Facultad de Teología Pontificia y Civil de Lima



Escuela Profesional de Educación

Trabajo de Investigación

El fortalecimiento de la resiliencia en los estudiantes del nivel de Educación Secundaria de las Instituciones Educativas de la ciudad de Abancay

Presentado por:

Jakeline Meza Chavez

Para optar el Grado Académico de Bachiller en Educación.

Lima - Perú

Dedicatoria

Este trabajo está dedicado con mucho cariño a mis padres, Juan Francisco y Ricardina; quienes son mi mayor motivación en la vida.

Tabla de contenido

| | | | Pág. |
|--------|------------|--|------|
| Resun | nen | | 6 |
| Abstra | ac | | 7 |
| Introd | lucción | | 8 |
| Capítı | ılo I: La | resiliencia | 11 |
| 1.1. | Orige | n | 11 |
| 1.2. | Defin | ición | 11 |
| 1 | .2.1. | Tipos de resiliencia | 19 |
| | 1.2.1.1. | Resiliencia individual | 19 |
| | 1.2.1.2. | Resiliencia familiar | 20 |
| | 1.2.1.3. | Resiliencia social o comunitaria | 20 |
| | 1.2.1.4. | Resiliencia espiritual | 21 |
| 1.3. | Resili | encia: factores de riesgo y factores de protección | 22 |
| 1.4. | Teorí | as que respaldan la utilidad de la resiliencia | 25 |
| Capítı | ılo II: La | resiliencia en el contexto educativo | 31 |
| 2.1. | Pedag | gogía resiliente como estrategia en la enseñanza y aprendizaje, en el nivel de | e |
| | educa | ción secundaria | 31 |
| 1.2. | Mode | elos que respaldan la utilidad de la resiliencia en el ámbito educativo | 32 |
| 1.3. | La res | siliencia en la educación | 37 |
| 1 | .3.1. | El docente resiliente | 40 |
| 1 | .3.2. | Crisis en el estudio | 43 |
| 1.4. | Resili | encia en la adolescencia | 44 |
| 1 | .4.1. | Perfil del adolescente resiliente | 46 |

| 1.5. | Pilares educativos de la resiliencia | 17 |
|---------|---|----|
| Capítul | o III: Propuesta pedagógica vinculada al fortalecimiento de la resiliencia, como estrateg | ia |
| de ense | ñanza en el nivel de educación secundaria | 50 |
| 1.1. | Caracterización de los estudiantes comprendidos en la educación del nivel de educación | n |
| | secundaria | 51 |
| 1.2. | La resiliencia como una técnica de intervención educativa. | 53 |
| 1.3. | Taller de fortalecimiento de la resiliencia. | 54 |
| 1.3 | 1.1. Taller que potencia la dimensión afectiva en el estudiante. | 55 |
| 1.4. | Desarrollo y aplicación de los talleres | 56 |
| 1.4 | .1. Taller de reflexión: "Sembremos un árbol" | 57 |
| 1.5. | Evaluación de los procesos logrados en términos del aprendizaje | 59 |
| Conclus | siones | 50 |
| Referen | ncias | 51 |

Lista de tablas

| Tabla 1: Tratamiento del enfoque ambiental | | | | | |
|--|----|--|--|--|--|
| Tabla 2: Actividades y materiales | 58 | | | | |
| Tabla 3: Ficha de observación | | | | | |
| | | | | | |
| Lista de figuras | | | | | |
| Figura 1: Mandala de la resiliencia | 27 | | | | |
| Figura 2: Rueda de la resiliencia | 33 | | | | |
| Figura 3: La casita de vanistendael | 36 | | | | |

6

Resumen

Este trabajo corresponde al nivel de investigación exploratoria y su propósito

fundamental, ha sido recolectar información sobre la influencia de la resiliencia en los

estudiantes del nivel de educación secundaria de la educación básica regular. Por otra parte, se

resalta la tarea que ejerce la institución educativa, como factor que propicia la resiliencia en sus

estudiantes; asimismo, resalta la influencia de los docentes como actores que ayudan a crear un

ambiente que favorece al desarrollo de la resiliencia como factor protector en los estudiantes.

Por otro lado, esta investigación puede servir de base, para otras investigaciones de

mayor nivel, ya que recoge información válida sobre la resiliencia en los estudiantes que a su vez

se encuentran dentro de la etapa de la adolescencia.

Palabras claves: resiliencia, adolescencia.

7

Abstrac

This work corresponds to the level of exploratory research and its fundamental purpose has been

to collect information on the influence of resilience in students at the secondary level of regular

basic education. On the other hand, the task performed by the educational institution is

highlighted as a factor that fosters resilience in its students; Likewise, it highlights the influence

of teachers as actors who help create an environment that favors the development of resilience as

a protective factor in students.

On the other hand, this research can serve as a basis for other higher-level research, since it

collects valid information on resilience in students who, in turn, are in the adolescence stage.

Keywords: resilience, adolescence.

Introducción

El siguiente trabajo sobre la resiliencia en los estudiantes del nivel de educación secundaria de la educación básica regular; ha sido realizado con el fin de resaltar la aplicación de la resiliencia en el campo educativo y la influencia que tiene sobre los adolescentes en la etapa escolar. Asimismo, las razones por las que se realizó la presente investigación, se da porque en estos últimos años la resiliencia está siendo abordado desde distintos campos de investigación; de manera especial este término está siendo aplicado en el campo educativo.

La resiliencia, es un componente efectivo que ayuda de manera positiva a los estudiantes, que pasan por dificultades de cualquier índole durante la etapa escolar, siendo una ayuda interior para superar con éxito los obstáculos que se puedan presentar a lo largo de su desarrollo escolar. Por otra parte, la resiliencia aplicada en la educación ayuda de manera positiva, al desarrollo de aprendizajes significativos, dado que actúa como una capacidad que posee el ser humano para sobreponerse a circunstancias difíciles a lo largo de la vida.

Del mismo modo, para este trabajo se ha tomado diversas fuentes, pero se resalta dos modelos que se pueden aplicar exitosamente en el campo educativo. La primera, es la rueda de la resiliencia de Henderson y Milstein, en el cual establecen estrategias basadas en seis pasos que ayudan a promover la resiliencia en las instituciones educativas. La segunda, es la casita de Vanistendael, donde se resume los elementos esenciales para la construcción de la resiliencia individual, familiar y comunitaria.

Este trabajo se ha organizado de la siguiente manera:

El primer capítulo, da a conocer los orígenes de la resiliencia; además, de la definición entendida desde diversos autores; igualmente, se menciona que la resiliencia interactúa desde

diversos tipos como son: la resiliencia individual, familiar, social o comunitaria y espiritual. Por otro lado, se hace referencia a los factores de riesgo y a los factores protectores, los cuales son necesarios y esenciales para entender la resiliencia.

Así mismo, se considera las diversas teorías de la resiliencia. Pero, solo se hace referencia a las teorías más cercanas a nuestro tema; entre ellas destacan las siguientes teorías: la teoría de Vanistendael, la teoría propuesta por Wolin y Wolin, la teoría comunitaria de Suárez Ojeda, y la teoría de Edith Grotberg; estas teorías buscan demostrar que la resiliencia puede ser aplicada en diversos campos.

El segundo capítulo, hace mención a la aplicación de la resiliencia en el contexto educativo, en el cual se entiende que la resiliencia se desarrolla no solo en los estudiantes y en los docentes, sino también se puede aplicar a toda la comunidad educativa en general.

Igualmente, existen modelos que respaldan su utilidad y su aplicación dentro del ámbito educativo, como son: la rueda de la resiliencia de Henderson y Milstein, y la casita de Vanistendael.

Igualmente, al hablar de resiliencia en el contexto educativo, se hace referencia al docente resiliente, quien cumple el rol de guía, mediador y facilitador de aprendizajes significativos. Por ende, el docente construye la resiliencia en sus estudiantes, cuando los acepta y aprecia como realmente son, al margen de su rendimiento académico. Del mismo modo, se sabe que los estudiantes que son resilientes, son aquellos que enfrentan de forma eficaz las exigencias propias del estudio y cualquier contrariedad que surjan durante esta etapa.

Así mismo, en la etapa de la adolescencia puede surgir diversas crisis durante el estudio, que si no se llega a enfrentar de manera adecuada y el estudiante no recibe ayuda por parte de los

que le rodean, como podrían ser sus docentes, la institución educativa, su familia, los amigos y otros, puede ocasionar graves consecuencias, como el bajo rendimiento académico y hasta la deserción escolar; por ello, ante la aparición de una crisis académica, familiar o social, es necesario encauzar a actuar desde su propia fortaleza y el apoyo de su entorno.

El tercer capítulo, hace referencia a la caracterización de los estudiantes comprendidos en el nivel de educación secundaria de la educación básica regular; a su vez, se hace una propuesta pedagógica vinculado al fortalecimiento de la resiliencia, a través del taller de reflexión, cuya denominación es: "Sembremos un árbol", que busca lograr la conciencia ambiental y fortalecer la resiliencia en los estudiantes.

Capítulo I

La resiliencia

1.1. Origen

El origen de la resiliencia, según los autores Forés y Grané (2008) "proviene del latín *resílio* que significa volver atrás, volver de un salto, rebotar, saltar hacia atrás, ser repelido o resurgir" (p.15). El concepto de resiliencia no es nuevo en la historia; dado que, su origen se viene estudiando desde los últimos 50 años, y está siendo cada vez más utilizado dentro de distintas disciplinas. A su vez, el concepto de resiliencia constituye un amplio constructo teórico que se da a principios de los años cuarenta. Desde entonces se ha suscitado un gran interés en mostrar un concepto más claro y complejo; en especial, muestran mayor interés aquellos que trabajan en el campo médico, social, psicológico y educativo (Rodríguez, 2018).

Por otra parte, el término resiliencia en sus inicios surge en la física y la mecánica de la metalurgia, y se refiere a la capacidad que tiene un metal de recuperar su forma original después de haber estado sometido a altas presiones; pero, en las ciencias sociales el término pasó a reconocerse como una capacidad que tienen las personas para triunfar de manera positiva dentro de la sociedad.

Piaggio (2009) señala sobre el origen de la resiliencia, lo siguiente

El término resiliency nació en la física (soltura de reacción, elasticidad), designa la capacidad de un cuerpo para resistir un choque. Pero atribuía demasiada importancia a la sustancia. Cuando pasó a las ciencias sociales, significó "la capacidad de triunfar, para vivir y desarrollarse positivamente, de manera socialmente aceptable, a pesar de la fatiga o de la adversidad, que suelen implicar riesgo grave de desenlace negativo". (p.293)

Mientras que en el campo de la psicología, la resiliencia se refiere a la capacidad psicológica que posee una persona para superar las condiciones adversas de la vida y sobreponerse a situaciones de malestar emocional o traumas.

Según Becoña (2006) señala el origen de la resiliencia en psicología y psiquiatría, el cual menciona a continuación

Se deriva de los esfuerzos por conocer la etiología y desarrollo de la psicopatología, especialmente de los niños en riesgo de desarrollar psicopatología debido a enfermedades mentales de los padres, problemas personales, conflictos interpersonales, pobreza o una combinación de varios de estos factores. (p.126)

También, se sabe que la psicología positiva viene enfocándose en el estudio del concepto de la resiliencia, como refiere Martín (2014) "el concepto de resiliencia se ha venido enmarcando principalmente dentro de lo que se ha dado en denominar Psicología Positiva" (p.31).

Afirma D'Alessio (2009) respecto a la resiliencia en la biología y la neurociencias, señala lo siguiente

Desde el punto de vista de la biología y la neurociencias, el cerebro es el órgano ejecutor central del sistema biológico responsable de la resiliencia y el encargado de regular los mecanismos neurobiológicos, cognitivos y psicológicos del individuo vinculados con la respuesta al estrés y la resiliencia. (p.12)

Por otro parte, en el campo de las Ciencias Sociales, la resiliencia se puede ver en la capacidad que tienen los pueblos y comunidades de enfrentar diversas situaciones difíciles y a pesar de eso, salir victoriosos y fortalecidos de tales contextos.

Campo et al. (2012) sobre la definición de la resiliencia en las Ciencias Sociales y Humanas, afirma lo siguiente

La definición del concepto de resiliencia en las Ciencias Sociales y Humanas, ha tenido su propio proceso evolutivo y su presentación puede resultar de gran importancia no solo para la comprensión profunda del concepto, sino para tener un criterio de análisis en torno a la producción investigativa teórica y de intervención sobre resiliencia. (p.547)

A lo largo de los años el término resiliencia se ha expandido, al campo de la educación, donde su uso está siendo cada vez más empleado. Para definir el concepto de resiliencia en la educación (Noriega et al., 2015) señalan que la resiliencia en la educación se entiende como un soporte moral y emocional; además, se establece como una cualidad que posee todo ser humano y que sirve de ayuda para que una persona no se desanime y no se deje vencer, por cualquier adversidad u obstáculo, que pueda encontrar a lo largo de su desarrollo académico.

Del mismo modo, Muñoz y De Pedro (2005) señalan que en la educación "el término implica, lo mismo que en física, una dinámica positiva, una capacidad de volver hacia adelante. La resiliencia humana no se limita a resistir, permite la reconstrucción" (p.112). Por consiguiente, se afirma que el concepto de resiliencia en la educación es igual al concepto de resiliencia en la física, donde a pesar de sufrir severas dificultades, el sujeto se rehace y continúa hacia adelante.

En la actualidad se sabe que el orígen de la resiliencia en el campo educativo, influye de manera significativa en la tarea que se cumple dentro de las escuelas, como señalan Acevedo y Restrepo (2015) que "hoy sabemos que los conocimientos sobre la resiliencia humana tienen importantes aplicaciones en la educación y en el trabajo dentro de las escuelas" p. 13). Además,

el enfoque de la resiliencia nace en el campo educativo, porque en la actualidad surge la necesidad de fortalecer a las personas y así prepararlos para hacer frente a los problemas, que surgen a lo largo de su vida (Pérez, 2007a).

Igualmente, menciona Cyrulnik (2014) "La resiliencia es un proceso en constante desarrollo" (p.33). De este modo, la resiliencia se puede definir como la capacidad para sobreponerse a las situaciones adversas, recuperarse y salir fortalecidos, y este término se encuentra en constante progreso y desarrollo. Por otro lado, según algunos autores como (Redondo et al., 2017) indican que, el concepto resiliencia se ha ampliado y modificado a lo largo del tiempo, recibiendo numerosas definiciones, siendo en la actualidad un concepto más dinámico y multidimensional. Del mismo modo, la idea de resiliencia ha modificado el punto de vista, contextual y sistemática del desarrollo humano a nivel individual y social.

Por último, en las investigaciones que se hicieron sobre la resiliencia en niños y adolescentes, se ha visto que el "origen de los trabajos sobre la resiliencia se remonta a la observación de comportamientos individuales de superación que parecían casos aislados y anecdóticos y al estudio evolutivo de los niños que habían vivido en condiciones difíciles" (Vinaccia et al.,2007, p.141).

1.2. Definición

Muchos autores describen la resiliencia desde distintos puntos de vista. Para evitar cualquier confusión aclaramos el término, Simpson (2017) define la resiliencia como "una capacidad que resulta de un proceso dinámico e interactivo entre el propio individuo y su entorno, entre las huellas de sus vivencias anteriores y el contexto del momento" (p.17). Por tanto, la resiliencia es un proceso que se da de manera dinámica; además, intervienen de forma

significativa el entorno del sujeto y las experiencias que posee de sus vivencias anteriores y las experiencias actuales. Igualmente, la naturaleza que posee la resiliencia es dinámica, y no es algo que se encuentra estático o estancado, al contrario, varía a través del tiempo y las condiciones.

Martín (2014) respecto a la resiliencia, afirma lo siguiente

La resiliencia tiene como principal característica la capacidad de resistir ante las crisis y pruebas de la vida con una especial capacidad para la adaptación y la superación, pudiendo hacer frente a las diversas situaciones con un balance final de éxito y enriquecimiento personal a pesar de las dificultades. Pero más que esto. El individuo resiliente ciertamente resiste, pero además lo hace con una estabilidad que no es la de todos. (p.24)

Por ello, la resiliencia posee una especial capacidad para adaptarse y superar cualquier dificultad, logrando salir airoso y con éxito, de cualquier situación difícil. Más aún, la persona resiliente es aquella que resiste y se mantiene en un estado estable, por encima de otros. Por otro lado, la resiliencia puede entenderse como un proceso creativo, lo cual supone que uno tenga que trabajar por adquirir la autoconfianza.

Al respecto (Madariaga, 2014) plantea que la resiliencia supone un cambio radical, y para esto se requiere de mucho valor, además es importante tener confianza en uno mismo, y saber a dónde vamos y cómo estamos yendo. De la misma forma, la resiliencia centra su atención en las fortalezas del sujeto y potencia aquellas que sirven para afrontar las adversidades; a su vez, la resiliencia se refiere a un proceso enérgico, ya que acentúa un camino permanente establecido por la misma persona, que entrelaza su propia existencia conforme con quienes se encuentran en su entorno.

De la misma forma, la resiliencia se entiende como la capacidad de enfrentarse a contextos difíciles durante toda la vida, y gracias a la superación de estas situaciones complicadas, se puede lograr un mayor crecimiento personal (Pérez, 2017b). Por consiguiente, la resiliencia es "la capacidad de crecer al enfrentarnos a circunstancias muy difíciles" (Vanistendael et al., 2013, p.10). Igualmente, la resiliencia "facilita un mejor desarrollo para seguir proyectándose en el futuro, a pesar de cruzarse con acontecimientos desestabilizadores, encontrarse con condiciones de vida difíciles y padecer traumas graves" (Forés & Grané, 2008, p.23).

En definitiva, ser resiliente no significa no sentir ningún malestar, dolor emocional o dificultad ante las adversidades; al contrario, es la capacidad de soportar las adversidades que se puedan presentar a lo largo de la vida. Por ello, se debe de ver las dificultades como oportunidades y no como cargas; puesto que, "las dificultades que parecen enormes son la oportunidad para crecer" (Papa Francisco, 2020, p.53).

Por su parte, los autores Granados-Osfinas et al. (2017) al respecto de la resiliencia, mencionan lo siguiente

Esta cualidad resiliente de soportar golpes y salir fortalecido, adquiere mucha importancia en el ámbito de la construcción humana y social, e invita a un cambio de actitud frente al propio desarrollo humano y a la manera como los sujetos afrontan la adversidad en medio del dolor de sus heridas. (p.52)

Así mismo, la resiliencia se entiende como la capacidad de sobreponerse a la presión y superar el estado inicial; además, salir fortalecidos de estas situaciones; del mismo modo, la resiliencia se entiende como la actitud necesaria para superar momentos de crisis y la habilidad

de gestionar equipos y crear metodologías proactivas y productivas en corto plazo. Por último, la resiliencia profundiza en la causa del impacto negativo, trabaja y gestiona la construcción de la nueva realidad, de esta forma, potencia la salida del conflicto con eficacia (Turienzo & Sala, 2011).

Uno de los componentes de la resiliencia es la confianza, que ayuda de forma significativa a superar cualquier dificultad que se pueda presentar. Vanistendael et al. (2013) "la resiliencia es en muchos casos una poderosa y positiva relación de confianza que nos permite afrontar la adversidad con cierta esperanza" (p.13). Por consiguiente, la resiliencia supone una acción esperanzadora, y confianza en la construcción de un mejor futuro, haciendo posible la transformación del sufrimiento en posibilidades de vida.

De la misma manera, el enfoque de resiliencia va más allá de solo resolver problemas; también, se ocupa de prevenir cualquier dificultad que surja en el futuro, y esto lo hace no solo mediante la reparación actual, sino preparando a los sujetos y familias para nuevos retos.

Además, ayuda a anticiparse a las dificultades futuras, aprender de las experiencias vividas y planear estrategias de superación más eficaces (Villalba, 2003). Por ende, la resiliencia se encarga de advertir los problemas futuros, y para esto, prepara al sujeto y las personas de su entorno; también, enseña a sacar lecciones de vida de las experiencias pasadas, con el fin de desarrollar habilidades eficaces que ayuden a la hora de afrontar cualquier problema.

Madariaga (2014) sobre los mecanismos de la resiliencia, señala lo siguiente

El organismo exhibe asimismo una importante capacidad de aprendizaje ligada a mecanismos de adaptación, pero también a mecanismos de resiliencia que nos prepara

para enfrentar mejor las amenazas como, por ejemplo, la creación de anticuerpos para mejorar nuestra respuesta ante patógenos a los que hayamos estado expuestos. (P.20)

De manera análoga, se sabe que el ser humano es capaz de adaptarse a cualquier contexto que le toque vivir, incluso nuestro organismo es capaz de generar anticuerpos, que ayudan a la hora de enfrentar cualquier dificultad.

Según Pérez (2007a) señala que, "Eric Loesel, en su libro *Factores de resiliencia* precisó algunos elementos necesarios para ser resiliente" (p.89). Los cuales mencionamos a continuación:

- Establecer una relación sólida al menos con uno de los miembros de la familia o alguien cercano.
- El apoyo por parte de la familia, los amigos, los compañeros de trabajo, los vecinos, entre otros.
- El desarrollo de habilidades cognitivas.
- Capacidad de enfrentar con éxitos situaciones que generen estrés.
- Cualidades de la persona que favorece al momento de enfrentarse a los problemas.
- La creación de un entorno educativo, donde se propicie un ambiente positivo y agradable para los estudiantes.
- Las experiencias de la vida incrementan la autoconfianza y la visión positiva acerca de uno mismo.

Concluimos, que la resiliencia se sostiene en la interacción social que existen entre el sujeto y el entorno que le rodea; Además, la resiliencia no es estable, sino que está en constante cambio; así pues, se puede decir que "la resiliencia puede considerarse como un proceso

permanente dinámico" (Martín, 2014, p.44). No obstante, uno no es resiliente para siempre. El comportamiento resiliente surge cuando el sujeto se enfrenta a determinadas situaciones de adversidad o estrés, y esto, no es que ocurra siempre y durante toda la vida de un ser humano.

1.2.1. Tipos de resiliencia

En esta parte, se ha categorizado los tipos de resiliencia tomando en cuenta los núcleos de desarrollo del ser humano. Por ende, la resiliencia es un proceso de desarrollo humano que combina experiencias de adversidad con la adaptación positiva. Este proceso se da por la interacción entre factores a nivel individual, familiar, comunitario o social y espiritual (Piaggio, 2009).

1.2.1.1. Resiliencia individual

La resiliencia individual se refiere a la capacidad que posee un sujeto de sobreponerse a sus dificultades y al mismo tiempo aprender de sus errores.

Del mismo modo, la resiliencia individual se ha centrado en estudiar solamente a la persona de forma específica, sin darle mucha importancia a su contexto familiar y social. De esta forma, pasó por alto las potencialidades que se puede generar en su entorno. "La resiliencia individual llevó a los clínicos a tratar de salvar a los sobrevivientes en forma individual sin analizar las potencialidades de su familia, o incluso a expensas de dar por perdida a esta o considerarla impotente" (Villalba, 2003, p.292). Por tanto, la resiliencia individual, se manifiesta en toda su potencialidad si esta se logra complementar, con el rol que cumple la familia y el medio social que rodea a la persona.

1.2.1.2. Resiliencia familiar

La resiliencia familiar se refiere a los procesos de superación y adaptación que se da dentro del núcleo familiar; asimismo, la resiliencia es una características propias de la familias que surgen a partir de las dificultades, las cuales hacen que los miembros de una familia, sean cada vez más fuertes (Gonzáles, 2016).

Igualmente, la resiliencia familiar confirma la capacidad que posee una familia de resistir a la crisis; de la misma manera, ayuda a identificar sus fortalezas para enfrentar con más eficacia a situaciones críticas y difíciles, así sean externos o internos y poder salir fortalecidos de dichos escenarios. Según (Cyrulnik & Anaut, 2016) se puede hablar de resiliencia familiar siempre y cuando la familia logra recuperarse de una situación traumática o difícil; también, sí es capaz de transformar la herida en una historia del pasado y en una experiencia que se puede compartir en un futuro. Finalmente, la resiliencia familiar es una gran ayuda al momento de enfrentar a situaciones de dificultad o estrés permanente, y salir fortalecidos.

Otros autores como Gomes y Kotliarenco (2010) definen la resiliencia familiar, de la siguiente manera

La resiliencia familiar se define como un conjunto de procesos de reorganización de significados y comportamientos que activa una familia sometida a estrés, para recuperar y mantener niveles óptimos de funcionamiento y bienestar, equilibrar recursos y necesidades familiares, y aprovechar las oportunidades de su entorno. (p.124)

1.2.1.3. Resiliencia social o comunitaria

La resiliencia social o comunitaria, se refiere al desarrollo de diversas formas o maneras de afrontar sucesos que pongan en peligro a un grupo de personas o a toda una nación, y así

crean bases de integración que permitan la supervivencia, expansión e influencia del grupo. Por otra parte, el la resiliencia comunitaria tiene su origen en Latinoamérica, donde a los desastres naturales se añade la pobreza y la desigualdad; asimismo, la resiliencia comunitaria es un concepto nuevo, por el contrario a la resiliencia individual, y se refiere a la capacidad de afrontar los traumas y conflictos sociales que son ocasionados por los grupos humanos (Uriarte, 2013).

Según (Piaggio, 2009) los niños y adolescentes resilientes responden mejor al contacto con otras personas y generan mayores respuestas positivas en los otros; también, los niños se adaptan más rápido, son activos y flexibles durante la infancia. En cambio, en la etapa de la adolescencia, la resiliencia se da en la interacción con otros adolescentes de su edad. En efecto, el adolescente selecciona a las personas con quienes quiere entablar una amistad o una relación de pareja.

Por ello, en la etapa de la infancia, los niños son más amigables y hacen amigos con facilidad, mientras que en la adolescencia, su ser social disminuye, dado que los adolescentes se vuelven más selectivos en sus amistades y en la interacción con los demás.

1.2.1.4. Resiliencia espiritual

La resiliencia espiritual no siempre se refiere y se relaciona con la experiencia religiosa; pero, para muchos autores la resiliencia espiritual incluye un componente religioso, puesto que, en este sentido se puede vincular con el significado y el propósito, al final de la vida con la necesidad del perdón, la reconciliación o afirmación de los valores. Por otro lado, la dimensión espiritual, ayuda al desarrollo de cualidades resilientes en los seres humanos, y exige la aplicación de la ética y la moral en los profesionales que buscan desarrollar respuestas resilientes ante la aparición de conflictos (Bermejo, 2011).

En el sentido religioso, en la Biblia de (Jerusalén, 2009) encontramos numerosos ejemplos de resiliencia; uno de ellos es la historia de Abraham, el padre de la fe, que esperó pacientemente por muchos años a su único hijo Isaac, además de recibir las promesas que Dios le hizo (Gn.21:22).

Otro ejemplo, es la historia de José, que fue vendido como esclavo por sus hermanos, quienes le tenían mucha envidia, por ser el hijo predilecto de su padre Jacob, pero en el transcurso de los años, se convirtió en personaje importante y poderoso en Egipto (Gn.41:41). Por último, se puede ver la historia de Job, un hombre perfecto y temeroso de Dios, que tuvo que pasar por diversas pruebas; pero al final gracias a su resistencia, fue premiado por Dios con la restauración de todas sus riquezas y nuevos hijos (Job. 42:10).

1.3. Resiliencia: factores de riesgo y factores de protección

Dentro de la resiliencia existen dos tipos de factores, que se les conoce como los factores de riesgo y los factores de protección. Se ha comprobado que las personas que son resilientes son aquellas que a pesar de vivir en un contexto difícil, desarrollan la habilidad de crear factores protectores para superar los problemas o situaciones de riesgo.

Los factores de riesgo son más potentes que los factores de protección; dado que, cuando se presenta un nivel alto de riesgo, los factores de protección se pueden presentar de forma débil, al momento de proteger contra la adversidad extrema. Mientras que en los niños, adolescentes, adultos y familias que se encuentran en alto riesgo, los factores de protección y las cualidades de resiliencia ofrecen medios más seguros de cómo afrontar los riesgos (Villalba 2003).

a. Factores de riesgo

Los factores de riesgo se pueden entender como una cualidad o característica de una persona o comunidad, que pueden dañar la salud física, mental, espiritual, y socio emocional. De esta manera, un factor de riesgo es cualquier característica o cualidad que posee una persona o comunidad y existen un riesgo alto de que puede llegar a dañar la salud física y mental; también, puede afectar negativamente el desarrollo de una persona (Gonzáles,2016).

Según (Braverman, 2001, citado en Becoña, 2006) sobre los factores de riesgo, señala lo siguiente

Los factores de riesgo como aquellos estresores o condiciones ambientales que incrementan la probabilidad de que un niño experimente un ajuste promedio pobre o tenga resultados negativos en áreas particulares como la salud física, la salud mental, el resultado académico o el ajuste social. (P.134)

Por ende, los factores de riesgos son cualidades del ser humano, de una familia o de una comunidad; que pueden crear diversos problemas en la salud física y mental de los sujetos.

b. Factores de protección

Los factores de protección, son aquellas condiciones o características propias de las personas, y del entorno que le rodea. Igualmente, este factor es capaz de favorecer el progreso de la persona, grupo o comunidad; en el mejor de los casos, ayuda a reducir los efectos que conlleva atravesar por una situación difícil, dolorosa y traumática.

Es así, que los factores protectores, hacen que una persona pueda recuperarse de situaciones adversas y difíciles; incluso, pueda transformar las ventajas en desventajas; de ahí

que pueda construir su bienestar físico, mental, social y espiritual, de modo que pueda convertirse en una persona resiliente.

Así mismo, "En la resiliencia intervienen algunos "factores protectores" que operarían protegiendo al sujeto de la hostilidad encontrada en su entorno" (García-Vesga & Domínguez-de la Ossa, 2013, p. 67). Por consiguiente, los factores protectores, crean una especie de escudo protector, encargado de proteger a la persona de cualquier escenario desfavorable propiciado por el medio que le rodea

Según Gómez y Kotliarenco (2010) quienes mencionan sobre los factores protectores, lo siguiente

Apunta a la función de "escudo" que ciertas variables cumplen sobre el funcionamiento familiar para mantenerlo saludable y competente bajo condiciones de estrés: por ejemplo, las celebraciones familiares, el tiempo compartido o las rutinas y tradiciones familiares. (P.111)

Por ello, es importante el tiempo destinado a la familia y la práctica de sus tradiciones, que unen a toda la familia; dado que, este es un medio potente que ayuda de forma significativa a conbatir las situaciones de estrés o las condiciones de riesgo.

De la misma forma, los factores de protección son una fuente que ayuda a superar y sobreponerse de cualquier situación dolorosa o traumática, que pueda llegar a experimentar una persona a lo largo de su existencia; ya que, "Los factores de protección reducen el riesgo de la persona ante distintas conductas problemas" (Becoña, 2006, p. 134).

Los autores Henderson y Milstein (2003) definen la resiliencia de la siguiente manera

La resiliencia es un atributo que varía de un individuo a otro y que puede crecer o declinar con el tiempo; los factores protectores son características de la persona o del ambiente que mitigan el impacto negativo de las situaciones y condiciones estresantes. (p. 27)

Los factores protectores externos, se refieren a las condiciones del entorno que ayudan a reducir posibles daños emocionales, físicos y psicológicos; estos pueden ser: la familia, el apoyo de un adulto, la aceptación del entorno laboral y social. Mientras que, los factores protectores internos, son aquellas cualidades que posee una persona, como, por ejemplo: la confianza en uno mismo, la empatía, el autoconcepto y la auto aceptación.

Por último, en el entorno educativo, los factores protectores son medios eficaces para lograr estudiantes resilientes; pero, esto conlleva que los involucrados en la educación cuenten con ciertas cualidades y características. Más aún, si se quiere desarrollar factores protectores resilientes dentro de la institución educativa, es necesario contar con equipos de directivos, docentes y administrativos que contagien expectativas positivas, al mismo tiempo sean realistas, y cooperen en consolidar retos en los estudiantes (Pérez, 2017b).

1.4. Teorías que respaldan la utilidad de la resiliencia

Es importante considerar las teorías de la resiliencia. En este trabajo de investigación consideramos las teorías que hacen una referencia más cercana a nuestro tema.

a. Teoría de resiliencia de Vanistendael

Vanistendael (1994) señala que la resiliencia es la capacidad de triunfar, vivir y desarrollarse en el entorno social, y esto realizado con una aceptación positiva, a pesar de la

tensión, el estrés o de cualquier dificultad que involucra el riesgo de obtener un resultado negativo; también, el autor enfoca la resiliencia mediante dos dimensiones:

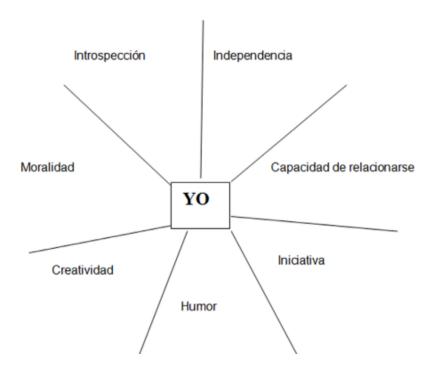
- La primera, es la resistencia de una persona a la destrucción, y la capacidad de proteger la propia integridad, ante fuertes presiones.
- La segunda, como la capacidad de construir y salir fortalecidos de una crisis, además, establacer una existencia digna de ser vivida a pesar de las circunstancias adversas.

b. Teoría de mandala de Wolin y Wolin

Los psicólogos, Wolin y Wolin en el año 1993, introdujeron el concepto de mandala con el fin de explicar los *pilares* en los que se asienta la resiliencia y donde se muestra las cualidades individuales que protegen a las personas ante circunstancias adversas; de esta manera ayudar a generar procesos resilientes en los seres humanos. Según la (Real Academia Española [RAE], 2014) una mandala es un dibujo múltiple de forma circular, que se pueden ver casi siempre en el hinduismo y budismo.

La mandala en la resiliencia, hace referencia a la concentración de las fuerzas naturales y la voluntad interior para mejorar la calidad de vida. Por ello, se basa en las fortalezas personales que el sujeto puede desarrollar (Puig & Rubio, 2011).

Figura 1: Mandala de la resiliencia



Fuente: Tomado de, (Kotliarenco et al., 1997, p.26)

De la misma forma, la mandala de la resiliencia cuya figura está representada en el párrafo anterior, posee siete pilares que son los siguientes: Introspección, independencia, capacidad de relacionarse, iniciativa, creatividad, humor y moralidad.

Según los autores Kotliarenco et al., (1997) los siete pilares de la resiliencia, se explican o resumen muy brevemente de la siguiente manera:

- a. Introspección. Se refiere a la capacidad de hacerse preguntas difíciles y darse respuestas honestas; igualmente, gracias a esta capacidad, las personas pueden llegar a ser más honestos consigo mismos.
- **b. Independencia.** Se refiere a la capacidad de establecer límites con uno mismo y el medio social si esta llega a ser hostil para una persona; también, se refiere a la distancia física y

emocional, que se pone cuando se manifiesta alguna situación de riesgo, en cualquier etapa de la vida.

- c. Capacidad de relacionarse. Se refiere a la habilidad de establecer lazos íntimos y gratos con otras personas.
- **d. Iniciativa.** Es la capacidad de hacer frente a los problemas y hacerlo con responsabilidad, de esta manera esforzarse de forma progresiva en tareas cada vez más exigentes y demandantes.
- **e. Creatividad.** Es la capacidad de crear orden y belleza a partir del caos, haciendo uso de la imaginación y las diferentes maneras de expresión a través del arte.
- f. Humor. Capacidad de encontrar el lado gracioso de una dificultad. El humor ayuda significativamente en la superación de obstáculos y problemas; además, de reirse de lo confuso que es la vida.
- **g. Moralidad.** Hace referencia a la conciencia moral, y a la capacidad de comprometerse con la práctica de los valores; a su vez, saber diferenciar y elegir entre lo bueno y lo malo.
 - c. Teoría de resiliencia comunitaria de Suárez Ojeda

Según (Suárez, 2007) citado en Simpson (2018) define la resiliencia comunitaria, como "la condición colectiva para sobreponerse a desastres y situaciones masivas de adversidad y construir sobre ella" (p.84).

En sus inicios, este modelo nace en latinoamérica, y es presentado por Suárez (2001) el cual señala que la resiliencia comunitaria, surge cuando una persona es testigo de los desastres que sufre una comunidad, el cual produce dolor y pérdidas de vida y recursos. Por otra parte, estos sucesos casi siempre producen efectos de solidaridad en las personas, quienes ayudan a la reconstrucción de los daños y así colaboran a que una comunidad, ciudad o todo un país, siga adelante a pesar de los daños sufridos.

Los "pilares comunitarios" que propone (Suárez, 2001, p. 67) son los siguientes: autoestima colectiva, identidad cultural, humor social, honestidad estatal. Se explican de manera breve de la siguiente manera:

- Autoestima colectiva. Se refiere a la satisfacción que posee un sujeto, al sentirse parte del lugar en el que vive.
- **Identidad cultural.** Está constituida por las costumbres, valores, canciones e idiomas del entorno del sujeto.
- Humor social. Es la capacidad de ver con humor la propia tragedia y así poder superar con facilidad las adversidades.
- Honestidad estatal. Referido a la existencia de una conciencia grupal que rechaza la corrupción por parte de los gobiernos e instituciones.

La resiliencia comunitaria se refiere a la capacidad del sistema social y de las instituciones de hacer frente a las adversidades y posteriormente reorganizarse; de este modo, mejorar sus funciones, su estructura y su identidad (Uriarte, 2013).

d. Teoría de resiliencia de Edith Grotberg

De acuerdo con la teoría de (Grotberg, 2003) para hacer frente a las adversidades, superarlas y salir fortalecido; se identifica factores resilientes y los organiza en cuatro categorías, que son: "yo tengo"; "yo soy" y "yo estoy" y "yo puedo".

Asimismo, Grotberg (2006) menciona las "categorías de factores resilientes" (p. 20). Los cuales se presenta a continuación:

a. Yo tengo

• Relaciones confiables, personas en quien confío y amo

- Soporte emocional fuera de la familia
- Un hogar con reglas
- Padres que fomentan la autonomía. Ambiente familiar estable
- Modelos a seguir
- Organizaciones religiosas o morales a mi disposición
- Personas que me van a apoyar ante cualquier circunstancia

b. Yo soy

- Una persona por la que otros sienten aprecio y cariño
- Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi efecto
- Respetuoso de mí mismo y del prójimo

c. Yo estoy

- Dispuesto a responsabilizarme de mis actos
- Seguro de que todo saldrá bien

d. Yo puedo

- Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan
- Buscar la manera de resolver los problemas
- Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien
- Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar
- Encontrar alguien que me ayude cuando lo necesito

Capítulo II

La resiliencia en el contexto educativo

2.1. Pedagogía resiliente como estrategia en la enseñanza y aprendizaje, en el nivel de educación secundaria

La resiliencia puede ser vista como un paradigma novedoso que se desarrolla en los estudiantes, los docentes, y la comunidad educativa en general, dado que ofrece a las instituciones educativas un marco conceptual congruente y centrado en investigaciones y en experiencias extraídas de forma satisfactoria (Acevedo & Mondragón, 2005).

Del mismo modo, se debe enseñar a los estudiantes, que los problemas pueden ser vistos como oportunidades y no como situaciones imposibles de superar. Así pues, es significativo el papel que desempeña la Institución Educativa en su rol como educadora y guía; generando un clima en donde se construya la resiliencia en los estudiantes, tal como lo indica, Pérez (2017b) quien precisa que, "una institución que educa en y desde la resiliencia se ocupará de generar un clima institucional favorable para la forma de estar y compartir" (p.203). Por ello, la institución educativa que brinda una educación en la que se resalta la construcción de la resiliencia en los estudiantes, crea un clima positivo entre toda la comunidad educativa.

Por otro lado, Pereira (2011) sobre las escuelas resilientes, hace mención lo siguiente

La escuela está aprendiendo a ser resiliente, repensando el concepto y los objetivos de la educación desde esta perspectiva, reflexionando acerca de cómo la escuela puede ser una institución constructora de resiliencia, trabajando con las fortalezas más que con las debilidades y contagiando una mirada esperanzadora. (p.76)

Por ende, la resiliencia es un factor importante que puede ser aplicado como estrategia en la enseñanza y el aprendizaje de los educandos, aunque todavía es nuevo en el campo educativo, pero su aplicación en las instituciones educativas puede traer aportes significativos en los estudiantes, quienes, son la razón de ser de una institución educativa.

1.2. Modelos que respaldan la utilidad de la resiliencia en el ámbito educativo

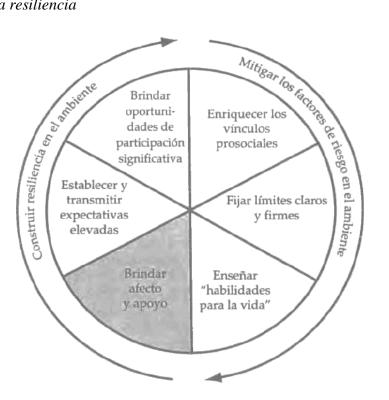
En relación a los modelos que respaldan la utilidad de la resiliencia en el ámbito educativo, y luego de haberse efectuado una búsqueda bastante intensiva, se han encontrado varios modelos propuestos por diversos autores. Sin embargo, y dada su utilidad e importancia, se presentan los modelos que corresponden a Henderson y Milstein y Vanistendael, cuyos fundamentos se resumen a continuación:

a. Rueda de la resiliencia de Henderson y Milstein

Henderson y Milstein (2003) presentan *la rueda de la resiliencia*, un modelo que puede ser aplicado en las instituciones educativas. Igualmente, este modelo puede ser desarrollado tanto por los docentes como por los estudiantes. Por otra parte, en la rueda de la resiliencia, se establecen estrategias basadas en seis pasos con la intención de promover la resiliencia en las escuelas, y estos son: Enriquecer los vínculos, fijar límites claros y firmes, enseñar habilidades para la vida, ofrecer afecto y apoyo, establecer y transmitir expectativas elevadas, finalmente, brindar oportunidades de participación significativa.

Este planteamiento se puede entender mejor mediante la figura que a continuación se presenta:

Figura 2: Rueda de la resiliencia



Fuente: Tomado de, (Henderson & Milstein, 2013, p. 31)

Según Henderson y Milstein (2013) los seis pasos para promover la resiliencia en las escuelas, se explican brevemente de la siguiente manera:

- Primer paso. Enriquecer los vínculos. Según los autores, la institución educativa debe
 implementar medios eficaces para establecer e incrementar las relaciones interpersonales
 entre los estudiantes, los docentes y toda la comunidad educativa; con el fin de consolidar los
 lazos y de esta forma promover una mayor confianza mutua.
- Segundo paso. Fijar límites claros y firmes. Los estudiantes conscientes de ser miembros de la institución educativa, se comprometen con la práctica, el respeto y el cumplimiento de las normas y leyes de su institución educativa; de esta manera, se les invita a cambiar ciertas conductas negativas, que ponen en riesgo su desarrollo académico. Asimismo, se recomienda

dar a conocer las normas por escrito y transmitirlas con claridad, para que sean aplicadas y puestas en práctica.

- Tercer paso. Enseñar habilidades para la vida. Se refiere a la inserción del pensamiento crítico, la cooperación, la toma de decisiones en un entorno democrático, manejo de conflictos de manera pacífica y promoción de la comunicación asertiva en toda la comunidad educativa; también, es importante que los estudiantes sepan que sus actitudes tanto buenas como negativas acarrea ciertas consecuencias. Por ende, se busca el desarrollo de habilidades con el fin de evitar problemas en el futuro. Por último, el tercer paso se relaciona con la creación de un ambiente, donde se procure adquirir aprendizajes significativos en los estudiantes y la participación eficaz de los adultos dentro de la institución educativa.
- Cuarto paso. Ofrecer afecto y apoyo. Este elemento es la base del proceso de la resiliencia, por eso aparece sombreado en el diagrama de la Rueda de la Resiliencia. La escuela debe de convertirse en un lugar en la que se da y se recibe ayuda mutua; al mismo tiempo, el afecto no necesariamente es proporcionado por los miembros de la familia biológica, este puede ser brindado por los docentes, vecinos, amigos entre otros. Por ello, los docentes deben de reconocer a los estudiantes como sujetos que poseen un valor incalculable, y muchas veces están necesitados de afecto; de la misma forma, los docentes deben de ayudar a que los educandos logren encontrar y desarrollar su propia resiliencia, a través de sus fortalezas.
- Quinto paso. Establecer y transmitir expectativas elevadas. Las expectativas que se tienen de los estudiantes deben de ser altas y realistas. Es así, que la escuela es responsable de contribuir a que los estudiantes y docentes sepan que son sujetos capaces de alcanzar las metas elevadas que se desea para ellos.

• Sexto paso. Brindar oportunidades de participación significativas. Este paso implica cambiar la mirada hacia los estudiantes, dejar de verlos como objetos y convertirlos en actores activos, capaces de emprender proyectos importantes para ellos mismos y para toda su comunidad. De esta manera, permitirles ser partícipes de la toma de decisiones de forma activa y haciendo uso de su creatividad, para promover en ellos el sentido de pertenencia hacia la institución y la construcción de su propia realidad.

En síntesis, La aplicación de estos seis pasos, dan como resultado en los estudiantes una concepción más positiva de sí mismos, una mayor identificación con la escuela, un compromiso serio con las reglas y mejoras significativas. Se ha verificado que estos pasos son factores decisivos en el fortalecimiento de la resiliencia.

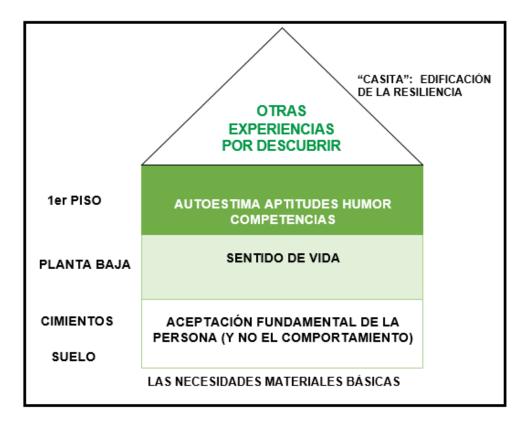
b. Modelo de "La casita de Vanistendael"

Según Rodríguez (2009) *la casita de Vanistendael*, fue elaborada por Stephan Vanistendael en 1994. Este modelo resume los elementos básicos para la construcción de la resiliencia individual, en la familia y en la comunidad.

La *casita* es un modelo cualitativo, donde sintetiza una serie de elementos de la resiliencia, los cuales se encuentran en diversas culturas y situaciones (Vanistendael et al., 2009). Es así, que todo en su conjunto representa a un hogar en el cual se desenvuelve la vida de un ser humano.

Este planteamiento se puede comprender de mejor manera, a través de la figura que a continuación se presenta:

Figura 3: La casita de Vanistendael



Fuente: Tomado de, (Rodríguez, 2009, p.299)

La casita de Vanistendael cuya figura se representa en el párrafo anterior. (Orteu, 2012) explica de la siguiente manera:

- En la base de la casita, están situadas las necesidades básicas como la alimentación y los cuidados elementales, para cuidado de la salud.
- En el subsuelo, está la aceptación incondicional del niño y del adolescente, al menos por una persona importante de su entorno, como pueden ser: la familia, los amigos, los vecinos, compañeros de la escuela, compañeros de juego, entre otros, quienes desempeñan un rol significativo en su desarrollo. Amar a un niño y a un adolescente es creer en él, descubrir y valorar sus talentos, motivaciones, aptitudes y darle oportunidades para desarrollarse.

- En la planta baja, se encuentra la capacidad de encontrar un sentido a la propia vida. Por ello, para un niño y un adolescente hacerse responsable de alguna tarea que conlleva un grado alto de responsabilidad como puede ser: cuidar de una mascota, ayudar a su hermano pequeño, defender a un compañero débil de la escuela, le brinda una oportunidad de encontrar un sentido a su estancia en este mundo.
- En el primer piso, se encuentra las habilidades sociales y aptitudes, que son necesarios en la resiliencia y están vinculados al éxito social, la creatividad, la autoestima y el sentido del humor, que son de mucha importancia, porque ayudan a relajarse y alejarse de los problemas.
- En la zona más alta de la casa se encuentra el desván, donde encontramos la apertura a otras expectativas que pueden contribuir a la resiliencia. También, es aquí donde las personas tienen mayor apertura a las experiencias y perspectivas que deja el pasar por una situación adversa; del mismo modo, a través de la reflexión, se puede llegar a comprender y valorar tales situaciones.

1.3. La resiliencia en la educación

En la actualidad, las investigaciones sobre la resiliencia están siendo utilizado en diversas áreas, siendo su aplicación cada vez más en el ámbito educativo; transformando la forma de ver el sentido de la educación en los estudiantes; a su vez, la resiliencia está realizando diversos aportes que son de utilidad en el medio educativo y su influencia en la adquisición de aprendizajes significativos.

Los autores Henderson y Milstein (2003) señalan la siguiente definición con respecto a la resiliencia en los estudiantes y docentes

La resiliencia puede definirse como la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad, y de desarrollar competencia social, académica y vocacional pese a estar expuesto a un estrés grave o simplemente a las tensiones inherentes del mundo de hoy. (Henderson & Milstein, 2003, p.26)

La definición antes descrita deja claro que, en estos tiempos actuales, todos los seres humanos y en especial los estudiantes, necesitan fortalecer la resiliencia en sus vidas. Por otra parte, de acuerdo con (Pérez, 2007a) el enfoque de la resiliencia nace en el campo educativo, porque en la actualidad surge la necesidad de fortalecer a las personas internamente para hacer frente a los problemas, que surjan a lo largo de su vida. Por consiguiente, la institución educativa debe mostrar interés por la historia de vida de cada uno de sus miembros; asimismo, debe de establecer acciones para que sean escuchados, atendidos y orientados adecuadamente. Por eso, es importante darle mayor realce a la construcción de la resiliencia en los estudiantes, sobre todo en la etapa de la adolescencia, en la cual se encuentran más expuestos a padecer de cualquier patología psicológica durante su desarrollo académico.

Por tanto, promover una educación en resiliencia es de suma importancia, más aún en estos tiempos en los que los estudiantes, se enfrenta a diversos cambios y está expuesto a situaciones de vulnerabilidad. Por ello, Villalobos y Castelán (s.f.) afirman que "la resiliencia en educación es la capacidad de resistir, es el ejercicio de la fortaleza, como la entienden los franceses: "courage" para afrontar todos los avatares de la vida personal, familiar, profesional y social" (p.3). Por ende, una comunidad educativa que trabaja por fortalecer la resiliencia en todos sus miembros, logrará cambios significativos en torno a la educación emocional y cognitivo de sus estudiantes.

Por su parte, Pérez (2017b) sobre la institución educativa, afirma lo siguiente

La institución educativa, de alguna manera es responsable de acompañar a los estudiantes en su búsqueda y capacidad de elección, y eso no es solo en una carrera profesional, sino también en todo aquello que dé sentido a sus vidas. De esta manera, resulta necesario generar planes de orientación encaminados a potenciar el autoanálisis, la toma de decisiones maduras, responsables, comprometidas y, por supuesto autónomas. (p.203)

Existen estrategias que se puede fomentar desde el sistema educativo, con el fin de generar comportamientos resilientes en los estudiantes y estas son:

- Reconocer que el entorno social del adolescente y del docente influyen en el proceso de aprendizaje y enseñanza.
- Hacer uso de sus experiencias de vida y su interacción con otros miembros de su entorno,
 como medio de reflexión.
- Identificarse con problemas sociales que aquejan a su comunidad, y buscar posibles soluciones.
- Identificar el impacto que produce los diversos conflictos internos que se suscitan al interior de una institución educativa, y cómo esto afectan las relaciones interpersonales.
- Mostrar interés por las diversas opiniones y experiencias culturales y sociales de los demás miembros de la comunidad educativa.
- Colaborar y participar en las diversas actividades académicas y sociales que se realizan en la institución educativa.

Según menciona (Muñoz & De Pedro, 2005) la escuela permite a los estudiantes a encontrar un espacio de libertad y creatividad que favorece a la construcción de su resiliencia frente a situaciones de adversidad, de la siguiente manera:

- Cuando propicia una actitud de escucha atenta, brinda apoyo y muestra interés por el estudiante.
- Cuando establece reglas y límites claros con expectativas altas, pero sin sobrecargar demasiado al estudiante.
- Cuando promueve la participación activa por parte del estudiante, en la vida de la familia, de la escuela y de la comunidad.

1.3.1. El docente resiliente

Si se habla de la resiliencia en el contexto educativo, se tiene que destacar el papel de los docentes; ya que, el docente como sujeto de la educación es un actor principal en la formación humana y académica de los estudiantes, además es el que propicia el aprendizaje mediante el proceso educativo. Así pues, es necesario que exista docentes comprometidos con el proceso pedagógico, involucrados con la labor educativa que realizan, y orientado al desarrollo integral del estudiante.

El Papa Francisco (2020) sobre la labor de los docentes a continuación, afirma lo siguiente

Los educadores y los formadores que, en la escuela o en los diferentes centros de asociación infantil y juventud, tiene la ardua tarea de educar a los niños y jóvenes, están llamados a tomar conciencia de que su responsabilidad tiene que ver con las dimensiones morales, espirituales y sociales de la persona (p.75)

Por consiguiente, se resalta la labor del docente y el papel que desempeña como facilitador en el fortalecimiento de la resiliencia de sus estudiantes, además de guiarlos y cumplir la función de mediador en la adquisición de aprendizajes significativos, tal como mencionan Noriega et al. (2015)

En toda institución educativa el profesor tiene una función de guía, mediador y facilitador de aprendizajes significativos. La resiliencia está en relación directa con los ambientes de aprendizaje y cómo afectan a su desarrollo. Si el profesor genera un ambiente de aprendizaje amable y agradable con tono humano, logrará que los estudiantes estén motivados y puedan ver en su quehacer diario una realización personal. (p.43)

Entonces, el rol que cumple el docente en el desarrollo de la resiliencia en sus estudiantes es fundamental; por ello, es importante tener en cuenta que el trato y el ambiente que propicia son esenciales para el desarrollo de los aprendizajes y el crecimiento humano de sus estudiantes. Para lograr esto, "El punto de partida es que el docente necesita reconocer la fuente de su propia resiliencia, y estar convencidos de que todos los alumnos pueden transformar y cambiar sus vidas" (Pérez, 2007b, p.90).

Uno de los riesgos que contribuye a las dificultades en el aprendizaje, está relacionado directamente a los problemas que aquejan a los estudiantes, que puede ser, el hogar de donde proceden y la cultura que predomina en su medio. Uno de los elementos para aminorar dichos problemas, es la sensibilidad que poseen los docentes ante situaciones de adversidad que pasan sus estudiantes y su capacidad en promover experiencias de aprendizajes que cubran las necesidades de cada uno de sus estudiantes. Los docentes y la institución educativa tienen el poder de transformar vidas, tal y como se demuestra en diversas investigaciones y experiencias educativas (Acevedo & Mondragón, 2005). Por consiguiente, el fortalecimiento de la resiliencia en las instituciones educativas, se genera cuando los docentes brindan a los estudiantes oportunidades, para que ellos puedan practicar conductas resilientes.

Asimismo, la clave principal para generar factores protectores de resiliencia en las instituciones educativas, es la de reforzar dichos factores resilientes en la vida de sus estudiantes

y de los docentes. También, es responsabilidad de los docentes detectar a los estudiantes "en riesgo" y ayudarlos a construir su propia resiliencia (Noriega et al.,2015). Por tanto, si se quiere construir la resiliencia en las instituciones educativas, el primer requisito que se debe de tener en cuenta, es que los docentes sean profesionales resilientes, capaces de involucrarse en esta difícil tarea de buscar el desarrollo integral de todos los estudiantes.

Afirma Uriarte (2006) sobre el docente un resiliente, lo siguiente

El profesor resiliente construye la resiliencia en los alumnos cuando les *acepta y aprecia* tal cual son, al margen de su rendimiento académico. Lo peor que podría hacer un maestro con un alumno en riesgo es dejarlo estar, pero sin ocuparse de él. (p.17).

Por ende, un docente que busca construir la resiliencia en sus estudiantes, demuestra afecto por ellos, los acepta y aprecia tal como son, dejando de lado el desempeño académico; igualmente, el docente no debe ignorar si observa actitudes negativas y comportamientos contrarios en un estudiante; lo que debe de hacer es preocuparse por él y buscar soluciones que le ayuden a salir de esa situación. Con esto, el docente promueve actitudes resilientes en los educandos. Según (Muñoz & De Pedro, 2005) El docente desde su práctica educativa es una imagen fundamental en el proceso de prevención y promoción de actitudes que posibilitan la resiliencia, como a continuación se mencionan:

- Establecer relaciones interpersonales, entre el docente y los educandos.
- Descubrir en cada persona aspectos positivos; además, de confiar en las capacidades que poseen sus estudiantes.
- Promover la empatía, para poder entender mejor los puntos de vista de cada uno, así como sus actitudes y acciones.

- Evitar humillar, ridiculizar, y rebajar a los estudiantes; también, evitar la indiferencia ya
 que esto afectan de forma negativa la autoconfianza de un escolar y la imagen que posee
 de sí misma.
- Adoptar actitudes que promuevan el respeto, la comprensión y la solidaridad.
- Saber que cada persona es distinta y posee intereses, necesidades y dificultades diferentes a la de los demás.
- Fijar límites claros en su salón de clases, de tal manera, que puedan ser cumplidos por todos.
- Dirigirse con respeto y educación a los educandos y demás miembros de la comunidad educativa; por otro lado, las correcciones y observaciones hacia los estudiantes deben ser hechas con la finalidad de ayudar a mejorar el desempeño de los estudiantes.
- Desarrollar comportamientos que promuevan la práctica de los valores y normas, incluyendo los principios de resiliencia en los estudiantes.

1.3.2. Crisis en el estudio

El estudiante no resiliente buscará sobrevivir de una situación crítica, quedándose como está y hace el mínimo esfuerzo de luchar por lograr salir de tal situación; por el contrario, el estudiante resiliente, asume la existencia de la dificultad y la aprovecha al máximo. Por ello, la crisis y el cambio está unido a la posibilidad del desarrollo de la resiliencia, lo cual es una oportunidad para crecer ante la dificultad que se atraviesa.

Cuando un adolescente percibe que no puede enfrentar sus problemas de forma eficaz, es entonces cuando empieza a mostrar cambios en su comportamiento y esto puede traer efectos negativos no sólo en su propia vida, sino también en su rendimiento académico.

Abandonar el estudio significa un fracaso, el adolescente duda de sus capacidades intelectuales. Es muy importante mantenerlo dentro del sistema educativo, los problemas de aprendizaje deben ser atendido con estrategias psicopedagógicas, partiendo de las fortalezas del alumno y sus capacidades, para ayudarlo a construir una personalidad resiliente (Rodríguez, 2009, p.300)

La resiliencia en los estudiantes en la etapa escolar, es fundamental, debido a que puede existir o surgir factores internos y externos que llegan a aquejar a los educandos, llegando en algunos casos a convertirse en contextos donde se producen traumas o situaciones de estrés. Por consiguiente, se debe encauzar el fortalecimiento de la resiliencia en los estudiantes durante la etapa de desarrollo y formación académica, con el fin de obtener mejores resultados y un mejor rendimiento académico, además de prevenir la exclusión y la deserción escolar.

Los autores Fínez y Morán (2014) sobre la resiliencia académica, señalan lo siguiente

La resiliencia académica actúa como factor protector frente al cansancio emocional motivado por las demandas académicas en los estudiantes, ya que también en ellos se puede presentar una fatiga extrema, pérdida de interés por los estudios y desgaste emocional tras estar sometido a períodos prolongados de estrés. (p.292)

1.4. Resiliencia en la adolescencia

La adolescencia es un periodo de muchos cambios, y donde se producen el desarrollo biológico, sexual y social. La adolescencia es la etapa posterior a la niñez y comienza con la pubertad. El (Ministerio de Salud [MINSA], 2017) señala que es complicado hacer una definición de lo que realmente es la adolescencia, debido a varios factores. Asimismo, según lo establecido en la Resolución Ministerial N° 538-2009/MINSA, los adolescentes son todas las personas

hombres y mujeres entre los 12 y 17 años de edad. En esta etapa los adolescentes, presentan muchos cambios físicos, como en su personalidad.

Por otro lado, (Pereira, 2011) menciona que la adolescencia temprana comprende entre los 11 y los 14 años, mientras que la adolescencia media es entre los 15 y los 17 años, y finalmente la adolescencia tardía comprende entre los 18 y los 25 años. Cada una de estas subetapas implica diversos desafíos durante su desarrollo. No obstante, hay adolescentes que desarrollan de manera eficaz factores de resiliencia, mientras que otros en una situación parecida no lo hacen.

Según, Vinaccia et al. (2007) hace referencia a la adolescencia, con la siguiente afirmación

La adolescencia es una etapa del ciclo vital donde hay retos y obstáculos significativos para el adolescente que se ve enfrentado al desarrollo, en primera instancia, de su identidad y a la necesidad de conseguir independencia de la familia manteniendo al mismo tiempo la conexión y la pertenencia al grupo. (p.140)

La adolescencia es una etapa donde el desarrollo se da de forma acelerada, y la manera como el adolescente se enfrenta a los cambios que experimenta durante esta etapa, son cruciales para lograr su adaptación a la sociedad. (Guillén, 2005) menciona, que la adolescencia es un proceso en el cual se generan cambios físicos y emocionales, además ocurre un crecimiento y desarrollo acelerado. Algunos de los eventos que surgen durante esta etapa pueden provocar diversas crisis; no obstante, estos eventos ayudan a la construcción de la identidad y su incorporación a la sociedad. Del mismo modo, el adolescente en esta etapa adopta algunas actitudes que lo exponen a sufrir múltiples riesgos. Por último, cada adolescente enfrenta las adversidades de manera diferente.

En conclusión, el adolescente debe ser el constructor de su propia resiliencia y desarrollar estrategias resilientes que le ayuden a superar situaciones desfavorables, presentes durante este periodo.

1.4.1. Perfil del adolescente resiliente

El perfil del adolescente resiliente es el conjunto de rasgos o características que posee un adolescente que es resiliente; los cuales definen su carácter, las aptitudes, y actitudes que determinarán su comportamiento a la hora de enfrentar cualquier situación difícil.

Según Gonzáles (2016) "La personalidad resiliente es la castellanización del concepto de la lengua inglesa *hardiness*, cuya traducción significa *dureza*, *solidez*, *seriedad*; se refiere a una persona dura y fuerte" (p.69). El adolescente resiliente, se caracteriza por ser una persona fuerte y resistente interiormente, para enfrentar las crisis que surjan durante esta etapa. Por otro lado, (Munist et al., 1998) señala que las cualidades más consistentes y los más apropiados para un niño y adolescente resiliente son los siguientes:

- a. Competencia social. Los adolescentes resilientes son aquellos que se socializan con más facilidad con los demás; asimismo, son más activos, flexibles y se adaptan con mayor facilidad a cualquier circunstancias. Además, esta cualidad incluye ciertas habilidades como la habilidad para comunicarse con facilidad, ser más empáticos, demostrar afecto y tener comportamientos prosociales.
- b. Resolución de problemas. Se refiere a la habilidades de pensar y reflexionar, para generar soluciones nuevas a problemas tanto cognitivos como sociales. En la etapa de la adolescencia, los jóvenes son capaces de jugar con ideas y realizar diversas preguntas filosóficas. Muchos estudios concluyen que las personas resilientes, adquieren esta capacidad desde muy pequeños.

- c. Autonomía. Diversos autores relacionan la autonomía con la independencia, y la autosuficiencia. Otros autores entienden la autonomía como el control de las emociones internas y la autodisciplina. Mientras que para algunos autores, la autonomía se relaciona con la separación de un adolescente que se encuentra viviendo en una familia disfuncional, violenta o con problemas de alcoholismo y drogas.
- **d. Sentido de propósito y de futuro.** Está relacionada con la independencia y la eficacia; asimismo, se refiere a la confianza que uno deposita y tiene sobre las personas de su entorno; asimismo, se refiere a la motivación que se tienen para lograr las metas, la confianza que tiene en un futuro mejor y la dirección que sigue para cumplir su proyecto de vida.

1.5. Pilares educativos de la resiliencia

(Villalobos & Castelán, s.f.) mencionan seis pilares educativos, existentes en la resiliencia, los cuales son: enriquecer los vínculos, fijar límites claros y firmes, enseñarles habilidades para la vida, brindar afecto y apoyo, establecer y transmitir expectativas elevadas y brindar oportunidades de participación significativa.

A continuación, se realiza la explicación de estos seis pilares educativos:

- a. Enriquecer los vínculos. Se refiere a crear vínculos fuertes de amistad y afecto entre los estudiantes y demás miembros de la comunidad educativa; además, se considera como una fuente de ayuda significativa para lograr mejores resultados en el rendimiento académico de los educandos.
- **b. Fijar límites claros y firmes.** Hace mención a las expectativas que se tiene acerca del estudiante, en su desempeño escolar y comportamiento. Es importante enseñar al educando a asumir las consecuencias de sus propios actos; al mismo tiempo, ayudarle a llevar una vida coherente con sus valores y en armonía con los demás y consigo mismo.

- c. Enseñarles habilidades para la vida. Indica la importancia de instruir al educando en la aplicación de habilidades como: el trabajo colaborativo y cooperativo, aprender a resolver conflictos de forma pacífica, desarrollar habilidades para la comunicación efectiva, asumir sus decisiones con responsabilidad y un manejo sano del estrés. Por ende, si estas estrategias se enseñan de forma adecuada y pertinente, será de gran ayuda para los estudiantes al momento de afrontar las diversas crisis que se presenten a lo largo de su vida; igualmente, es importante que las instituciones educativas incentiven la creación de ambientes que favorezcan a la adquisición de los aprendizajes; también, es necesario promover una interacción afectiva y efectiva entre los docentes y demás miembros de la comunidad educativa.
- d. Brindar afecto y apoyo. Implica proporcionar el apoyo y el respaldo incondicional a los educandos. Si se quiere ayudar a superar cualquier adversidad, es importante la presencia del afecto y de la ternura, dado por la familia; incluso, los docentes, los vecinos, los amigos, hasta las mascotas pueden contribuir eficazmente en la construcción de la resiliencia. En efecto, hoy en día las reformas educativas, reconocen que propiciar y crear un ambiente afectivo es esencial y sirve como base de apoyo para el éxito académico.
- e. Establecer y transmitir expectativas elevadas. Es importante que las expectativas que se exponen al estudiante sean elevadas, de esta manera los educandos analicen su futuro y se motiven para alcanzar aquello que se han propuesto lograr en la vida. No obstante, puede haber algunos estudiantes que no hacen ningún esfuerzo por lograr las metas trazadas; si esto pasa, trasciende en su conducta y comportamiento, porque tiene bajas expectativas sobre sí mismo. Lo mismo puede pasar en los docentes, auxiliares o el personal administrativo de una

institución educativa, que a menudo se quejan y creen que su desempeño y trabajo no es reconocido ni valorado por la comunidad educativa.

f. Brindar oportunidades de participación significativa. Esta estrategia implica la participación de los estudiantes, padres de familia y personal docente, en lo que ocurre dentro de la institución educativa, de esta forma se les da oportunidades para: resolver problemas, fijar metas, planificar, tomar decisiones y ayudar a otros; de modo que, las decisiones que se toman lo hacen dentro del trabajo colegiado y si es necesario se realiza un conversatorio entre los docentes.

Capítulo III:

Propuesta pedagógica vinculada al fortalecimiento de la resiliencia, como estrategia de enseñanza en el nivel de educación secundaria

El Ministerio de Educación (2016) en el Currículo Nacional de la Educación Básica, señala textualmente que "educar es acompañar a una persona en el proceso de generar estructuras propias internas, cognitivas y socioemocionales, para que logre el máximo de sus potencialidades" (p.11). Por consiguiente, el término educar se entiende como el acompañamiento que se hace al estudiante, en el proceso de formación de estructuras no solo cognitivas sino también internas y socioemocionales, con el fin de desarrollar al máximo todas sus capacidades.

En la actualidad, se trabaja por conseguir una educación integral en los ciudadanos de nuestro país, y se busca que los estudiantes desarrollen ciertas competencias y capacidades, con el fin de responder de manera efectiva a las demandas de nuestro tiempo. Por ello, el Ministerio de Educación (2016) a través del Currículo Nacional de la Educación Básica señala, que se "apunta a formar a los estudiantes en lo ético, espiritual, cognitivo, afectivo, comunicativo, estético, corporal, ambiental, cultural y sociopolítico, a fin de lograr su realización plena en la sociedad" (p.13). Es así, que la formación de los estudiantes debe de ser en todos los niveles de manera íntegra, con el fin de alcanzar su inclusión social efectiva en la sociedad.

Para lograr esto es necesario buscar nuevas estrategias que se puedan desarrollar en las instituciones educativas de nuestro país, y una de ellas es el fortalecimiento de la resiliencia como estrategia de enseñanza en el nivel de educación secundaria.

1.1. Caracterización de los estudiantes comprendidos en la educación del nivel de educación secundaria

Las exigencias del mundo laboral cada vez son mayores; por ello, las instituciones educativas, tiene un mayor compromiso de formar estudiantes que se adapten y se inserten en un mundo competitivo. Asimismo, a través de la experiencia se ha visto la importancia de enseñar y cultivar los valores, actitudes y conocimientos en los estudiantes, para lograr ciudadanos responsables que participen de manera activa en el progreso de nuestro país.

Por tanto, el Ministerio de Educación, a través del Currículo Nacional de la Educación Básica, establece los perfiles de egreso, que los estudiantes de educación básica, deben de lograr al culminar sus estudios.

El Ministerio de Educación (2016) menciona el siguiente perfil

El estudiante propicia la vida en democracia a partir del reconocimiento de sus derechos y deberes y de la comprensión de los procesos históricos y sociales de nuestro país y del mundo. [...] El estudiante, interactúa de manera ética, empática, asertiva y tolerante. Colabora con los otros en función de objetivos comunes, regulando sus emociones y comportamientos, siendo consciente de las consecuencias de su comportamiento en los demás y en la naturaleza. (p.14)

El perfil antes mencionado, refiere que los estudiantes del nivel de educación secundaria de la educación básica regular, deben de ser empáticos, asertivos, tolerantes y actuar éticamente. Por otra parte, tienen que manejar sus emociones y comportamientos, sabiendo que sus acciones repercuten en la sociedad y en la naturaleza. Esto será posible, si se logra formar personas fuertes y resilientes.

Por ello, si se quiere conseguir las metas que se tiene en los perfiles del egresado, se debe de trabajar por desarrollar la inteligencia emocional y de esta manera buscar el fortalecimiento de la resiliencia en los estudiantes; ya que, los educandos que son resilientes son aquellos que saben manejar y enfrentar de forma correcta las exigencias que conlleva el estudio o cualquier otra actividad académica (Fínez & Morán, 2015).

Asimismo, la influencia de la resiliencia en los estudiantes durante la etapa escolar, es significativo, porque, es un factor interno que ayuda al estudiante al momento de enfrentar cualquier problema o dificultad que se presente durante su desarrollo académico; además, esto le ayuda a progresar y manejar sus emociones de forma positiva. Por otro lado, (Frankl, 1991) en su libro *El hombre en busca de sentido*, manifiesta que, cuando uno se enfrenta a una situación inevitable, y no está en sus manos cambiar esa situación que produce dolor; es cuando se puede elegir la actitud con que se quiere enfrentar tal sufrimiento.

De acuerdo con Pérez (2007a) quien menciona aquellas actitudes que los estudiantes requieren para contar con una buena capacidad de resiliencia, y que ayudan a la adquisición de la fortaleza necesaria, para superar las dificultades.

Estas actitudes son las siguientes:

- Autoestima positiva y la imagen que se tiene de sí mismo.
- Conocimiento de sus fortalezas y sus debilidades
- Cultivar sus aficiones y potencialidades
- Incentivar la expresión de sus sentimientos y sus necesidades.
- Coger los errores como lecciones y no como fallas o fracasos
- Ser creativos, flexibles, proactivos.

- Tener buenas relaciones emocionales
- Enseñar a saber pedir ayuda cuando se necesita.
- Reflexionar antes de actuar, y tener buen auto control

1.2. La resiliencia como una técnica de intervención educativa

Todo lo que hoy en día se conoce sobre la resiliencia, son las importantes aplicaciones que tiene en la educación y en el trabajo dentro de las Instituciones Educativas. El fortalecimiento de la resiliencia, y las investigaciones que se han hecho sobre el aprendizaje y la enseñanza para mejorar la práctica educativa son temas relevantes, en el cual los docentes tienen la principal tarea de ayudar a desarrollar la resiliencia en sus estudiantes, a su vez, ellos pueden generar ambientes donde se favorece al desarrollo de la resiliencia, partiendo de la aceptación y comprensión de las situaciones adversas que atraviesan tanto ellos como los estudiantes.

Los autores Acevedo y Restrepo (2012) afirman que los docentes aportan a la creación de ambientes que favorece a la resiliencia en los estudiantes; tal como mencionan a continuación

La capacidad de las maestras y maestros para aportar a la creación de ambientes en los cuales se acepte la diversidad y se reconozcan de manera comprensiva y apreciativa las circunstancias difíciles que atraviesan niñas, niños y docentes, puede ser el camino para atenuar condiciones de vida retadoras y para favorecer el aprendizaje. (p. 305)

La resiliencia no es una capacidad innata, sino que es el resultado de los procesos interactivos que realiza el sujeto con su medio familiar, social y cultural. Por ende, esta cualidad se puede desarrollar con una pedagogía donde se realicen propuestas dirigidas para las instituciones educativas.

Según Muñoz (2016) con respecto a la construcción de la resiliencia en niños y adolescentes, afirma lo siguiente

Construir la resiliencia significa dotar a los niños y adolescentes de habilidades para la vida, para reconocer la participación en el entorno, el sentido de pertenencia y dotar a cada institución en relación con la infancia, de los recursos suficientes y necesarios para la adquisición de conductas resilientes. La adopción de un enfoque positivo es fundamental para la promoción de la resiliencia en la infancia y la adolescencia. (p. 83)

1.3. Taller de fortalecimiento de la resiliencia

En el Currículo Nacional de la Educación Básica del 2016, se proponen los enfoques transversales para el desarrollo del perfil de egreso. Por ello, el Ministerio de Educación (2016) menciona lo siguiente

Los enfoques transversales aportan concepciones importantes sobre las personas, su relación con los demás, con el entorno y con el espacio común y se traducen en formas específicas de actuar, que constituyen valores y actitudes que tanto estudiantes, maestros y autoridades, deben esforzarse para demostrar en la dinámica diaria de la escuela. (p.19)

Por tanto, se resalta la aplicación del enfoque ambiental para el desarrollo del taller; ya que, este enfoque propone la práctica de los valores de solidaridad planetaria y equidad intergeneracional, como medio del cuidado del planeta y del medio ambiente; además, propone que los docentes y estudiantes, desarrollen acciones de ciudadanía, que demuestren la toma de conciencia ante los efectos del calentamiento global, así como el desarrollo de capacidades de resiliencia, el cual ayudará de manera efectiva a adaptarse al cambio climático y otros fenómenos que se derivan del calentamiento global.

Para entender mejor a que se refiere el tratamiento del enfoque ambiental, se menciona a continuación:

Tabla 1: Tratamiento del enfoque ambiental

| Valores | Actitudes que suponen | Se demuestran, por ejemplo, cuando: | | | |
|-------------------|-------------------------------|---------------------------------------|--|--|--|
| | Disposición para colaborar | • Docentes y estudiantes desarrollan | | | |
| Solidaridad | con el bienestar y la calidad | acciones de ciudadanía, que | | | |
| planetaria y | de vida de las generaciones | demuestran conciencia sobre los | | | |
| equidad | presentes y futuras, así | eventos climáticos extremos | | | |
| intergeneracional | como con la naturaleza | ocasionados por el calentamiento | | | |
| | asumiendo el cuidado del | global (sequías e inundaciones, entre | | | |
| | planeta. | otros.), así como el desarrollo de | | | |
| | | capacidades de resiliencia para la | | | |
| | | adaptación al cambio climático. | | | |

Fuente: Tomado de, (Ministerio de Educación, 2016, p.25)

El taller que se propone en este trabajo, fue recuperado de Baracaldo (2012) y fue diseñado con la finalidad de aumentar la resiliencia en los estudiantes, mediante estrategias, que ayudan a fortalecer la resiliencia en los educandos; para ello, se hace uso de algunas acciones, que promueven una sana convivencia entre los adolescentes, y el cuidado del medio ambiente; asimismo, las habilidades que se adquieren del taller, sirve de apoyo al momento de hacer frente a cualquier adversidad que surja durante su vida escolar.

1.3.1. Taller que potencia la dimensión afectiva en el estudiante

A través de este taller se busca desarrollar capacidades y habilidades afectivas en los estudiantes y los docentes, también se quiere afianzar en ellos el concepto que tienen sobre sí mismos y desarrollar la capacidad de expresar con facilidad sus emociones.

Para la elaboración de los talleres se recomienda tener en cuenta las condiciones y circunstancias de los participantes.

- ✓ Antes de comenzar el taller, es recomendable revisar la secuencia del taller y los materiales que se utilizarán para su desarrollo.
- ✓ Durante la aplicación del taller se recomienda captar la atención de los estudiantes, para que interioricen de manera eficaz los aprendizajes significativos.
- ✓ El desarrollo del taller considera cuatro momentos, los cuales son:
 - El primer momento. Se recolectan los saberes previos, mediante la lluvia de ideas; igualmente, se da a conocer el tema y en qué consiste el taller.
 - El segundo momento. Se les hace conocer los conceptos básicos de resiliencia, afecto, contaminación, cuidado del medio ambiente,
 - **El tercer momento.** Se entregan los materiales necesarios y se aplica el taller.
 - El cuarto momento. Socializan sobre la experiencia de sembrar un árbol y cuáles fueron sus expectativas y aprendizajes. Por último, comparten cómo podrían aplicar sus experiencias extraídas del taller en su vida diaria.

1.4. Desarrollo y aplicación del taller

A continuación, se presenta el taller, en el cual a través de actividades vivenciales se busca descubrir falencias que pueden existir en las relaciones afectivas de los estudiantes. Asimismo, se tiene la intención de colaborar con la creación de una sana convivencia en la comunidad educativa, e incentivar el cuidado y la protección del ecosistema; además, de fortalecer las capacidades como la resiliencia, que serán de gran ayuda para mejorar su desempeño académico, durante su estancia en la institución educativa. Así mismo, se da a conocer la estrategia metodológica, considerada para la aplicación del taller.

1.4.1. Taller de reflexión: "Sembremos un árbol"

✓ **Duración:** Tres horas

✓ **Tema:** Sembremos un árbol

✓ **Participantes:** Docentes y estudiantes

Justificación.

Este taller se realiza con la finalidad de generar y fortalecer la conciencia ambiental en

los estudiantes; asimismo, se busca fortalecer la resiliencia a través de la siembra de un árbol.

Los estudiantes se identifican con el árbol que siembran, el cual tiene que luchar por sobrevivir

al calor, al frío, la seguía, y a todos los cambios bruscos que se producen por causa de la

contaminación ambiental; al igual que una persona se enfrenta a situaciones difíciles a lo largo

de su vida, pero logra vencerlas con éxito y sigue creciendo a pesar de las dificultades que se

puedan presentar en el transcurso de su existencia.

Objetivo general

Fortalecer la resiliencia en los estudiantes incentivando el cuidado del medio ambiente

Objetivo específicos

Promover la resiliencia en los estudiantes a través del trabajo cooperativo y colaborativo.

Fomentar la conciencia ambiental en los educandos.

Incentivar el afecto por parte de los estudiantes hacia sus compañeros y docentes de la

institución educativa.

• Actividades y materiales

Tabla 2: Actividades y materiales

| ACTIVIDADES | | | MATERIALES |
|-------------|---|---|------------|
| > Se | explica de qué se trata el taller y se describe | - | Árboles |
| que | e se necesita para la siembra de un árbol, de | - | Agua |
| igu | al forma se les explica las consecuencias de | - | Baldes |
| la o | contaminación ambiental y la importancia | - | Palas |
| del | cuidado de nuestro planeta. | - | Piedras |
| > Los | s docentes y los estudiantes se colocan en | - | Tierra |
| gru | pos, para preparar el terreno y abrir el hueco | | |
| par | a el árbol que se va a sembrar. | | |
| > Col | > Colocan el árbol con mucho cuidado en el | | |
| hue | eco que se hizo. | | |
| > Rie | egan la planta y le quitan la maleza de | | |
| alre | ededor. | | |
| > Co | locan piedras en círculo alrededor de la | | |
| pla | nta, para protegerla. | | |
| > Soc | cializan los grupos y comparten experiencias | | |
| sob | ore el trabajo. | | |
| > Ref | flexionan sobre la actividad y se extraen las | | |
| cor | nclusiones acerca de la importancia de la | | |
| resi | iliencia y el cuidado del medio ambiente. | | |

Fuente: Elaboración propia

1.5. Evaluación de los procesos logrados en términos del aprendizaje

La evaluación del taller se realiza al finalizar su aplicación, a través de una ficha de observación, en el cual se marca con un aspa, los indicadores de evaluación propuestos para este taller; haciendo uso de los siguientes criterios:

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

- 1. Aceptable
- 2. Regular
- 3. Bueno
- 4. Muy bueno
- 5. Excelente

A continuación, se presenta la evaluación del taller:

Tabla 2: Ficha de observación

| FICHA DE OBSERVACIÓN | | | | | | | | |
|--|--|---|---|---|---|--|--|--|
| Indicadores de evaluación | | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| El taller cumple con los objetivos propuestos | | | | | | | | |
| Los estudiantes demuestran gran interés por la actividad | | | | | | | | |
| Los docentes colaboran con los estudiantes en la aplicación del taller | | | | | | | | |
| Los estudiantes participan de manera activa en el taller | | | | | | | | |
| Se observa una actitud afectiva en los estudiantes | | | | | | | | |
| Durante la actividad, se evidencia el trabajo cooperativo y colaborativo | | | | | | | | |
| Se propicia un ambiente de respeto y tolerancia | | | | | | | | |

Fuente: Elaboración propia

Conclusiones

Las conclusiones obtenidas luego del desarrollo de la investigación, son las siguientes:

Primera. - El fortalecimiento de la resiliencia en los estudiantes es importante; porque, la resiliencia es la capacidad que actúa como un factor protector ante las dificultades, ayudando al estudiante a poder enfrentar situaciones de riesgo durante la etapa escolar y a lo largo de toda su vida; asimismo, el apoyo de la familia y de su entorno es fundamental, en el desarrollo de la resiliencia.

Segunda. - En la institución educativa, los docentes y demás miembros de la comunidad educativa, son actores que propician la resiliencia en sus estudiantes, partiendo por aplicar la resiliencia en sus propias vidas y en su quehacer educativo; de esta manera, lograrán propiciar un ambiente agradable para que los estudiantes no solo desarrollen capacidades lógicas sino también capacidades socioemocionales, dentro de las aulas y a nivel de la institución educativa.

Tercera. - A partir de la aplicación del taller, donde no solo participan los educandos sino también los docentes, se puede lograr el fortalecimiento de la resiliencia en los estudiantes, en especial en aquellos que atraviesan dificultades familiares y académicas; lo que ha demostrado que los aspectos teóricos de la resiliencia y su vinculación con la educación, pueden concretarse o ser aplicadas de forma exitosa.

Referencias

- Acevedo, V., & Mondragón, H. (2005). Resiliencia y escuela. *Pensamiento Psicológico*, 1(5), 21-35. https://www.researchgate.net/publication/26504364
- Acevedo, V. E., & Restrepo, L. (2012). De profesores, familias y estudiantes: fortalecimiento de la resiliencia en la escuela. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 10*(1), 301-319. http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v10n1/v10n1a19.pdf
- Acevedo, V., & Restrepo, L. (2015). Fortalecimiento de la resiliencia en la escuela: De profesores, familias y estudiantes: Ediciones Javeriano.

 http://proyectos.javerianacali.edu.co/cursos_virtuales/posgrado/maestria_asesoria_familia r/profesores_resiliencia_y_aplicaciones/Lecturas/Fortalecimiento%20de%20la%20Resili encia.pdf
- Baracaldo, Y. (2012). Aplicación de estrategias de la gestión educativa para fortalecer la resiliencia desde el comité de convivencia en el colegio Kimy Pernía Domicó IED (Bogotá). Línea de Investigación Gestión e Investigación de la Educación. Maestría en Educación con énfasis en gestión. Universidad libre de colombia. https://repository.unilibre.edu.co/handle/10901/7325
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 11*(3), 125-146.

 http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/4024/3878
- Bermejo, J. (2011). *Resiliencia: una mirada humanizadora al sufrimiento*: Ediciones PPC Editorial.
- Biblia de Jerusalén. (2009). Ediciones Desclée De Brouwer.

- Campo, R., Granados, L., Muñoz, L., Rogríguez, M., & Trujillo, S. (2012). Caracterización del avance teórico, investigativo y/o de intervención en resiliencia desde el ámbito de las universidades en Colombia [Characterization of the research, the intervention and the theoretical advances in resiliency in the universities in Colombia]. *Universitas Psychologica*, 11(2), 545-557.
- Cyrulnik, B; Pourtois, J. P; Vanistendael, S; & Díez, A. (2014). Nuevas miradas sobre la resiliencia. *Ampliando ámbitos y prácticas*. José María Madariaga (Coord). Ediciones Gedisa.
- Cyrulnik, B; Anaut, M. (2016). ¿Por qué la resiliencia? Lo que nos permite reanudar la vida. Ediciones Gedisa.
- D'Alessio, L. (2009). Mecanismos Neurobiológicos de la Resiliencia. Ediciones Polemos.
- Fínez, M. J., & Morán, C. (2014). Resiliencia y autoconcepto: su relación con el cansancio emocional en adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de psicológica*, 6(1), 289-296. https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v6.746
- Fínez, M, J., & Morán, M. C. (2015). La resiliencia y su relación con la salud y ansiedad en estudiantes españoles. International Journal of Davelopmental and Edycational Psychology. INFAD *Revista de Psicología*, 1(1), 409-416. http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2015.n1.v1.90
- Forés, A., & Grané, J. (2008). *La resiliencia. Crecer desde la adversidad*: Ediciones Plataforma. Frankl, V. (2004). *El hombre en busca de sentido*: Ediciones Herder.

- García-Vesga M. C., & Domínguez-de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 11*(1), 63-77. https://www.redalyc.org/pdf/773/77325885001.pdf
- Gómez, E., & Kotliarenco, M. A. (2010). Resiliencia familiar: un enfoque de investigación con familias multiproblemáticas. *Revista de Psicología*, 19(2), 103-132. https://revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/view/17112
- Gonzáles, N. I. (2016). Resiliencia y personalidad en niños y adolescentes. Cómo desarrollarse en tiempos de crisis. Ediciones Eón. https://core.ac.uk/download/pdf/80533251.pdf
- Granados-Osfinas, L. F., Alvarado-Salgado, S. V., & Carmona-Parra, J. (2017). El camino de la resiliencia: del sujeto individual al sujeto político. *Magis. Revista Internacional de Investigación en Educación, 10*(20), 49-68.

 https://www.redalyc.org/pdf/2810/281056021004.pdf
- Grotberg, E. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy. Cómo superar las adversidades*. Gedisa. https://www.elsotano.com/libro/resiliencia-en-el-mundo-de-hoy-como-superar-las-adversidades_10236072
- Grotberg, E. (2003). *Nuevas tendencias en resiliencia*. "Resiliencia, descubriendo las propias fortalezas": Ediciones Paidós. https://silo.tips/download/nuevas-tendencias-en-resiliencia-edith-henderson-grotberg-resiliencia-descubrien
- Guillén, R. (2005). Resiliencia en la adolescencia. *Revista de la Sociedad Boliviana de Pediatría*, 44(1), 41-43. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-06752005000100011&lng=es&tlng=es.

- Herderson, N., & Milstein, M. (2003). *Resiliencia en la escuela*: Ediciones Paidós. https://idoc.pub/documents/resiliencia-en-la-escuela-pnxkx6m6894v
- Kotliarenco, M. A., Cáceres, I., & Fontecilla, M. (1997). Estado de Arte en Resiliencia.

 *Organización Panamericana de la Salud. Oficina sanitaria Panamericana, Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud., 1- 49.

 https://www.paho.org/Spanish/HPP/HPF/ADOL/Resil6x9.pdf
- Madariaga, J. (2014). *Nuevas miradas sobre la resiliencia. Ampliando ámbitos y prácticas*: Ediciones Gedisa.
- Martín, L. (2014). La personalidad resiliente. Editorial Síntesis.
- Mateu, R., García, M., Gil, J. M., & Caballer, A. (2013). ¿Qué es la resiliencia? hacia un modelo integrador. *Universitat Jaume-I*, 232 247.

 http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum_2009_15.pdf?sequenc e=1
- Ministerio de Educación. (2016). *Currículo Nacional de la Educación Básica*. Aprobado mediante Resolución Ministerial Nro. 281-2016-ED. Modificado mediante RM N. 159-2017-ED.
- Ministerio de Salud. (2017). Documento Técnico. Situación de Salud de los Adolescentes y

 Jóvenes en el Perú. *Ministerio de Salud Lima*.

 http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M. A., Suárez, N. E., Infante, F., & Grotberg, E. (1998).

 Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes.

- Organización panamericana de la salud, 1-85. https://issuu.com/resilienciamed/docs/2-3-resiliencia_oms
- Muñoz, V. (2016). La Resiliencia: una intervención educativa en pedagogía hospitalaria
 [Resilience: an educational intervention in teaching hospital]. Revista nacional e internacional de educación inclusiva, 9(1), 79-89.
 https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5455557
- Muñoz, V., & De Pedro, F. (2005). Educar para la resiliencia: Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social. *Revista Complutense de Educación*, 16(1), 107-124. https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/16914
- Noriega, G., Angulo, B., & Angulo, G. (2015). La resiliencia en la educación, la escuela y la vida. *Perspectivas docentes*, (58) 42-48. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6349252
- Orteu, M. (2012). Escuelas resilientes. Trabajo de 3° de la EVNTF, 1-52.
- Papa, F. (2020). Fratelli Tutti. Sobre la fraternidad y la amistad social. Ediciones Paulinas y Epiconsa.
- Pereira, R. (2011). Adolescentes en el siglo XXI Entre importancia, resiliencia y poder.

 Ediciones Morata.
- Pérez, A. (2007). La resiliencia: una tarea educativa. *Revista de la Universidad de La Salle*(44), 87-93. https://ciencia.lasalle.edu.co/ruls
- Pérez, A. (2007). Educación en resiliencia. *Revista de la Universidad de la Salle* (74), 191-207. https://doi.org/10.19052/0120-6877

- Piaggio, A. M. (2009). Resiliencia. *Revista Psicopedagogía*, 26 (80), 291-302. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0103-84862009000200014&lng=pt&nrm=iso
- Puig, G., & Rubio, J. (2011). *Manual de resiliencia aplicada*: Ediciones Gedisa. https://www.claret.cat/es/libro/manual-de-resiliencia-aplicada849784659
- Real Academia Española. (2014) Mandala. En *Diccionario de la Lengua Española.**Vigesimotercera Edición. 10 de noviembre de 2020.

 https://dle.rae.es/mandala%20?m=form
- Redondo, T. E., Ibañez, C., & Barbas, S. (2017). Espiritualidad resilientes. Relación entre espiritualidad y resiliencia en cuidados paliativos [Spiritualilly resilient. Relationschip between spirituality and resilience in palliative care]. *Clínica y Salud, Investigación Empírica en Psicología*, 28(3), 117-121. https://dx.doi.org/10.1016/j.clysa.2017.09.001
- Rodríguez, A. M. (2009). Resiliencia. *Revista psicopedagogía*, 26(80), 291-302. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862009000200014&lng=pt&tlng=es.
- Rodríguez, D. (2018). Una revisión al constructo resiliencia. Historia y panorama actual (Trabajo de grado Psicología). *Universidad de San Buenaventura*.

 http://bibliotecadigital.usb.edu.co/
- Simpson, M. G. (2018). Resiliencia comunitaria y resiliencia sociocultural: miradas imprescindibles de la educación. En *Resiliencia comunitaria* (1-9). Dunken. https://www.researchgate.net/publication/332278144_Resiliencia_comunitaria

- Simpson, M. (2017). Resiliencia en el aula un camino posible: Ediciones Bonum.
- Suárez, N. (2007). "Trabajo comunitario y resiliencia social" en Munist, M. y otros (comp.)

 Resiliencia y adolescencia, Bs.As: Ediciones Paidós.
- Suárez, N. (2001). Una concepción latinoameriacana: la *resiliencia comunitaria*. En A. Mellido (comps) y E. suaréz (comps), Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas: Ediciones Paidós.
- Turienzo, R., & Sala, P. (2011). Gana la Resiliencia: Ediciones Empresarial.
- Uriarte, J. (2006). Construir la resiliencia en la escuela. *Revista de Psicodidáctica*, 11(1), 7-23. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17514747002
- Uriarte, J. (2013). La perspectiva comunitaria de la resiliencia. *Psicología positiva* (47), 7-18. https://www.uv.es/garzon/psicologia%20politica/N47-1.pdf
- Vanistendael, S., Gaberan, P., Humbeeck, B., Lecomte, J., Manil, P., & Rouyer, M. (2013).

 *Resiliencia y humor: Ediciones Gedisa.
- Vanistendael, S. (1994). *Resiliencie: a few key issues [Resiliencia: algunas cuestiones claves]*.

 Malta: International Catholic Child: Bureau.
- Vanistendael, S., Vilar, J., & Pont, E. (2009). Reflexiones en torno a la resiliencia. Una conversación con Stefan Vanistendael. *Educación Social: revista de intervención socieducativa*, (43), 93-103. https://redined.mecd.gob.es/xmlui/handle/11162/28835
- Villalba, C. (2003). El concepto de resiliencia individual y familiar. Aplicaciones en la intervención social. [The concept of individual and family resiliense. Applications in

- social intervention]. *Intervención Psicosocial*, *12*(3), 283-299. https://www.redalyc.org/pdf/1798/179818049003.pdf
- Villalobos, E. M., & Castelán, E. (s.f.). La resiliencia en la educación. *CEPIndalo*, 1-10. http://educespecialjujuy.xara.hosting/index_htm_files/RESILENCIA%20EN%20LA%20 EDUCACION.pdf
- Vinaccia, S., Quiceno, J. M., & Moreno, E. (2007). Resiliencia en adolescentes. *Revista Colombiana de Psicología*, (16),139-146. https://www.redalyc.org/pdf/804/80401610.pdf
- Wolin, S., & Wolin, S. (1993). The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise

 Above Adversity [El yo resiliente: cómo los sobrevivientes de familias con problemas superan la adversidad]: Editions Villard Books.