los estudiantes tengan alcance para su participación.

Variable Dependiente: Resiliencia

Definición conceptual: Característica que tiene como función mitigar las consecuencias negativas del estrés y lograr la adaptación de las personas, según Wagnild y Young.

Definición operacional: Se determinó mediante la Escala de “Resiliencia de Waldnild y Young publicada en el año 1993”, La Escala de Resiliencia en su versión peruana consta de un total de 25 ítems y 5 dimensiones son: Ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza, perseverancia y satisfacción.

Indicadores: De acuerdo al autor en referencia a la variable dependiente se sabe que cada dimensión serán medidas en el escalamiento Likert (ver anexo 2)

3.3. Población, muestra y muestreo

Población: Para el presente estudio la población está conformada por 30 estudiantes de dos grupos diferentes quienes cursan el primer grado de educación secundaria de 16 a 18 años de edad que están reintegrándose al sistema educativo, quienes 15 forman parte de del grupo de control y otros 15 el grupo experimental quienes son participes de la sesión de los talleres; “es un conjunto finito o conjunto infinito de elementos o características comunes, susceptibles a ser observados” según

(Valderrama,2013, p. 102). Para Carrasco (como se cita en Tezen, 2019) la muestra es el número mínimo seleccionado de todos los participantes.

Tabla 1

Distribución de la población

Grado	Turno	Cantidad	Edad
1	Tarde	15	16-18 años
1	Noche	15	16-18 años

Nota: Nominas de matrícula 2021

Criterios de inclusión: Son todos los estudiantes de nivel secundario de una institución pública de Educativa Básica Alternativa CEBA de la región de madre de Dios.

Criterios de exclusión: Fue excluida a los grupos de estudiantes del segundo al cuarto grado del Centro de Educación Básica Alternativa.

Muestra: según (Hernández et ál., 2014) considera la muestra no probabilística o dirigida, esta consiste en que el investigador seleccionó al grupo de estudios de acuerdo al as características de la investigación por consiguiente no está basado en un criterio estadístico de casos, es decir no es necesario que sean estadísticamente representativos de una muestra poblacional.

Debido a que la muestra seleccionada está conformada por dos grupos, cada uno de ellos está conformada por de 15 estudiantes, no se aplicó un tipo de técnica estadística para su determinación.

Tabla 2

Muestra de la población

Grado	Turno	Cantidad	Edad
1	Tarde	30	16-18 años
1	Noche	30	16-18 años

Nota: Nominas de matrícula 2021

Muestreo: Es un proceso que de acuerdo al diseño de investigación el muestreo lo decide el investigador y para el presente estudio será no probabilístico intencionado, según (Hernández et ál., 2014) refiere que es un subgrupo de la población y que la elección no depende de una elección estadística sino este depende de las características que requiere la investigación.

Unidad de análisis: Son estudiante que están reintegrándose al proceso educativo iniciando nuevamente sus estudios secundarios en una institución pública de Educativa Básica Alternativa CEBA

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica en la investigación está orientado a la forma de recopilar la información que es extraído del objeto de estudio según Pulido (2015) el concepto de técnica dentro del espacio de la investigación científica se refiere al procedimiento y los medios que hacen operativos los métodos. Arias (como se cita en Huallpa, 2020) demuestra que los instrumentos nos sirven para obtener y recoger información en una investigación planificada.

La técnica utilizada en la presente investigación fue la encuesta y su instrumento estandarizado para la variable resiliencia se empleó el cuestionario escala de resiliencia Autores: Wagnild, G. y Young, H. (1993) Adaptación peruana: Baca (2013) el cual está compuesto por 25 items que antes de la investigación se aplicó un pre test (ver anexo 3)

Confiabilidad: los resultados de confiabilidad del instrumento dieron .85. Mediante el método test-retest la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de .67 a .84, las cuales son respetables, concluyendo que su adaptación peruana realizada por la técnica de Alfa de Cronbach los cuales indicaron un alto grado de validez en la medición de la resiliencia. Hernández y Mendoza (2018) Indica La confiabilidad del instrumento es una verificación para comprender la consistencia y Coherencia de los instrumentos.

Validez: Según (Baca,2019 como se citó en Escudero, 2007) refiere que la validez está demostrada por los altos índices de correlación de la escala de la resiliencia con las mediciones claramente establecidas de los constructos relacionados a la resiliencia corroborando los cinco factores. Para Martínez (como se cita en Huamán, 2020), la validez del juicio de expertos y un conjunto de Diferentes opiniones profesionales sobre un proyecto Investigación para verificar el contenido de documentos relacionados con el descubrimiento.

3.5. Procedimientos:

Para realizar la presente investigación, primero se determinó el problema de la investigación y la población de estudio, segundo se recopiló referencias bibliográficas y antecedentes en relación al tema de estudio recabando información teórica en relación de las variables de análisis y se buscó un instrumento validado en el país para su aplicación a una población adolescente., tercero se realizó las coordinaciones previas solicitando una autorización al director de CEBA donde se realizó el estudio, formalizando las coordinaciones a través de una solicitud su autorización por escrito así mismo se hizo la entrega de la carta de presentación de la universidad a la dirección del CEBA.

Al ser una investigación aplicada se ha considerado aplicar el pre test respecto a la variable “resiliencia”, luego se seleccionó a un grupo de estudiantes con los cuales posteriormente se realizó la ejecución del taller denominado taller “mi fuerza interior” que va a repercutir en la actitud resiliente de adolescentes, el cual consta de 10 sesiones de 35-40 minutos que fueron realizadas dos veces por semana a los estudiantes del primer grado de un CEBA que tuvo la finalidad de fortalecer la resiliencia en los adolescentes respecto a cada una de sus dimensiones, tras haber culminado la ejecución del taller se ha aplicado el pos test para determinar los efectos del taller.

3.6. Método de análisis de datos:

Para este estudio el análisis de datos se realizó una base de datos en Microsoft Excel de los datos obtenidos para ser codificados, seguidamente estos datos fueron

introducidos al programa SPSS para procesar la información obtenida. Respecto al análisis y procesamiento de los datos obtenidos a nivel descriptivo se utilizará tablas de frecuencia y porcentajes para ser analizados a nivel inferencial considerando un nivel de significancia de 95%; para ello se utilizó la prueba de U de Mann-Whitney.

3.7. Aspectos éticos:

En cuanto a los criterios internacionales utilizados respetando el derecho de autor se ha utilizado la guía de citación y referenciación las normas APA de la séptima edición, así mismo a nivel nacional respetando el protocolo establecido por el vicerrectorado de investigación de la Universidad Cesar Vallejo, el presente informe de tesis se realizó considerando los criterios establecidos en la guía de elaboración del trabajo de investigación tesis para la obtención de grados, de manera que cumplen con los aspectos éticos establecidos.

Así mismo como parte del proceso del acceso a la información a través de la carta de presentación 301-2021-UCV-EPG-SP (anexo 06) se ha solicitado el acceso a la institución educativa acceder a la información de los estudiantes considerados como la población de estudio, el para ello primeramente se solicitó de manera verbal la autorización y posteriormente se formalizó la autorización a la dirección del CEBA, para la aplicación del instrumento de investigación correspondientes, de manera que los estudiantes también tuvieron conocimiento sobre los motivos por los cuales se aplicaron los test y el taller, respecto a los resultados obtenidos de la población considerada como muestras se guarda estricta confidencialidad, reservando la confidencialidad del informante.

IV. RESULTADOS

3.1. Resultados descriptivos

Tabla 3

Distribución de la frecuencia de la Resiliencia en el GE y GC.

Niveles	GE		GC	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Pre test				
Baja	0	0.0	0	0
Regular	11	73.3	12	80
Alta	4	26.7	3	20
TOTAL	15	100%	15	100%
Post test				
Baja	0	0	0	0
Regular	1	6.7	11	73.3
Alta	14	93.3	4	26.7
TOTAL	15	100%	15	100%

Nota: Datos obtenidos e la aplicación del instrumento procesado en el programa SPSS
En la Tabla 3. se puede apreciar que para el pre-test, el GE obtuvo un 73.3% en el nivel regular y en el nivel alto un 26.7%; a su vez en el GC se observa un nivel regular con 80% y el alto en 20%. En lo que refiere al post-test se evidencia para el caso del GE un 93.3% en el nivel alto y un 6.7% para el regular; a su vez, en el GC se encontró un 73.3% en el nivel alto y un 26.7% en el regular.

3.2. Resultados inferenciales

De acuerdo a la hipótesis planteada y con los datos procesados se evidencia que:

Tabla 4

Resultados inferenciales de la resiliencia según pre y post test

Rangos				
	Grupo	N	Rango promedio	Suma de rangos
Pre	GE	15	16,00	240,00
	GC	15	15,00	225,00
	Total	30		
Post	GE	15	20,50	307,50
	GC	15	10,50	157,50
	Total	30		

Nota: Datos obtenidos de la aplicación del instrumento procesado en el programa SPSS

Estadísticos de prueba		
	Pre	Post
U de Mann-Whitney	105,000	37,500
Z	-,424	-3,664
Sig. asintótica (bilateral)	,671	,000

En la tabla 4, se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,671$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,424$ mayor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,000$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,664$ menor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

En cuanto a los resultados específicos obtenidos mediante el procesamiento de los datos, se muestra lo siguiente:

Tabla 5

Resultados inferenciales de la dimensión ecuanimidad según pre y post test

Rangos				
	Grupo	N	Rango promedio	Suma de rangos
Pre	GE	15	14,60	219,00
	GC	15	16,40	246,00
	Total	30		
Post	GE	15	20,50	307,50
	GC	15	10,50	157,50
	Total	30		

Nota: Datos obtenidos de la aplicación del instrumento procesado en el programa SPSS

Estadísticos de prueba		
	Pre	Post
U de Mann-Whitney	99,000	37,500
Z	-,805	-3,598
Sig. asintótica (bilateral)	,421	,000

En la tabla 5, se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,595$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,805$ mayor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,000$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,589$ menor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

Tabla 6

Resultados inferenciales de la dimensión sentirse bien solo según pre y post test

Rangos				
	Grupo	N	Rango promedio	Suma de rangos
Pre	GE	15	15,00	225,00
	GC	15	16,00	240,00
	Total	30		
Post	GE	15	21,00	315,00
	GC	15	10,00	150,00
	Total	30		

Nota: Datos obtenidos de la aplicación del instrumento procesado en el programa SPSS

Estadísticos de prueba		
	Pre	Post
U de Mann-Whitney	105,000	30,000
Z	-,482	-3,985
Sig. asintótica (bilateral)	,630	,000

En la tabla 6, se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,630$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,482$ mayor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en el pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,000$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,985$ menor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

Tabla 7

Resultados inferenciales de la dimensión confianza en sí mismo según pre y post test

Rangos				
	Grupo	N	Rango promedio	Suma de rangos
Pre	GE	15	13,27	199,00
	GC	15	17,73	266,00
	Total	30		
Post	GE	15	20,50	307,50
	GC	15	10,50	157,50
	Total	30		

Nota: Datos obtenidos de la aplicación del instrumento procesado en el programa SPSS

Estadísticos de prueba		
	Pre	Post
U de Mann-Whitney	79,000	37,500
Z	-1,879	-3,598
Sig. asintótica (bilateral)	,060	,000

En la tabla 7, se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,60$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -1,879$ mayor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en el pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,000$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,598$ menor que -1.96 (punto crítico), por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

Tabla 8

Resultados inferenciales de la dimensión satisfacción personal según pre y post test

Rangos				
	Grupo	N	Rango promedio	Suma de rangos
Pre	GE	15	16,60	249,00
	GC	15	14,40	216,00
	Total	30		
Post	GE	15	20,00	300,00
	GC	15	11,00	165,00
	Total	30		

Nota: Datos obtenidos de la aplicación del instrumento procesado en el programa SPSS

Estadísticos de prueba		
	Pre	Post
U de Mann-Whitney	96,000	45,000
Z	-,832	-3,260
Sig. asintótica (bilateral)	,406	,001

En la tabla 8, se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,406$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,832$ mayor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en el pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,001$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,260$ menor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

Tabla 9

Resultados inferenciales de la dimensión perseverancia según pre y post test

Rangos				
	Grupo	N	Rango promedio	Suma de rangos
Pre	GE	15	14,60	219,00
	GC	15	16,40	246,00
	Total	30		
Post	GE	15	19,50	292,50
	GC	15	11,50	172,50
	Total	30		

Nota: Datos obtenidos de la aplicación del instrumento procesado en el programa SPSS

Estadísticos de prueba		
	Pre	Post
	perseverancia	perseverancia
U de Mann-Whitney	99,000	52,500
W de Wilcoxon	219,000	172,500
Z	-,805	-2,878
Sig. asintótica (bilateral)	,421	,004

En la tabla 9, se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,421$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,805$ mayor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en el pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,004$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -2,878$ menor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

V. DISCUSIÓN

Tomando en cuenta los resultados obtenidos en la presente investigación se puede observar que en la tabla 3, con respecto al pre-test, el GE obtuvo un 73.3% en el nivel regular y en el nivel alto un 26.7%; a su vez en el GC se observa un nivel regular con 80% y el alto en 20%; en cuanto al post-test se evidencia para el caso del GE un 93.3% en el nivel alto y un 6.7% para el regular; a su vez, en el GC se encontró un 73.3% en el nivel alto y un 26.7% en el regular. Estos resultados permiten concluir que en el GE sí existen diferencia entre los resultados del pre y post test, por ello se asume que sí favoreció en la población la aplicación del programa para mejorar la resiliencia; los datos son corroborados posteriormente con el análisis inferencial.

La tabla 4 ha permitido determinar los efectos del programa en los participantes, en ella se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,671$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,424$ mayor que -1.96 (punto crítico), por lo tanto, se concluye que en pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,000$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,664$ menor que -1.96 (punto crítico). Por ello, se acepta la hipótesis propuesta que manifiesta: Existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021.

Los resultados obtenidos muestran similitud con lo encontrado por Alvarado (2015), quién en su investigación realizada en una institución educativa pudo determinar que un programa basado en la inteligencia logró mejorar los niveles de resiliencia en los estudiantes de quinto de secundaria; el investigador muestra que en el pre test se alcanzaron niveles bajos de 91% en hombres y 79% en mujeres y en el post test se observó niveles altos en un 74% para hombres y 93% para mujeres; resultados similares también encontró Salvador (2018) quien presentó evidencia suficiente para la comprobación de sus hipótesis, logrando verificar que el programa de prevención escolar logró desarrollar significativamente las capacidades de protección resiliente en los participantes. Sin embargo; Morelato (2020) no logró los mismos resultados al realizar su programa de intervención, puesto que no se evidenciaron cambios significativos en la resiliencia antes y después del entrenamiento.

Por su parte Osorio (2017) logró demostrar en su investigación que algunas estrategias socio-pedagógicas basadas en la resiliencia permiten mejorar significativamente el desempeño académico de los estudiantes. Teóricamente Infante (como se citó en García del Castillo, García del Castillo-López, López-Sánchez y Díaz, 2017), manifiesta que la resiliencia busca comprender como todas las personas en su vida cotidiana superan situaciones conflictivas o adversas; que a pesar de haber sido víctimas y atravesar episodios de pobreza, o violencia doméstica, aún tienen las esperanzas de poder superarlas. Se conoce que un individuo con un comportamiento resiliente busca superar una situación adversa e ir más lejos de donde estaba en el momento del desastre.

Los resultados de la investigación respaldan lo asumido por Luthar, Cicchetti y Becker (como se citó en Lacruhy y Perpuli, 2021), quienes refieren que la resiliencia se desarrolla de manera recurrente, activa y se adecua de forma efectiva en un ámbito desfavorable; dichos teóricos comentan también que la resiliencia es una capacidad que se expone frente a ocasiones adversas y que es una herramienta para cumplir objetivos y metas pre establecidos.

Los objetivos específicos del estudio se centraron en determinar la influencia del taller “mi fuerza interior” en cada una de las dimensiones de la resiliencia; por ello en la tabla 5 se analiza si existen diferencias significativas en la dimensión ecuanimidad entre el pre y post del el GE y GC. En dicha tabla se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,595$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,805$ mayor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,000$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,589$ menor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada. Debido a ello, se acepta la hipótesis propuesta que manifiesta: Existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la dimensión ecuanimidad de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. Teóricamente para Wagnild y Young (como se citó en Mao et al., 2021) la ecuanimidad está referida a conservar la visión equilibrada de nuestra vida y vivencias, connota la destreza de tener en cuenta un extenso campo de vivencias, aguardar en calma, enfrentar de manera asertiva y moderada situaciones adversas. Los resultados presentados son

respaldados por los hallazgos de Cayetano (2020), pues en la dimensión ecuanimidad pudo encontrar diferencias significativas en los resultados del pre y post en el GE, lo que indica que el programa de I.E. aplicado logró mejoras en los estudiantes.

Por otro lado, se analiza también si existen diferencias significativas en la dimensión sentirse bien solo entre el pre y post del el GE y GC, en la tabla 6, se aprecia que el pre test tiene una significancia de $p = 0,630$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,482$ mayor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en el pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,000$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,985$ menor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se acepta la hipótesis que propone: Existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la dimensión sentirse bien solo, de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. Corchado (2017) menciona que los adolescentes que han desarrollado algún tipo de conducta adictiva suelen obtener puntuaciones bajas en las escalas de resiliencia, específicamente en las dimensiones competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida.

En la tabla 7, se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,60$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -1,879$ mayor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en el pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,000$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,598$ menor que -1.96 (punto crítico); por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada: Existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la dimensión confianza de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. Según Wagnild y Young (como se citó en Mao et al., 2021) la confianza es la función de creer en uno mismo y sus propias capacidades, del mismo modo, es cuando un individuo se siente dependiente de uno mismo de sus fuerzas y restricciones. Sakuma (2020) permite respaldar los resultados del presente estudio; puesto que pudo demostrar que un programa de prácticas educativas puede mejorar la resiliencia en los adolescentes, cambiando su forma de pensar y permitiéndoles ganara más confianza en sí mismo para una mejor interacción con los compañeros y para los desafíos diarios.

Del mismo modo la tabla 8, muestra el análisis de la dimensión satisfacción personal de la resiliencia y se aprecia en el pre test una significancia de $p = 0,406$

mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,832$ mayor que $-1,96$ (punto crítico), por lo tanto, se concluye que en el pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,001$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -3,260$ menor que $-1,96$ (punto crítico); por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada. Los hallazgos del estudio de Salinas (2016) respaldan la presente investigación, ya que en la dimensión sentido de propósito el cual está vinculado a la confianza nos muestra un nivel más alto en el post test, lo que demuestra la influencia significativa del taller de desarrollo personal en la resiliencia de los estudiantes.

Para Wagnild y Young (como se citó en Mao et al., 2021) el sentido de propósito es una capacidad que permita entender la particularidad de las personas respecto a su ciclo de vida, y habrá situaciones que puedas confrontar solo y otras que no, el sentirse bien proporciona un sentido de independencia y concepto de ser únicos. Un estudio realizado por Zubizarreta (2020) demostró que las actividades deportivas de tipo individual también pueden mejorar la aceptación de uno mismo y de la vida. Por su parte Polo (2019) también logro identificar que los programas de resiliencia tienen la posibilidad de mejorar significativamente la capacidad de los estudiantes para reflexionar sobre sus propias experiencias.

Para determinar si existen diferencias significativas en la dimensión perseverancia entre el pre y post del el GE y GC, en la tabla 9, se aprecia que el pre test una significancia de $p = 0,421$ mayor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -0,805$ mayor que $-1,96$ (punto crítico); por lo tanto, se concluye que en el pre test los participantes presentan condiciones similares. En el post test los resultados muestran una significancia de $p = 0,004$ menor que 0.05 ($p > \alpha$) y $Z = -2,878$ menor que $-1,96$ (punto crítico); por lo tanto, se acepta la hipótesis que propone: Existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la dimensión perseverancia de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. El estudio encontró similitud con los resultados obtenidos por Roca (2020) quien realizó un taller para promover la resiliencia en una CEBA de la ciudad de Trujillo, y en su dimensión perseverancia encontró una diferencia significativa entre el pre y post test. Así también, el estudio de Salinas (2016) muestra un incremento en el post test

de la dimensión autonomía, la cual hace inferencia sobre la perseverancia; esto deja sustento de la eficacia del taller de desarrollo personal para mejorar la resiliencia.

Es conocido que los estudios cuasiexperimentales no brindan tanta precisión y validez que los estudios experimentales; esto, en la mayoría de ocasiones se debe a la falta de aleatoriedad al momento de formar los grupos, como ocurrió en la presente investigación. Por otro lado, en ocasiones es difícil determinar si es lealmente la manipulación de la variable dependiente la que genera los cambios significativos, o tal vez algunos factores externos; sin embargo, el contar con un GC nos permite afirmar que al mantener este grupo resultados similares entre el pre test y post test y observar diferencias significativas entre el pre y post test del GE se le puede atribuir efectividad al taller, y considerar que gracias este se han logrado mejorar en los estudiantes.

Los logros alcanzados mediante la presente investigación, así como los de otros estudios mencionados, dejan evidencia clara de la eficiencia de los talleres o programas para desarrollar la resiliencia en los adolescentes; esto permite ampliar el conocimiento científico y brindar estrategias que pueden ser replicadas en poblaciones similares, pues la resiliencia en los adolescentes es fundamental para lograr una mejor adaptación y preparación para enfrentar el mundo adulto.

VI. CONCLUSIONES

Primera:

El estudio determinó que existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. Los resultados permiten concluir que los participantes han mejorado su capacidad para sobreponerse a situaciones conflictivas o adversas que se le presenten en su vida cotidiana.

Segunda:

Se determinó que existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la dimensión ecuanimidad de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. Lo que permite concluir que los adolescentes han logrado un mayor equilibrio en sus acciones.

Tercera:

Se determinó que existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la dimensión sentirse bien solo de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. Esto permite concluir que el estudiante gracias al programa ha desarrollado un mayor grado de independencia.

Cuarta:

Se determinó que existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la dimensión confianza de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. Esto permite concluir que los estudiantes ahora confían mucho más en sí mismos y en sus capacidades.

Quinta:

Se determinó que existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la dimensión satisfacción personal de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. Los resultados muestran que los participantes del estudio han mejorado su comprensión de la vida y evalúan más su propósito en ella.

Sexta:

Se determinó que existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la dimensión perseverancia de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021. Analizando los resultados se puede afirmar que los estudiantes han incrementado el impulso de seguir combatiendo en la vida para lograr sus objetivos.

VII. RECOMENDACIONES

Primera:

Se recomienda que la dirección del CEBA en coordinación de la Dirección Regional de Educación proponga el presente estudio del Taller mi fuerza interior en otras instituciones y contextos educativos.

Segunda:

Como parte del proceso de reintegración educativa la dirección del CEBA opte por desarrollar talleres para promover la resiliencia de los estudiantes.

Tercera:

Con la finalidad de promover la capacidad de resiliencia de los estudiantes que han sido considerando en el grupo de control se recomienda aplicar el taller mi fuerza interior a los estudiantes considerados en ese grupo.

Cuarta:

A través del área de tutoría se recomienda capacitar al personal a través de talleres relacionados a la resiliencia con la finalidad de que los estudiantes refuercen su actitud resilientes.

Quinta:

Considerando las características de los estudiantes a que acceden al CEBA para dar continuidad a sus estudios en los niveles primario y secundario se recomienda la aplicación del taller mi fuerza interior en los diferentes niveles para reforzar su actitud resiliente.

Sexta:

Se recomienda compartir la experiencia de la ejecución del taller mi fuerza interior con otras instituciones educativas para favorecer el desarrollo de la resiliencia en otros estudiantes de diferentes niveles.

REFERENCIAS

Aguilar, S. R. (2018). Resiliencia en la escuela: Un camino saludable. *Ministerio de Educación, Perú*, 14.

Alcas, C.; Panta, S. (2019). Aplicación de un programa de estrategias cognitivas para desarrollar la comprensión lectora en los estudiantes del Primer Grado de Secundaria de la Institución Educativa La Unión – La Unión, Piura 2018 [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/42575/Alcas_TCR%20-%20Panta_MSM.pdf?sequence=1

Alvarado, A. G. (2015). Efecto de un programa basado en la inteligencia emocional para la mejora de la resiliencia en alumnos del quinto grado de secundaria en situación de pobreza. *In Crescendo Institucional 2(1): 224-234.*

Ascoy, L. (2017). "Programa Cognitivo - Conductual Para Mejorar Las Habilidades Para La Vida En Adolescentes Usuarios Del Cs José Quiñones Gonzales, Chiclayo"- 2016". [Tesis de maestría, Universidad Señor De Sipán]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4187/Ascoy%20Diaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Baca, R.D. (2013) Resiliencia y apoyo social percibido en pacientes oncológicos que acuden a un Hospital de Trujillo (Tesis de maestría, Universidad Mayor de San Marcos). Repositorio Institucional https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/3575/Baca_r_d.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Barakaldo, A.C. (2015) Como planificar un taller. https://bideoak2.euskadi.eus/debates/elkarlan2016/Proyecto_18_09.pdf

- Bersch, Â.A., Yunes, M.A., & García, N.M. (2020). Interloquções da Educação Ambiental, da Abordagem Bioecológica de Desenvolvimento Humano e o conceito de resiliência profissional. <https://periodicos.furg.br/remea/article/view/11157/8399>
- Cayetano, A. (2020). Programa Inteligencia Emocional para mejorar la resiliencia en estudiantes del segundo grado del nivel secundario, Institución Educativa San Nicolás, Huamachuco, 2020. [Tesis de doctorado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/49120>
- Corchado-Castillo, A. I.; Díaz-Aguado Jalón, M. J.; Martínez Arias, R. (2017) Resiliencia en adolescentes expuestos a condiciones vitales de riesgo, en *Cuadernos de trabajo social*. 30(2), 475-486.
- Comisión Permanente del Congreso de la República (2003, 29 de julio de) Ley General de Educación (LGE) N° 28044
- Defensoría del Pueblo (2017). *Advertimos preocupante aumento del trabajo en adolescentes*. <https://www.defensoria.gob.pe/advertimos-preocupante-aumento-del-trabajo-en-adolescentes/>
- Domínguez, R. (2020). Programa de habilidades sociales en las conductas agresivas de estudiantes de primaria, 2019. [Tesis de doctorado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40196/DOMINGUEZ_DR.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ezcurra, D.; Fernández, E.; Henostroza, R. (2019). Diseño cuasi experimental para el análisis de la decisión de compra del consumidor limeño ante los sistemas de rotulado frontal en abarrotes y lácteos. [Tesis de maestría, Pontificia Universidad

Católica del Perú]. Repositorio Institucional
https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/15570/EZC_URRA_VILLENA_FERN%C3%81NDEZ_LLATAS_HENOSTROZA_MENDOZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

García del Castillo, J. A.; García del Castillo-López, A.; López-Sánchez, C. y Días, P. C. (2017). Conceptualización teórica de la resiliencia psicosocial y su relación con la salud. *Salud y drogas*, 16 (1), 59-68.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83943611006>

Hernández-Sampieri, R.; Mendoza, C (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.

Huallpa, A. (2020). Programa de actividad física en las capacidades condicionales de los estudiantes de 5to año de secundaria, I.E. 7215 [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46711/Vera_ZJF-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Huamán, B. (2020). Programa de TICS “Mi XO y yo” para mejorar las competencias de personal social en estudiantes de 2do de primaria, 2019 [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/43423?show=full>

Instituto Peruano de Economía (2018). *Educación en cifras*. Recuperado de: <https://www.ipe.org.pe/portal/15947-2/>

Lacruhy, C.C. y Perpuli, A.C. Resilience as a recovery strategy in an international tourist destination. Case Los Cabos, México. *Religación: Revista de ciencias sociales y humanidades*, 6(27), 115- 131. <https://doi.org/10.46652/rqn.v6i27.759>.

- López, G.; Roger, S. y Ordaz, G. (2020). Resilience and Creativity in Teenagers with High Intellectual Abilities. A Middle School Enrichment Experience in Vulnerable Contexts. *MDPI*, 12, 3-33. <https://www.mdpi.com/2071-1050/12/18/7670>
- Mao, X., Chen, K., Hu, X.; Wen, X. y Loke, A. (2021). Establishment of the Psychometric Properties of a Disaster Resilience Measuring Tool for Healthcare Rescuers in China: A Cross-Sectional Study. *Int J Disaster Risk Sci.* <https://doi.org/10.1007/s13753-021-00342-w>
- Monjarás- Ávila A.J.; Bazán- Suárez. A.K.; Pacheco- Martínez, Z.K.; Rivera- Gonzaga, J.; Zamarripa- Calderón J.E.; Cuevas- Suárez, C.E. Diseños de investigación. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 8 (15), 119-122.
- Morelato, G.; Korzeniowski, C.; Greco, C.; Ison, M. (2019). Resiliencia: Intervención para promover recursos en contextos vulnerables. *Revista Costarricense de Psicología*, 38(2), 205-223
- Noblecilla, C. (2018). La robótica educativa en el aprendizaje colaborativo de los estudiantes de quinto grado de la institución educativa N.º 3085 “Pedro Vilca Apaza” Comas Lima – 2017[Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/12412/Noblecilla_SCM.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Osorio, J. (2017). Estrategias socio-pedagógicas basadas en la resiliencia para fortalecer el rendimiento académico de los estudiantes del grado noveno de educación básica secundaria de la Institución Educativa Jorge Ardila Duarte de Bucaramanga, Santander, Colombia. [Tesis de post grado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD)]. Repositorio institucional.

<https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/13936/TESISResiliencia%20jackeline.pdf;jsessionid=3EFA8C5BEA292B27EFF4816E7FE46E0B.jvm1?sequence=1>

Pereda, L (2020). Programa de habilidades sociales en las conductas agresivas de estudiantes de primaria, 2019. [Tesis de doctorado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/44857/Pereda_QLM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pinto, S. (2017). Efecto De La Aplicación De Coevaluación Sobre La Motivación De Logro En Estudiantes De Arte Y Diseño Empresarial De Una Universidad Particular De Lima, 2016 [Tesis de maestría, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional <https://1library.co/document/z3d9dwdy-efecto-aplicacion-coevaluacion-motivacion-estudiantes-empresarial-universidad-particular.html>

Plan internacional (2021). Conoce las alarmantes cifras sobre la educación de niñas, niños y adolescentes en nuestro país. <https://www.planinternational.org.pe/blog/conoce-las-alarmantes-cifras-sobre-la-educacion-de-ninas-ninos-y-adolescentes-en-nuestro-pais>.

Plaza, J. M. (2018). Didáctica del área de comunicación y nivel de comprensión lectora en los estudiantes del primer ciclo de la facultad de educación y ciencias sociales de la Universidad Nacional de Ucayali, Pucallpa-2017. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Ucayali]. Repositorio institucional. <http://repositorio.unu.edu.pe/handle/UNU/3880>.

Polo, J. (2019). Taller “mejorando mi actitud” en la resiliencia de adolescentes albergados en instituciones de Trujillo, [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31356/polo_jr.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rivas, D.J.; López, D.A; Barcelata, B.E. (2017). Efectos del sexo y la edad sobre el afrontamiento y el bienestar subjetivo en adolescentes escolares. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 27-41.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29251161003>

Roca, C. J. (2019). *Taller tutorial para promover la resiliencia en los estudiantes privados de su libertad en Ancón II - 2019*. Lima: Universidad Cesar Vallejo.

Sánchez Flores, Fabio Anselmo. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122.
<https://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>

Sakuma, T.; De Sousa M. (2020) Programa De Resiliência: Práticas Educativas Para A Prevenção De Bullying E Promoção Da Saúde Mental Na Adolescência.
[https://doi: 10.33947/ 1980-6469-v15n1-4007](https://doi:10.33947/1980-6469-v15n1-4007)

Salinas, K. L. S. (2018). La promoción de la resiliencia en estudiantes de educación secundaria a través de talleres de desarrollo personal. *Helios*, 1(1).
<http://200.62.226.189/Helios/article/view/828>

Salvador, J. (2018). Programa de prevención escolar “ViDA” para desarrollar capacidades de protección resiliente en los niños y niñas del primero año de educación secundaria de la Institución Educativa Ricardo Palma del centro poblado de Pueblo Libre, distrito de Moyobamba en el año 2015” [Tesis de maestría, Universidad Nacional De San Martín]. Repositorio Institucional.
<http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3127/MAEST.%20ED>

UC.%20PSIC.%20%20Jes%C3%BAs%20Antonio%20Salvador%20Rosado.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Saputri, H. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri dan Harapan Orangtua Terhadap Kepribadian Hardiness. *Psikoborneo*, 6(1), 50-58. <http://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4527>

Tezen, A. (2019) Las TIC: Uso de la plataforma Moodle en el desempeño docente en una institución educativa de educación básica regular, 2018 [Tesis de doctorado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/44752>

Trigueros, R.; Navarro, N.; Aguilar-Parra, J.M.; Bermejo, R.; Ferrandiz, C. (2020). Validación de la Escala de Resiliencia en Educación Física. *Sportis Sci J*, 6 (2), 228-245. DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.2.5245>

Wang, Q.; Zhao, X.; Yuan, Y. y Shi, B. (2020). The Relationship Between Creativity and Intrusive Rumination Among Chinese Teenagers During the COVID-19 Pandemic: Emotional Resilience as a Moderator. *Frontiers in Psychology*, 11(60). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.601104>

Zubizarreta, C.; Arribas S.; Luis I. (2020) Resiliencia De Jóvenes Deportistas En Función Del Carácter Individual O Colectivo De Su Práctica: *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, vol. 8 n.º 2, 73-80 <http://revistas.um.es/sportk>: 2340-8812.

ANEXOS

Anexo 01 Matriz de consistencia de la tesis

Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021				
PROYECTO	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES
<p>General: ¿Cómo influye el taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021?</p> <p>Específico:</p> <p>¿Cómo influye el taller “mi fuerza interior” en las dimensiones de la resiliencia (Ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia, satisfacción) de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021.?</p>	<p>General: determinar los efectos del Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021 y el objetivo</p> <p>Específico: determinar la influencia del taller “mi fuerza interior” en las dimensiones de la resiliencia (Ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia, satisfacción) de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021.</p>	<p>General: Existe influencia significativa del Taller “mi fuerza interior” en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021</p> <p>Específico: Existe influencia significativa del taller “mi fuerza interior” en las dimensiones de la resiliencia (Ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia, satisfacción) de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021.</p>	<p>Variable Independiente: Taller “mi fuerza interior”</p> <p>Variable Dependiente: Resiliencia</p>	<p>Ecuanimidad</p> <p>Sentirse bien solo</p> <p>Confianza en sí mismo</p> <p>Perseverancia</p> <p>Satisfacción</p>

Anexo 02 Tabla de operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
RESILIENCIA	Es un elemento positivo de la personalidad que atenúa el efecto negativo del estrés e impulsa la adaptación; hace posible tolerar, resistir la presión y actuar correctamente, poniendo de manifiesto fortaleza y control emocional. Según Wagnild y Young (citado por Lozada, 2018, p. 34).	Se determinó mediante la Escala de "Resiliencia de Waldnild y Young publicada en el año 1993", la cual consta de 25 ítems, que corresponde a las cinco (5) dimensiones que establecieron los mismos autores.	Ecuanimidad	<ul style="list-style-type: none"> • Visión de largo plazo • Amigo de mí mismo • Finalidad de todo • Orden en las cosas 	Ordinal
			Sentirse bien solo	<ul style="list-style-type: none"> • Estar solo (a) • Dependo de mí mismo • Veo de distintas perspectivas 	
			Confianza en sí mismo	<ul style="list-style-type: none"> • Orgulloso de mis logros • Realizó a la vez varias actividades • Decidido • Enfrentar actividades • Creer en uno mismo • Persona de confianza • Capacidad para concluir con las cosas 	
			Perseverancia	<ul style="list-style-type: none"> • Cumplo lo planificado • Arreglo mis propios problemas • Mantengo constante interés • Autodisciplina • Interés en las cosas • Me obligo hacer las cosas • Busco soluciones 	
			Satisfacción	<ul style="list-style-type: none"> • Siempre me rio • Mi vida tiene significado • No me arrepiento de nada • Es normal que algunas personas no me quieran. 	

Anexo 03 Instrumento

FORMATO DE INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

ESCALA DE RESILIENCIA

Autores: Wagnild, G. y Young, H. (1993)

Adaptación peruana: Baca (2013)

Instrucciones: Lea los enunciados detenidamente e indique que tan de acuerdo está con cada una de ellos. Marque su respuesta con un círculo en cada cuadrado, según la siguiente tabla:

Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Un poco de acuerdo	Ni de acuerdo Ni en desacuerdo	Un poco de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5	6	7

N°	RESILIENCIA							
Ecuanimidad								
1	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
2	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
3	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7
4	Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7
Sentirse bien solo								
5	Puedo estar solo(a) si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6	Dependo más de mí mismo(a) que de otras personas	1	2	3	4	5	6	7
7	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
Confianza								
8	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7
11	Puedo enfrentar las dificultades porque he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7
12	El creer en mí mismo(a) me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
13	En una emergencia, soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo suficiente energía para hacer lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5	6	7
Perseverancia								

15	Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
16	Generalmente me las arreglo de una manera u otra	1	2	3	4	5	6	7
17	Es importante para mi mantenerme interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
18	Tengo autodisciplina	1	2	3	4	5	6	7
19	Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
21	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7

Satisfacción

22	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
23	Mi vida tiene significado	1	2	3	4	5	6	7
24	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada	1	2	3	4	5	6	7
25	Está bien si hay personas que no me quieren.	1	2	3	4	5	6	7

Anexo 04 Ficha técnica

El instrumento de recolección de datos que se emplea en esta investigación es la Escala de Resiliencia de los norteamericanos Wagnild y Young creada en el año 1988 y mejorada en el año 1993; la cual permitirá medir los niveles de resiliencia en adolescentes. En Perú fue adaptada por Novella y Baca en el año 2002 y 2013 respectivamente, quienes mantuvieron la estructura inicial, es decir, se tuvo en cuenta los números de ítems y la cantidad de dimensiones, como son: Ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza, perseverancia y satisfacción.

La Escala de Resiliencia en su versión peruana consta de 25 ítems y 5 dimensiones, como ya se mencionó en el párrafo anterior, a la vez está valorada bajo las siguientes escalas: (1) Totalmente desacuerdo (2) Muy desacuerdo (3) Un poco desacuerdo (4) Ni de acuerdo, ni en desacuerdo (5) Un poco de acuerdo (6) Muy de acuerdo (7) Totalmente de acuerdo

- Nombre: Escala de Resiliencia
- Autores: Wagnild, G. Young, H. (1993).
- Adaptación peruana: Novella (2002) y Baca (2013)
- Objetivo del instrumento: Medir el nivel de resiliencia de los estudiantes. Número de ítems: 25 ítems y/o enunciados
- Administración: Individual o colectiva.
- Tiempo aproximado: 25 a 30 minutos
- Población: Adolescentes y adultos
- Dimensiones: Esta escala evalúa las dimensiones enunciadas a continuación: Ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción.
- Clasificación: Cada ítems se presentan de tipo Likert, los cuales son calificados de manera positiva, donde 1 es máximo desacuerdo y 7 es máximo de acuerdo, fluctuando los puntajes entre 25 y 175 puntos. (Baca, 2013).

Anexo 05 Confiabilidad del Instrumento

Confiabilidad:

Los resultados de confiabilidad del instrumento dieron .85. Mediante el método test-retest la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de .67 a .84, las cuales son respetables, concluyendo que su adaptación peruana realizada por la técnica de Alfa de Cronbach los cuales indicaron un alto grado de validez en la medición de la resiliencia. Hernández y Mendoza (2018) Indica La confiabilidad del instrumento es una verificación para comprender la consistencia y Coherencia de los instrumentos.

Validez:

Según (Baca,2019 como se citó en Escudero, 2007) refiere que la validez está demostrada por los altos índices de correlación de la escala de la resiliencia con las mediciones claramente establecidas de los constructos relacionados a la resiliencia corroborando los cinco factores. Para Martínez (como se cita en Huamán, 2020), la validez del juicio de expertos y un conjunto de Diferentes opiniones profesionales sobre un proyecto Investigación para verificar el contenido de documentos relacionados con el descubrimiento.

Anexo 06 Carta de Presentación de la escuela de posgrado



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Lima, 07 de julio de 2021

Carta P. 301-2021-UCV-EPG-SP

Prof
Enrique Luis La Serna Palomino
Director
I.E.CEBA DOS DE MAYO

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a **AYAMAMANI ZUÑIGA, RAQUEL PAULINA**; identificado(a) con DNI/CE N° 44948823 y código de matrícula N° 7002521413; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA en modalidad semipresencial quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRO(A), se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

**Taller "mi fuerza interior" en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata
2021**

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestro(a) estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestro(a) estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,

Ruth Angélica Chicana Becerra
Coordinadora General de Programas de Posgrado Semipresenciales
Universidad César Vallejo



Somos la universidad de los
que quieren salir adelante.



ucv.edu.pe

Puerto Maldonado, 05 de julio del 2021

**Solicito: Autorización para realizar
proyecto de investigación**

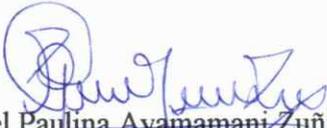
Profesor
Enrique Luis La Serna Palomino
Director
CEBA – DOS DE MAYO
Tambopata, Tambopata Madre de Dios

Yo, Raquel Paulina Ayamamani Zuñiga, identificada con DNI N°44948823 con domicilio en el Jr. Jaime Troncoso N° 658 con N° celular 997040771 y Correo electrónico rayamamaniz@ucvvirtual.edu.pe.

Que siendo estudiante de la Maestría en Psicología Educativa de la Universidad Cesar Vallejo, solicito a su despacho su autorización para realizar una investigación con estudiantes del primer grado de educación secundaria titulada Taller "mi fuerza interior" en la actitud resiliente de adolescentes, de un CEBA, Tambopata 2021, mediante la presente para formalizar la coordinación realizada telefónicamente.

Es propicia la oportunidad para expresarle las seguridades de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,


Raquel Paulina Ayamamani Zuñiga,
DNI N° 44948823

