

Una mirada desde la resiliencia en adolescentes en contextos de conflicto armado

A look from the resilience in adolescents in contexts of armed conflict

***¹Nidia Milena Moreno López,
Ángela Patricia Fajardo Corredor²,
Angie Carolina González Robles³
Angie Enerieth Coronado Bohórquez⁴,
Jorge Aldemar Ricarurte Martínez⁵***

RESUMEN

En el presente artículo se reconoce que para el contexto Colombiano la Resiliencia toma interés para comprender y abordar a las víctimas del conflicto armado y en especial su capacidad para reconstruir su vida y sus relaciones en comunidad. Esta investigación se orientó en identificar el nivel de resiliencia de un grupo de 116 estudiantes de colegios públicos de Yopal, con edades comprendidas entre los 12 y los 16 años, seleccionados de manera aleatoria, con el objeto de reconocer los factores protectores internos y externos, así como el factor de empatía. Esta es una investigación descriptiva realizada con la aplicación del instrumento de medición de resiliencia (González Arratia, 2010) adaptado para Colombia bajo la directriz de la autora. Los resultados obtenidos en la prueba reflejan que toda la población muestreada es altamente resiliente en cuanto a los factores protectores internos, factores protectores externos y empatía, alcanzando un nivel de confianza del 0.95,

-
- 1 Nidia Milena Moreno López, PhD. Psicología Universidad San Buenaventura Medellín Colombia. Líder Nacional del Sistema de Servicio Social Unadista en la UNAD Colombia. *Correo electrónico: nidia.moreno@unad.edu.co; nidia.milena.moreno@gmail.com*
 - 2 Ángela Patricia Fajardo Corredor, Psicóloga Universidad de Boyacá. Líder Zonal de Bienestar Institucional UNAD Zona Centro Boyacá. *Correo electrónico: angelafajardoc@hotmail.com*
 - 3 Angie Carolina González Robles. Psicóloga, Especialista en Educación Superior a Distancia. Mg. © en Diseño de Entornos Virtuales de Aprendizaje, CREFAL, México. Docente Servicio Social Unadista. *Correo electrónico: angie.gonzález@unad.edu.co*
 - 4 Angie Enerieth Coronado Bohórquez, Mg. Neuropsicología y Educación, Universidad internacional de la Rioja, España. Docente de psicología en la Universidad de Boyacá. *Correo electrónico: anenerieth@gmail.com*
 - 5 Jorge Aldemar Ricarurte Martínez, Psicólogo Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. Psicólogo Acción Social Municipio de Yopal Colombia. *Correo electrónico: jarisant@yahoo.com.co*

el cual aporta de manera significativa en la comprensión y diseño de estrategias de acompañamiento que se requieren implementar en adolescentes y el tipo de habilidades que son indispensables promover dentro de los ámbitos familiar y educativo.

PALABRAS CLAVE

Afrontamiento, autoconcepto, conflicto, resiliencia, víctimas.

ABSTRACT

In this article, it is recognized that for the Colombian Context Resilience takes interest to understand and address the victims of armed conflict and especially their capacity to rebuild their lives and their relationships in community. This research was aimed at identifying the level of resilience of a group of 116 students of Yopal public schools, aged between 12 and 16 years, selected in a random manner, in order to recognize the internal and external protective factors, as well as the empathy factor. This is a descriptive research carried out with the application of the resilience measurement instrument (González Arratia, 2010) adapted for Colombia under the guideline of the author. The results obtained in the test reflect that all the sampled population is highly resilient in terms of internal protective factors, external protective factors and empathy, reaching a confidence level of 0.95, which contributes significantly in the understanding and design of strategies of accompaniment that are required to be implemented in adolescents and the type of skills that are indispensable to promote within the family and educational environments.

KEYWORDS

Coping, self-concept, conflict, resilience, victims.

RESUMO

Neste artigo, reconhece-se que, para o contexto colombiano, a resiliência interessa-se por compreender e abordar as vítimas de conflitos armados e, especialmente, por sua capacidade de reconstruir suas vidas e seus relacionamentos na comunidade. Esta pesquisa teve como objetivo identificar o nível de resiliência de um grupo de 116 estudantes de escolas públicas de Yopal, com idades entre 12 e 16 anos, selecionados de forma aleatória, a fim de reconhecer os fatores de proteção internos e externos, bem como o fator de empatia. Trata-se de uma investigação descritiva realizada com a aplicação do instrumento de medida de resiliência (González Arratia, 2010) adaptado para a Colômbia sob a orientação do autor. Os resultados obtidos no teste refletem que toda a população amostrada é altamente resiliente em termos de fatores de proteção interna, fatores externos de proteção e empatia, atingindo um nível de confiança de 0,95, o que contribui significativamente na compreensão e no desenho das estratégias de acompanhamento que são necessários para ser implementado em adolescentes e do tipo de habilidades que são indispensáveis para promover dentro da família e ambientes educacionais.

PALAVRAS-CHAVE

Resiliência, conflito, enfrentamento, autoconceito, vítimas.

Conflictos de interés: Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

I. Introducción

La Resiliencia es uno de los procesos psicológicos más estudiados en los últimos 10 años dentro de las ciencias sociales, debido a la gran importancia que este factor representa para la recuperación y desarrollo de los individuos y las comunidades luego de experimentar eventos de gran impacto emocional y físico (Vinaccia, et al., 2007).

La Resiliencia se considera como la capacidad positiva que tiene el ser humano para dar respuestas favorables en el momento de enfrentar situaciones críticas y adversas, convirtiéndolas en oportunidades para triunfar en la vida. Esta capacidad está sujeta a la existencia de ciertas cualidades, virtudes y recursos internos del sujeto que le permiten asumir cambios y afrontamientos de situaciones críticas de una manera exitosa. Estos recursos son propios del ser humano, innatos a su naturaleza, pero requieren una particular influencia del medio para su efectivo desarrollo; otros de estos elementos son adquiridos del contacto social, especialmente tomados de la relación inicial con sus figuras parentales y las experiencias particulares vividas con ellos. Estos ciertos factores innatos y adquiridos facilitan la disposición a la resiliencia, la cual refuerza los factores protectores del individuo, disminuyendo la vulnerabilidad frente a situaciones de riesgo, especialmente a los que se ven enfrentados los adolescentes de hoy, tales como abandono, adicciones, separaciones familiares, embarazos no deseados, suicidios (González, 2010).

Cyrułnik (2002) expresa que ninguna herida es un destino, en tanto el sujeto cuenta con un desarrollo idóneo de resiliencia, siendo esta la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones o experiencias límite y sobreponerse a ellas. En esta medida, la resiliencia se convierte en un factor positivo que es clave y permite que

los seres humanos se nutran de elementos y virtudes acertadas que les aseguran un futuro, un desarrollo exitoso y la capacidad de enfrentar de manera ajustada las situaciones negativas de la vida.

Teniendo en cuenta su aproximación conceptual, la resiliencia se convierte en un tema relevante en el trabajo con personas que han sido víctimas del conflicto armado, pues permitirá entre otros reconocer las diferentes formas como las poblaciones que han sido expuestas a situaciones de violencia y conflicto asumen sus nuevas condiciones de vida, de reconocer su potencialidad de reparación, perdón y reconciliación. Identificar los niveles de resiliencia de estas personas es dar un paso en la comprensión de su capacidad de recuperación luego de los eventos adversos a los que han sido expuestos, abordar la resiliencia en el marco del conflicto armado en Colombia, significa generar aportes empíricos que permitan avanzar en el diseño de estrategias que favorezcan a las víctimas desde un trabajo que retome sus características individuales y sociales, hacia la potenciación de esa sinergia entre el ser y el actuar, donde la pertenencia, la identidad, la motivación, la flexibilidad, la sociabilidad entre otros, hagan eco en la construcción individual y social de la resiliencia.

El territorio colombiano se ha visto afectado por un conflicto armado interno de más de 50 años, producto de las desigualdades sociales y económicas, según la Unidad de Víctimas, Red Nacional de Información (2018), al 01 de noviembre de 2018 se tienen en el Registro Único de Víctimas – RUV 8.768.057 personas afectadas por algún tipo de violencia en el marco de este conflicto. En el departamento del Casanare cuya capital es Yopal se registran 75.138 víctimas de un total de 344.027 personas que suponen la población total del departamento, teniendo un referente de 21, 8% de personas afectadas en esta región, haciéndose necesario el estudio

de diferentes alternativas que permitan a las víctimas superar las situaciones de violencia en el marco de la construcción de paz desde y para los territorios.

Tenido en cuenta las líneas anteriores se desarrolló el presente estudio cuyo objetivo fue identificar el nivel de resiliencia de un grupo de 116 estudiantes de colegios públicos de Yopal, con edades comprendidas entre los 12 y los 16 años, seleccionados de manera aleatoria, buscando indagar los factores protectores internos y externos, así como el factor de empatía, para reconocerlos como elementos que les permiten sobreponerse a los eventos adversos de violencia a los cuales fueron expuestos en algún momento de su vida.

En este sentido el desarrollo de este estudio permitió identificar algunas características de resiliencia que los adolescentes poseen y que pueden ser claves para ayudarles a superar daños causados por diferentes eventos sufridos en el marco del conflicto armado y de esta manera poder orientar el diseño de nuevos programas en los procesos de educación y convivencia. Los resultados obtenidos reflejan que toda la población muestreada es altamente resiliente en cuanto a los factores protectores internos, factores protectores externos y empatía, alcanzando un nivel de confianza del 0.95.

Realizar la presente investigación permite explorar resultados iniciales, que se convierten en la base para avanzar en el diseño de estrategias de promoción que faciliten a esta población adquirir herramientas para afrontar situaciones y experiencias dolorosas vividas, teniendo en cuenta además que la adolescencia es un periodo de diversos cambios que requiere de atención y acompañamiento constante y más aún cuando hablamos de joven que han estado expuestos a algún tipo de violencia.

Este tipo de investigaciones se hacen pertinentes en tanto los conocimientos que se

tienen sobre las capacidades resilientes de los estudiantes y de la población en general son escasas. Esto ocasiona que no se cuente con un repertorio amplio que pueda guiar a orientadores escolares a la hora de hacer frente a las dificultades que se les presenta a los adolescentes, aún más en contextos de vulnerabilidad social.

II. La resiliencia

La palabra “Resiliencia” se originó del latín “*Resilio*” que significa volver atrás o dar un salto. El término fue adaptado a las Ciencias Sociales para dar características a las personas después de vivir en situaciones de adversidad o violencia y que presentan un desarrollo psicológico positivo (Suárez y Kotliarenko 2004). El concepto de resiliencia es un término que se origina principalmente de la física y se refiere a la capacidad de los cuerpos para volver a su forma original después de haber sufrido a altas presiones o deformaciones producto de la fuerza (Rutter, 1979). La resiliencia en las ciencias sociales y humanas ha sido comprendida como la capacidad de una persona o una comunidad para lograr sobresalir o reponerse a las dificultades y presiones de alto impacto emocional y físico.

Siendo un concepto nuevo para las humanidades tiene una amplitud de definiciones, aunque todas apuntan al mismo punto y es definirla como la capacidad que tienen los seres humanos para reponerse a las situaciones negativas o difíciles de la vida de una forma adecuada y ajustada a la realidad social del individuo. Para un mejor abordaje y comprensión se han agrupado cuatro pilares fundamentales de la resiliencia, que permiten su construcción en lo individual y lo colectivo, como lo indica Rodríguez (2009) el primero es la Competencia Social, las personas con altos niveles de resiliencia tienen mayores y mejores relaciones sociales, gozan del contacto con otros seres humanos, son

más activos socialmente, flexibles y con alta capacidad de adaptación en diferentes escenarios y situaciones, su comunicación es más asertiva, logran además desarrollar empatía y actitudes de prosocialidad. El segundo pilar es la Resolución de Problemas, las personas con altos niveles de resiliencia logran dar soluciones rápidas y pertinentes a diversos problemas siendo más flexibles en sus pensamientos en lo cognitivo y lo social, son capaces de dominar temas filosóficos, reflexionar y proponer al respecto. El tercer pilar es la Autonomía, desde la resiliencia es comprendida como la propia identidad del individuo, la capacidad de accionar de forma independiente, autorregulada y según las necesidades del contexto donde este se encuentre. Finalmente, el cuarto pilar es el Sentido de Propósito y Futuro, un ser humano sin proyección, sin un proyecto de vida con claros objetivos no tendrá muchas expectativas de re-construirse, de enfrentar las situaciones adversas que se le puedan presentar. Dentro de este pilar se encuentran aspectos como la confianza, el control sobre el ambiente, fe en un futuro mejor, los cuales son factores relevantes como predictores positivos de la resiliencia.

Aunque los pilares anteriores se visibilizan en lo individual, la resiliencia no solo existe a nivel personal, sino que también existen grupos resilientes como lo es la familia o la comunidad, grupos que se identifican con las características mencionadas anteriormente. La resiliencia es entonces una capacidad a nivel universal que poseen los seres humanos a nivel individual o grupal para disminuir, prevenir o salir bien de eventos que producen efectos perjudiciales de la adversidad y que ponen en peligro el buen desarrollo de las personas (Grotberg, 1996).

El mundo de hoy se encuentra frente a diferentes retos que constantemente producen cambios bruscos e inesperados en

la sociedad, estos cambios no siempre son positivos y se producen a nivel familiar, de pareja, escolar, laboral, entre otras circunstancias. Cuando los cambios no se afrontan positivamente pueden desencadenar situaciones de riesgo para la salud de las diferentes comunidades o individuos donde se presenten (González, 2010). Es importante tener en cuenta que la resiliencia no se adopta, sino que se va desarrollando de acuerdo a las necesidades de cada individuo. El concepto de resiliencia hace referencia a la capacidad de recuperación frente a la destrucción, es decir, la capacidad de proteger la calidad de vida, la salud y la integridad ante las circunstancias difíciles. Es la capacidad para construir conductas vitales positivas a pesar de las situaciones adversas (González, 2005).

La resiliencia está conformada por una serie de características que se deben tener en cuenta para su análisis y estudio. Estas características dependen de los estímulos que se dan a nivel personal, familiar y del medio; son cambiantes y dependen de las circunstancias o eventos que ocurran en el desarrollo de la vida. También es la habilidad y capacidad que poseen los individuos para afrontar correctamente situaciones difíciles que pueden entorpecer el desarrollo sano de la persona y dejar traumas para toda la vida. Para que la resiliencia se mantenga y se fortalezca necesita del apoyo familiar, social, de apertura de recursos para que se den oportunidades y se generen alternativas de seguridad tales como factores protectores internos y externos (González, 2010).

Como lo menciona Carretero (2010), la historia y las corrientes tradicionales de la psicología han centrado sus investigaciones y focos de atención en el estudio de los efectos negativos que traen los eventos traumáticos y/o adversos en lo seres humanos, busca mostrar más las consecuencias que traen las situaciones en rela-

ción a traumas o enfermedad mental, que a indagar las herramientas, características o capacidades del ser humano para afrontar esos eventos adversos e incluso extraer algún tipo de beneficio de estas situaciones, es allí donde la investigación en Resiliencia cobra gran importancia pues permite abordar en positivo, es decir aprender sobre las características que tienen los seres humanos para reponerse a una situación muy adversas como la pobreza, la exclusión la violencia y hacer un análisis profundo de ¿Por qué? mientras unos son capaces de reponerse e incluso aprender otros no.

En la actualidad hacer reflexiones sobre la resiliencia es avanzar en su conceptualización, su modelo teórico y metodológico y empezar su comprensión desde la psicología mediante una perspectiva renovadora e innovadora, entendiendo la resiliencia no solo como esa capacidad que permite a los seres humanos sobreponerse a las situaciones riesgosas propias de su existencia sino además a desarrollar todo su potencial desde una resiliencia ecológica que logre ser transversal a la familia, la escuela, la comunidad. Desde la educación, la resiliencia es el ejercicio de la fortaleza, de la resistencia para afrontar los avatares de la personal, familiar, profesional y social (Villabos, 2008).

2.1 Resiliencia y adolescencia

La adolescencia es un periodo del ciclo vital caracterizado por diversos cambios a nivel biológico, psicológico y social, que requiere de un acompañamiento integral para que los jóvenes se ajusten de manera adecuado al ambiente, es así que la promoción de competencias resilientes en esta etapa adolescente permitirá alcanzar resultados positivos en el futuro, no solo en campo educativos sino familiar y social generando un aporte significativo a la construcción del tejido social y la mitigación de las problemáticas a las que se

ven expuestos dichos jóvenes, así mismo es fundamental promover espacios de fomento de la resiliencia, pues permitirá a los adolescentes desplegar conductas resilientes, factores protectores que les faciliten sobreponerse a estas adversidades, crecer y desarrollarse adecuadamente, llegando a formarse como individuos adultos competentes, pese a pronósticos desfavorables (Munist, Santos, Kotliarenco, Suárez, Infante y Grotberg, 1998, citados en Estefó, 2011).

Dentro de las características que se presentan en niños y adolescentes con capacidades resilientes, se encuentra su capacidad de adaptación a los cambios que el medio exige, es decir se ajustan a las demandas que la sociedad les propone mediante el desarrollo de competencias y habilidades sociales y de comunicación. Así mismo presentan madurez en la toma de decisiones, son críticos y tienen claridad en metas a largo plazo. Sin embargo, estas habilidades resilientes para que se mantengan y se fortalezcan necesitan ser reforzadas y estimuladas a nivel, familiar, social y contextual. (González, 2005).

Los jóvenes resilientes presentan características relacionadas con la capacidad de resolver los problemas que se les presentan en el diario vivir, de la manera adecuada y con autonomía. Presentan capacidades para relacionarse con el medio y con sus pares, formando de manera positiva amistades verdaderas y duraderas, y en las que puede confiar. Así mismo, capacidad de afrontar los problemas con seguridad y con valentía; es capaz de fundamentar sus amistades en el apoyo mutuo; presenta la capacidad de controlar sus impulsos, momentos de sufrimiento, de dolor y utilizar estos momentos traumáticos de manera favorable; tiene capacidad de establecer relaciones positivas a nivel social emocional, familiar, escolar y cognitivo.

2.2 El contexto puede favorecer la resiliencia

Teniendo en cuenta los diferentes ambientes en los que participan los adolescentes, si estos son favorables pueden ser generadores de conductas resilientes. Para lograr esto, el papel de los adultos es fundamental, ya que, al estar atentos a las necesidades de niños y adolescentes, y mostrar su apoyo y empatía, favorece en ellos la seguridad y confianza en sí mismos. Escuchar y comprender las expectativas de los niños y adolescentes, expresadas de manera espontánea, contribuye en la seguridad para generar claridad en las metas y objetivos propuestos, lo cual fomenta autonomía, y le permite al niño y/o adolescente desarrollar sus habilidades (Caraveo, 2009).

La importancia de la interacción y de expresión de las diversas opiniones para los adolescentes es un generador de seguridad y autoestima. Para lo cual los adultos, quienes se pueden denominar dentro de las redes de apoyo, son un modelo de solución de conflictos y toma de decisiones. Brindando oportunidades para que los niños y adolescentes participen y generen un aprendizaje que resignifique y genere conductas resilientes. En el sistema familiar es de gran importancia establecer normas claras y promover acciones de respeto entre los miembros de la familia. Se debe establecer el acompañamiento y apoyo como parte vital del entorno familiar para cada uno de los integrantes, lo que permite generar estrategias de afrontamiento ante las situaciones adversas, lo que promueve el desarrollo de factores protectores tanto internos como externos (Caraveo, 2009). Para promover la resiliencia, las relaciones que generan confianza y apoyo permiten ser modeladas y estimulan las conductas resilientes en un sujeto (Domínguez, 2005).

De acuerdo con el contexto donde habitan los adolescentes, en la actualidad se evidencia la influencia de las condiciones que el ambiente les propicia. Ambientes que pueden generar afectaciones en su desarrollo psicológico y calidad de vida por la falta de redes de apoyo para enfrentar las dificultades. Por ejemplo, cuando ellos deben incorporarse en edad temprana a empleos, desempeñando trabajos marginales o sin un salario digno, donde no se le proporciona atención en salud ni se vela por sus derechos. Cuando ellos están expuestos a factores de riesgo como: el consumo de sustancias psicoactivas, la deserción escolar o la delincuencia. Lo que contribuye en la carencia de unas metas claras y la dificultad para encontrarle sentido a su vida (López, 1996).

Esta problemática social ha sido de gran impacto negativo en el desarrollo psicosocial de los adolescentes durante muchas décadas en Colombia, en la actualidad la resiliencia es un tema que demanda importancia por parte de la psicología y se puede decir que, aunque es un tema complejo se tiene más conocimiento en cuanto a todo lo que ella implica. En este sentido, se han realizado estudios que han demostrado que las instituciones y la educación son grandes promotoras de resiliencia y que pueden aportar grandes valores para su desarrollo en los estudiantes. Después del hogar (familia), las instituciones se convierten en el lugar propicio para permitirles a los estudiantes crear ambientes que generen y motiven el desarrollo de resiliencia. Esto debido a que las instituciones deben ser vistas como promotoras de resiliencia, deben generar espacios para que ésta se dé y desarrolle de manera exitosa en la totalidad de los estudiantes. Son muchas las cosas que se pueden hacer al interior de las instituciones para que esto ocurra, pero se necesita del interés de todos los involucrados en cuanto a la resiliencia y su desarrollo en el estudiantado.

En los colegios e instituciones se encuentran adolescentes con diferentes factores o variables a nivel, familiar, psicosocial, religioso, locus de control, vínculo parietal, optimismo, personalidad resiliente, aspectos culturales, entre otros. Esta diversidad permite un desarrollo psicosocial y cognitivo muy variado. El niño y/o adolescente al interactuar en estos contextos de diversidad, puede precisar diferentes formas de afrontar las crisis. Formas diversas, que cuando son orientadas de manera adecuada, favorecen la adquisición de aprendizajes para afrontar situaciones de crisis de manera positiva e incluso salir fortalecidos de ellas (González, 2010).

Es así, como en la noción y concepto de resiliencia, se da a conocer que la adaptación es la habilidad de interactuar dinámicamente con varios factores; protectores internos, externos y los factores de riesgo. Los factores protectores, se caracterizan por manifestar sus efectos después de la presencia de algún estresor, modificando las respuestas del sujeto de una forma más adaptativa que la esperada (González, 2010). Los factores de riesgo pueden desencadenar un trastorno que puede ser leve/severo.

Los factores protectores se pueden clasificar en 3 grupos que interactúan entre sí: individuales, familiar-social y los del medio. Los primeros corresponden a las habilidades personales que el individuo posee, entre ellos están, las habilidades para afrontar positivamente los conflictos, optimismo, sentido del buen propósito, buen sentido del humor, habilidades cognitivas entre otras características. Los segundos hacen referencia a las buenas relaciones con los padres, la confianza y el optimismo por parte de los padres hacia sus hijos, lazos seguros con los pares y otros adultos etc. Y los del medio hacen referencia a la conexión y relación entre casa y escuela, el buen cuidado y apoyo de los profesores, comunidad, vecindario, entre otros. (González, 2010).

III. Metodología

Ha sido una investigación cuantitativa de corte Descriptivo transversal retrospectivo. La población objetivo del estudio la conforman adolescentes entre 12 y 16 años, hombres y mujeres, estudiantes de las instituciones educativas Braulio González, Instituto educativo Carlos Lleras Restrepo y la Institución Educativa La Campiña, todas ellas Instituciones públicas de la ciudad de Yopal en el departamento de Casanare, Colombia. La muestra total fue de 116 adolescentes, seleccionados mediante la técnica de muestreo aleatorio simple, pertenecientes a contextos, tipo de escolaridad y modelos culturales similares, residentes en el mismo municipio. Se utilizó como instrumento un cuestionario cerrado de única aplicación.

Para efecto de esta investigación se ha tomado como referente la investigación realizada por la doctora Norma Ivonne González Arratia López Fuentes, aplicando el instrumento de medición de resiliencia (González, 2010), adaptado para Colombia. Dentro de las categorías de análisis que fueron trabajadas en esta investigación se encuentran: factores protectores internos, factores protectores externos y empatía, enmarcados desde el enfoque constructivista. Los Factores Protectores Internos hacen referencia a las características propias del individuo que facilitan la resiliencia. Los Factores Protectores Externos hacen referencia a las características del ambiente que en el individuo fomenta la resiliencia, dentro de estas están: la familia, las instituciones educativas, la comunidad y el grupo de pares. Y la Empatía se relaciona con la capacidad que tienen las personas para establecer una relación de manera apropiada y lograr dar respuesta a las necesidades del otro, dar a conocer sus sentimientos, compartir sus ideas logrando generar un espacio de conexión y un ambiente favorable.

Tabla 1
Categoría de análisis en la que se fundamentó
el instrumento para medir niveles de resiliencia.

CATEGORÍAS	SUB CATEGORÍAS
Factores protectores internos	1. Presta servicios a otros y/o a una causa.
	2. Emplea estrategias de convivencia, como adopción de buenas decisiones, asertividad, control de los impulsos y resolución de problemas.
	3. Sociabilidad.
	4. Sentido del humor.
	5. Control interno.
	6. Autonomía.
	7. Visión positiva del futuro personal.
	8. Flexibilidad.
	9. Capacidad para el aprendizaje y conexión con éste.
	10. Auto motivación.
	11. "Es idóneo" en algo; competencia personal.
	12. Sentimientos de autoestima y confianza en sí mismo.
Factores protectores externos	1. Promueve vínculos estrechos.
	2. Valora y alienta la educación.
	3. Emplea un estilo de interacción cálido y no crítico.
	4. Fija y mantiene límites claros (reglas, normas y leyes).
	5. Fomenta relaciones de apoyo con muchas otras personas afines.
	6. Alienta la actitud de compartir responsabilidades, prestar servicio a otros y brindar "la ayuda requerida".
	7. Brinda acceso a recursos para satisfacer necesidades básicas de vivienda, trabajo, salud, atención y recreación.
	8. Expresa expectativas de éxito elevadas y realistas.
	9. Promueve el establecimiento y el logro de metas.
	10. Fomenta el desarrollo de valores pro sociales (como el altruismo) y estrategias de convivencia (como la cooperación)
	11. Proporciona liderazgo, adopción de decisiones y otras oportunidades de participación significativa.
	12. Aprecia los talentos específicos de cada individuo.
Empatía	1. Es dócil a colaborar a los demás.
	2. Es creativo para mantener buenas relaciones con los demás.
	3. Capacidad de ser amigo; capacidad de entablar relaciones positivas.
	4. Alegre con facilidad de agradar.
	5. Capacidad de controlar impulsos y mantener la serenidad.
	6. Independencia, con capacidad de tomar decisiones.
	7. Confía que en el mañana le va ir bien.
	8. Es tolerante y busca equidad frente a las situaciones.
	9. Capacidad de comprensión.
	10. Es capaz de ayudarse por sí mismo, motivación interna.
	11. Se destaca en algo, es bueno en el desempeño.
	12. Se quiere a sí mismo, cree que es capaz de hacer las cosas bien.

Nota: En esta tabla se presentan las tres categorías de análisis en las que se basa la aplicación del instrumento de medición de resiliencia, las subcategorías y su definición (factores protectores internos, externos y empatía (González, 2010).

3.1 Instrumentos de recolección de la información

El cuestionario de resiliencia para niños (González, 2010) es un instrumento de autoinforme que consta de 32 reactivos o preguntas, de opciones de respuesta tipo likert, dividida en tres dimensiones: factores protectores internos (14 reactivos), factores protectores externos (11 reactivos) y factores de empatía (7 reactivos). La aplicación del instrumento se realizó de forma individual, con un límite de tiempo aproximado de 20 a 30 minutos. La instrucción consistió en colocar solo una X como respuesta por cada afirmación de acuerdo con lo que considere de sí mismo. El cuestionario se ha calificado a partir de los siguientes valores que cada una de las opciones de respuesta tiene: El valor de la opción *Siempre* es cinco (5), el valor de la opción *La mayoría de las veces* es cuatro (4), el valor de la opción *Indeciso* es tres (3), el valor de la opción *Algunas veces* es (2), y el valor de la opción *Nunca* es (1). Los Factores protectores internos se identifican en los Items: 17, 18, 20, 21, 24, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31 y 32. Total reactivos = 14. Los Factores protectores externos se identifican en los Items: 1, 4, 5, 6, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16. Total, reactivos = 11. Los Factores de Empatía se identifican en los Items: 2, 3, 7, 8, 9, 19 y 22. Total reactivos = 7. Para obtener el valor para cada factor, se suma el valor de cada reactivo; el resultado de la suma total de los valores en cada factor se analiza en acuerdo de los siguientes niveles. Para conocer el nivel de resiliencia del individuo.

Puntuación total para establecer el nivel resiliencia: mínima 32, máxima 160. De los cuales corresponde por indicación estricta del instrumento los siguientes niveles: resiliencia baja de 32 a 74 puntos, resiliencia moderada de 75 a 117 puntos y

resiliencia alta de 118 a 160 puntos. En el análisis de los resultados se presentan los niveles obtenidos para cada factor.

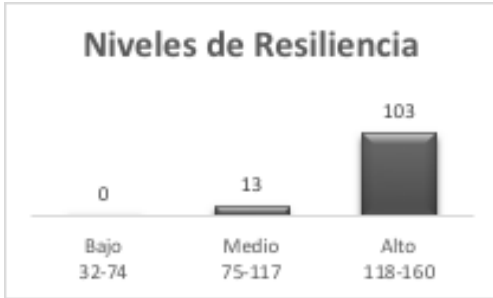
3.2. Procedimiento

Se seleccionaron 40 estudiantes por cada institución, entre 12 a 16 años repartidos entre hombres y mujeres, para un total de 120 estudiantes. De estos solo culminaron todo el proceso 116. Todos los estudiantes y sus familias firmaron el consentimiento informado aprobando la participación en la investigación y el uso de la información de la prueba. La metodología que se empleó para la aplicación de la prueba fue orientada con las directrices que determina el cuestionario original (González, 2010). La prueba fue aplicada en 6 grupos mixtos de 20 estudiantes en fechas diferentes y con tiempo de 30 minutos por aplicación. La aplicación de la prueba por grupos pequeños se da con el propósito de mantener la concentración de los estudiantes en el desarrollo de la misma, tener mayor control a la hora de realizar la prueba, que las respuestas no sean influenciadas por otros participantes, se dé en un ambiente sin tensiones y no permitir distracciones o interrupciones que pudieran entorpecer el buen desarrollo de la misma. Las 116 pruebas de medición de niveles de resiliencia de los adolescentes fueron analizadas estadísticamente apoyados en el software estadístico SPSS.

IV. Resultados

Los resultados generales sobre el nivel de resiliencia (factores protectores internos, factores protectores externos y empatía) muestran, que de los 116 participantes del estudio 103 se encuentran dentro del nivel alto de resiliencia, 13 participantes en el nivel medio y no se encontró a ningún participante en el nivel bajo. Se ilustra en el siguiente gráfico.

Figura 1. Niveles de Resiliencia Obtenidos



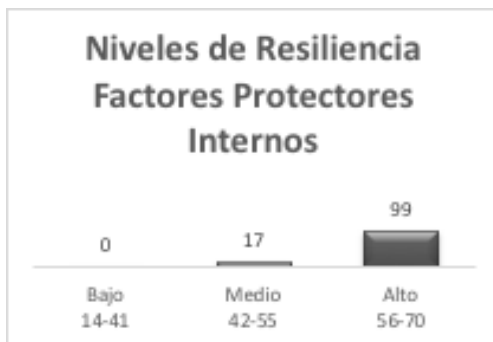
Nota: En esta figura se presentan el número de participantes para cada nivel de resiliencia, junto con los valores correspondientes para cada nivel.

La tabla anterior muestra que 13 adolescentes presentan un nivel de resiliencia medio, frente a 103 adolescentes que se ubican en un nivel alto de resiliencia. Estos datos generales pueden dar cuenta, que la mayoría de los participantes cuenta con herramientas psicológicas representadas en los factores protectores internos, externos y de empatía que favorecen procesos de crecimiento personal y por su puesto la construcción efectiva de sus proyectos de vida.

A continuación, los resultados encontrados para cada uno de los factores que permiten reconocer de manera más específica los hallazgos identificados en cuanto a los factores estudiados.

4.1 Factores protectores interno

Figura 2. Factores Protectores Internos



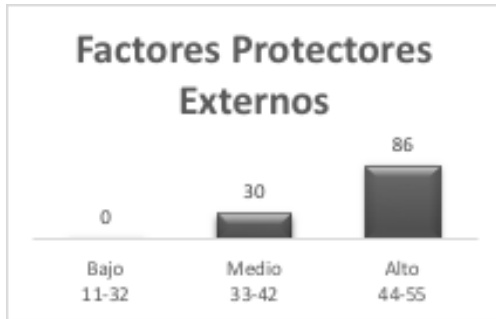
Nota: En esta figura se presentan los niveles alcanzados por los adolescentes en la categoría de factores protectores internos.

Los niños y adolescentes participantes en éste estudio, presentan un alto porcentaje de factores protectores internos, pese a que presentan dificultad a la hora de resolver los conflictos. Se encuentra un alto nivel de esperanza, en cuanto a situaciones de vida a futuro y confianza de que las cosas pueden mejorar para bien y de esta manera ser feliz y exitoso, lo cual es una característica resiliente muy favorable en el comportamiento adolescente. Muestran autonomía, autocontrol y amor propio entre otras características resilientes que son importantes a la hora de confrontaciones que pongan en peligro su buen desarrollo.

El nivel alto de resiliencia en 99 de los participantes, supone que estos cuentan con herramientas psicológicas propias, que pueden fortalecer procesos de construcción de sus proyectos de vida, pese al contexto de violencia marcado por el conflicto armado, característico de su región y que hace parte de la historia de violencia del país. Los factores protectores internos que favorecen la visualización hacia el futuro de los adolescentes son el control interno, la autonomía, la visión positiva del futuro personal, la flexibilidad y la capacidad para el aprendizaje (González, 2010). Por lo anterior, encontrar a la mayoría de los participantes en un nivel alto de resiliencia, permite determinar que ellos cuentan con escudos de protección que pueden contribuir en su fortalecimiento personal. De este modo ser menos vulnerables y aprender de las crisis y/o la adversidad, aceptándola y transformándola en positivo.

4.2 Factores protectores externos

Figura 3. Factores Protectores Externos



Nota: En esta figura se presentan los niveles alcanzados por los adolescentes en la categoría de factores protectores externos.

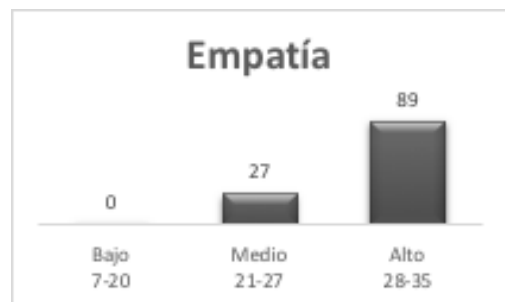
En cuanto a factores protectores externos en respuesta a los ítems que conforman ésta categoría, se evidencia que la mayoría de los adolescentes participantes del presente estudio, presentan características resilientes relativamente altas, son conscientes que cuentan con personas que les apoyan cuando se sienten en peligro o enfermos y sus expectativas a futuro son buenas.

Sus debilidades en esta categoría de análisis se evidencia en las preguntas 1, 11 y 12 donde presentan comportamientos de poco acompañamiento y soledad al no sentir apoyo en las cosas cotidianas en la vida, no hay esmero por hacer cosas por los demás, así como niveles bajos en la construcción de relaciones estrechas, se evidencian bajas capacidades en el tema del liderazgo, la adopción de decisiones y la participación en oportunidades significativas para su proyecto de vida, así como alguna incapacidad para valorar los talentos específicos de alguna persona, lo cual está en relación con la pérdida de confianza en su contexto social, situación que se presenta en jóvenes que han sido víctimas de algún tipo de violencia o se encuentran en

situación vulnerables o de exclusión social. La familia como primer ente socializador juega un papel fundamental en estos factores externos, pues se han encargado de promover los escenarios donde socializa el individuo, para luego el colegio formar a partir de la educación familiar; la resiliencia se construye a partir de las vivencias dentro del ciclo de vida, de las experiencias de los individuos en los sistemas de socialización los cuales deben ser capaces de promover el desarrollo de las capacidades para enfrentar las situaciones adversas, donde el individuo pueda lograr al máximo el potencial humano (Moreno et al., 2011). Esto se convierte en una corresponsabilidad social que, desde los factores protectores externos, parece tener debilidades. Lo anterior evidenciado en la reducción del número de participantes ubicados en el nivel alto y el incremento en el número de participantes en el nivel medio. Esto permite una reflexión frente a la calidad de los espacios familiares, educativos y sociales donde se están desarrollando los adolescentes, que bien puede ser un objeto de estudio para investigar.

4.3 Empatía

Figura 4. Empatía



Nota: En esta tabla se presentan los niveles alcanzados por los adolescentes en la categoría de empatía.

En la categoría de empatía se encuentran 89 participantes, aunque mayor número que en el segundo factor, sigue siendo

menor que el primer factor de resiliencia estudiado. Se puede apreciar que los jóvenes presentan características de respeto hacia ellos y hacia los demás, como también actitudes de amabilidad con las personas más cercanas a ellos. Se muestra un bajo interés por ayudar a los demás en momentos de dificultad debido quizá a comportamientos propios de la edad y el poco acompañamiento de personas cercanas, lo cual genera deseo de desinterés por las cosas de los demás. Las respuestas a las preguntas que hacen parte de este factor, también muestran cierta falta de preocupación por generar espacios de socialización y liderazgo. Aspecto último, muy relacionado con los resultados del segundo factor estudiado.

V. Discusión

El objetivo de la presente investigación fue caracterizar los niveles de resiliencia de adolescentes residentes en el municipio de El Yopal, tomando como muestra 116 estudiantes de colegios públicos, residentes de un contexto que históricamente ha estado marcado por el conflicto armado en esa zona de Colombia. Para el desarrollo de este estudio, se utilizó el instrumento para medir resiliencia el cual permitió evidenciar que el 85% de los adolescentes presentan un alto porcentaje de factores protectores internos, es decir que sus niveles de esperanza hacia el futuro son altos. De ellos el 75% se encuentran en un alto nivel de resiliencia respecto los factores protectores externos. Esto permite inferir que ellos presentan características resilientes favorecidas por la estructura personal que tienen. En los adolescentes, estos elementos contribuyen en la construcción de su autonomía e identidad, formándose no solamente en lo individual sino también en lo familiar y lo colectivo.

Dentro de los factores internos se encuentra una alta autoestima y percepción de sí mismos y de sus capacidades hacia el

cambio, el liderazgo y la conciencia práctica. El autoconcepto va acompañado de una alta confianza hacia el futuro, "las cosas van a ser mejores" con metas ambiciosas. Y la Auto motivación la cual les permitirá a estos adolescentes una mayor búsqueda de logros y metas, orientando éste hacia la realización de tareas. Son jóvenes que buscarán visibilizar sus proyectos de vida como retos, sometiéndose a la autoevaluación y la búsqueda del mejoramiento continuo.

Los factores protectores internos de la resiliencia, aunque son a nivel personal, se deben generar desde espacios de socialización primaria, como lo es la familia. Para posteriormente potenciarse desde la escuela y la comunidad, mejorando la visión del futuro y el desarrollo del proyecto de vida desde una visión realista, persistente y flexible al mundo cambiante. Para que, de este modo, los eventos adversos vividos en el conflicto solo sean parte de un proceso resistencia, flexibilidad y aprendizaje continuo que le permita el desarrollo del potencial humano y favorezca la reconstrucción y la adaptación a las diferentes circunstancias de la vida.

Por lo anterior, se fortalece la importancia que representan los factores protectores externos. Mismos que en el presente estudio obtuvieron un número menor en el nivel alto y un incremento en el número de los participantes ubicados en el nivel medio, respecto los otros factores (internos y empatía). Resultados que indican la importancia de empezar a construir ambientes sociales que permitan a los adolescentes fortalecer estos factores protectores. Por ejemplo, con la generación de vínculos sociales estrechos, la promoción de los procesos educativos como parte fundamental de su formación integral y su desarrollo humano. La comprensión y vivencia de la solidaridad y el liderazgo social como valores importantes en lo individual y en lo colectivo.

Desde esta mirada, resulta fundamental reconocer el riesgo u oportunidad que representa el tipo de relaciones que se están generando entre familia e instituciones educativas y estudiantes. Esto refleja la necesidad de integrar estrategias que promuevan la acción, el empoderamiento y el liderazgo en el grupo, al tiempo que se gesten un mayor acercamiento entre pares y de estos hacia agentes de protección. Estos elementos, pueden empezar a desarrollarse en los adolescentes a través de la formación en competencias solidarias, entre otras.

Sin embargo, es importante reconocer que los altos niveles de resiliencia obtenidos por la población, abren un escenario importante para la construcción de sus realidades y del tejido social luego de las situaciones de violencia que pudieron haber experimentado durante la situación de conflicto armado en su región, los altos niveles de factores protectores internos en un 85% favorece en los adolescentes la construcción de sus proyectos de vida.

Las experiencias que los jóvenes viven día a día van marcando su estructura funcional y psicosocial de una manera positiva o negativa. Cuando las experiencias son positivas en relación con el individuo se puede deducir que tendrá un desarrollo de vida sana, pero cuando no, se asocia con una vida que tendrá muchos obstáculos y que quizás no tendrá un final feliz. Sin embargo, la resiliencia se hace evidente, cuando aún en condiciones adversas, las personas logran sobrellevar las situaciones e inclusive consiguen ser muy exitosas y alcanzar una excelente calidad de vida.

Por último, las habilidades sociales y la interacción de los adolescentes resilientes es un factor protector, en tanto que buscan establecer redes de apoyo en personas que no son de su entorno familiar o cuando este es disfuncional (Prado y del Águila, 2003). Por lo tanto, es importante

mencionar que los factores internos, externos y de empatía, presentes en los niños y adolescentes de este estudio, están constituidos y desarrollados por una serie de aspectos que le favorecen y que una vez visualizados en ellos se deben fortalecer en diversos escenarios como el hogar, el colegio y el ambiente psicosocial, con el propósito de desarrollarlos y minimizar así el riesgo para el buen desarrollo de los adolescentes.

VI. Conclusiones

Es importante para la presente investigación el alto nivel de resiliencia en la población en condición de vulnerabilidad al encontrarse expuesta a situaciones de conflicto armado. En particular por lo encontrado en estudios como los de Ahern (2006) quien indaga sobre los factores resilientes en adolescentes afroamericanos y otros grupos de población en condición de vulnerabilidad. Para Ahern la resiliencia se traduce en autoestima, adecuado rendimiento académico, salud física, capacidades de afrontamiento, adaptación y ausencia de enfermedad mental y / o comportamiento delincuente. Por lo anterior, es importante que se tenga en cuenta, para futuras investigaciones, la relación de la resiliencia con la calidad de vida y la salud. En tanto, la resiliencia actúa como factor protector de las afectaciones negativas en la salud física y psicológica que generan las situaciones adversas.

Teniendo en cuenta los estudios de Fergusson y Lynskey (1996) respecto a que los niños y niñas que hacían parte de la población en condición de pobreza tenían una alta probabilidad de llegar a ser adolescentes con algún tipo de afectación, se puede dimensionar aún más la importancia de los hallazgos encontrados relacionados con los niveles altos de resiliencia, ya que pueden ser factores importantes para minimizar posibles situaciones de afectación previstas en diferentes estu-

dios (Betancourt et al., 2012; Haroz et al., 2013; Mels, 2012; Hasanovic, 2011; Layne et al., 2010 y Posada et al., 2011).

Es fundamental identificar estas condiciones, pues se pueden convertir en el punto de partida de ciertas estrategias de intervención y promoción de la salud. Asimismo, es necesario enfocarse en la búsqueda de mecanismos o factores protectores para entender cómo los recursos psicológicos de que disponen los adolescentes operan en su respuesta ante una adversidad, aumentando sus posibilidades de éxito.

También es importante destacar que esta investigación podría revisar los resultados encontrados por Aguirre (2002) en un estudio sobre la resiliencia y factores protectores y de riesgo, de los cuales el 54% son factores protectores; donde el 32% referencia a la comunidad y el contexto escolar como los factores protectores más relevantes en el incremento de comportamientos resilientes, y el 22% considera a la familia como un factor interno importante. Esto puede relacionarse directamente con el presente estudio donde las poblaciones habitan en contextos con similitudes de orden económico y social, ya que en ambos presentan condición de pobreza y estar expuestos a situaciones de violencia.

Referencias bibliográficas

Aguirre, A. (2002). Capacidad y factores asociados a la resiliencia en adolescentes del CE Mariscal Andrés Bello Cáceres del Sector IV de Pamplona alta, San Juan de Miraflores. *Lima, Perú: Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*

Ahern, N. R. (2006). Adolescent resilience: An evolutionary concept analysis. *Journal of Pediatric Nursing, 21*(3), 175-185.

Betancourt, T. S., McBain, R., Newnham, E. A., & Brennan, R. T. (2013). Trajectories

of internalizing problems in war-affected Sierra Leonean youth: Examining conflict and postconflict factors. *Child development, 84*(2), 455-470.

Caraveo, M. (2009). *Resiliencia*. Recuperado el 12 de octubre de 2018 de, <http://www.monografias.com/trabajos67/resiliencia/resiliencia2.shtml>

Carretero, R. (2010). Resiliencia. una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences, 27*(3). Recuperado el 22 de noviembre de 2018, de <http://www.redalyc.org/pdf/181/18113757004.pdf>

Cyrułnik, B. (2002) *Los patitos feos*. Barcelona: Gedisa.

Domínguez, J. (2005) *Resiliencia Después del Huracán Katrina y Rita*. Recuperado el 02 de septiembre, de: www.apa-helpcenter.org/articles/article.php?id=114

Estefó, M. (2011). Factores resilientes en adultos jóvenes de 25 a 30 años pertenecientes a la Universidad Abierta Interamericana, en Rosario, Santa Fe (Tesis de Pregrado Licenciatura en Psicología). Universidad Abierta Interamericana, en Rosario, Santa Fe. Recuperado el 20 de noviembre de 2018, de <http://imgbiblio.vadneduc.edu.ar/fulltext/files/TC102409.pdf>

Fergusson, D. M., & Lynskey, M. T. (1996). Adolescent resiliency to family adversity. *Journal of child psychology and psychiatry, 37*(3), 281-292.

Gonzalez, A. (2010). *Instrumento de medición*. Colombia: UNAL

González, G. (2005). *El concepto de Resiliencia*. Caritas Argentina. Recuperado el 10 de octubre de 2018, de www.tsred.org/modules.php?name=News&file=article&sid=30

- Grotberg, E. (1996). *The international resilience project findings from the research and the effectiveness of interventions*. Paper presentado a la Convención anual del Consejo Internacional de Psicólogos. 54rd, Banff, Canada.
- Haroz, E. E., Murray, L. K., Bolton, P., Betancourt, T., & Bass, J. K. (2013). Adolescent resilience in Northern Uganda: The role of social support and prosocial behavior in reducing mental health problems. *Journal of Research on Adolescence*, 23(1), 138-148.
- Kotliarenko, M. A., & Pardo, M. (2011). Algunos alcances acerca del sustento biológico de la Resiliencia. *Psykhē*, 12(1).
- Layne, C. M., Olsen, J. A., Baker, A., Legerski, J. P., Isakson, B., Pašalić, A., ... & Saltzman, W. R. (2010). Unpacking trauma exposure risk factors and differential pathways of influence: Predicting postwar mental distress in Bosnian adolescents. *Child development*, 81(4), 1053-1076.
- López, A. (1996). *La resiliencia algo a promover*. Recuperado el 05 de septiembre de 2018, de www.comminit.com/la/teorias-decambio/lacth/lasld-285.html
- Mels, C. (2012). Entre pobreza y violencia: ¿cómo afectan los estresores diarios y la violencia a adolescentes en zonas de guerra? *Ciencias Psicológicas*, 6(2), 111-122.
- Moreno, M. (2011). Factores que protegen la función socializadora de las familias de los estudiantes del colegio La Presentación (Duitama, Boyacá). *Revista de Investigaciones UNAD*. 10(2) de <http://hemeroteca.unad.edu.co/index.php/revista-de-investigaciones-unad/article/view/764/1435>
- Pereda, N. (2012). Menores víctimas del terrorismo: una aproximación desde la psicología del desarrollo. *Anuario de psicología jurídica*, 22.
- Posada R. & Parales J. (2012). Violencia y desarrollo social: más allá de una perspectiva de trauma. *Universitas Psychologica*, 11(1).
- Prado, R. & Del Aguila Chavez, M. (2003). *Diferencia en la resiliencia según género y nivel socioeconómico en adolescentes*.
- Rodríguez, A. (2009). Resiliencia. *Revista Psicopedagogía*, 26(80), 291-302. Recuperado el 20 de noviembre de 2018, de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v26n80/v26n80a14.pdf>
- Rutter M. (1979). *Protective factors in children's responses to stress and disadvantage*. In: Kent MW, Rolf JE, Ed. Primary prevention in psychopathology: Social competence in children. Vol. 8. University Press of New England.
- Suárez, N. & Kotliarenko, M. (2004). Resiliencia, tendencias y perspectivas. *Buenos Aires Argentina: Editorial Unla*.
- Unidad de Víctimas. Red Nacional de Información [RNI]. (01 de noviembre de 2018). Registro Único de Víctimas [RUV]. Recuperado el 22 de noviembre de 2018, de <https://www.unidadvictimas.gov.co/es/registro-unico-de-victimas-ruv/37394>
- Villalobos, E. & Castelán, E. (2008). Resiliencia en la Educación. CEPIndalo, 1-10. Recuperado el 21 de noviembre de 2018. de http://educespecialjujuy.xara.hosting/index_htm_files/RESILENCIA%20EN%20LA%20EDUCACION.pdf
- Fecha de entrega: 25 de marzo de 2019
Fecha de aprobación: 25 de abril de 2019