



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

## TESIS

### **“RESILIENCIA Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA MANUEL ROBLES ALARCÓN, UGEL 05, 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

**Calidad de vida, resiliencia y bienestar  
psicológico**

Presentado por:

**Maribel Rodriguez Angulo**

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de  
Licenciada en Psicología

Docente asesor:

Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

Código Orcid N°0000-0002-3770-1287

Chincha, 2022

**Asesor.**

**Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada**

**Miembros del jurado**

**-Dr. Edmundo González Zavala**

**-Dr. William Chu Estrada**

**-Dr. Martín Campos Martínez**

## **Dedicatoria**

A mi madre, porque es mi gran motivación y parte fundamental para el desarrollo de la investigación.

Ella, me dió la fuerza y apoyo en momentos de debilidad, su amor incondicional y su confianza, para lograr este sueño alcanzado.

## **Agradecimientos**

A Dios, por este logro, por darme salud y paciencia para superar las dificultades, por darme fuerza y enseñarme a conservar la calma en momentos de debilidad.

A mi madre, por darme la vida, por amarme como soy y por confiar en mí en esta larga y ardua carrera.

A mi familia, que es la razón de mi continua lucha y superación, muchas gracias por su comprensión y paciencia en estos largos años de ausencia, pues tuve que dividir mi tiempo entre la familia, el trabajo y los estudios.

A mis profesores por sus enseñanzas impartidas durante mi formación profesional, a mis compañeros de aula porque también formaron parte de mi desarrollo profesional.

## RESUMEN

**Objetivo:** establecer la relación entre resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05.

**Material y método:** el tipo de investigación cuantitativa, nivel correlacional, diseño no experimental, transversal; la población estuvo constituida por 150 estudiantes de secundaria de la referida Institución Educativa. La técnica de muestreo fue no probabilístico y censal, porque la muestra fue toda la población, es decir los 150 estudiantes. La recolección de datos fue con las escalas de resiliencia de Young y de depresión de Zung. Los datos fueron procesados utilizando el programa SPSS.

**Resultados:** los niveles de resiliencia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. Se encontró que los estudiantes se ubican en un nivel alto (56.67%). Asimismo, el nivel de depresión de los estudiantes es de un nivel normal o ausencia de depresión (81.33%). Igualmente, existe relación entre la resiliencia y la depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, (Rho:  $-.162$ ).

**Conclusiones:** existe relación negativa muy baja entre la resiliencia y la depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021. (Rho;  $-.162$ ). Asimismo, existe relación negativa muy baja entre resiliencia y la dimensión cognitiva (rho:  $-.097$ ). También con la dimensión afectiva (rho:  $-.107$ ). Y finalmente, existe relación negativa muy baja entre resiliencia y la dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021. (rho:  $-.129$ ).

**Palabras claves:** resiliencia, depresión, perseverancia.

## ABSTRACT

**Objective:** To establish the relationship between resilience and depression in secondary school students of the Manuel Robles Alarcón Public Educational Institution, UGEL 05.

**Material and Method:** The quantitative research type, correlational level, non-experimental design, transversal; the population was constituted by 150 high school students of the aforementioned Educational Institution. The technique of non-probabilistic and census sampling so we worked as a sample with the entire population that was 150; with the entire population. Data collection was with the Young resilience and Zung depression scales. The data were processed using the SPSS program.

**Results:** The levels of resilience in secondary school students of the Manuel Robles Alarcón Public Educational Institution, UGEL 05. was found at a high level (56.67%). Likewise, the level of depression of the students is of a normal level or absence of depression (81.33%). Same mind. there is a relationship between resilience and depression in high school students of the Manuel Robles Alarcón Public Educational Institution, (Rho:  $-.162$ ).

**Conclusions:** There is a very low negative relationship between resilience and depression in secondary school students of the Manuel Robles Alarcon Public Educational Institution, UGEL 05, 2021. (Rho;  $-.162$ ). Likewise, there is a very low negative relationship between resilience and cognitive dimension (Rho:  $-.097$ ). Also with the affective dimension (Rho:  $-.107$ ). And finally, there is a very low negative relationship between resilience and the behavioral dimension in high school students of the Manuel Robles Alarcon Public Educational Institution, UGEL 05, 2021. (Rho:  $-.129$ ).

**Keywords:** Resilience, depression, perseverance.

## ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	v
Palabras claves	v
Abstract	vi
Índice general.	vii
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	x
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>11</b>
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>13</b>
2.1. Descripción del Problema	13
2.2. Pregunta de Investigación General	16
2.3 Preguntas de Investigación Específicas	16
2.4 Justificación e importancia	16
2.5 Objetivo General	18
2.6 Objetivos Específicos	18
2.7 Alcances y Limitaciones	19
<b>III. MARCO TEÓRICO</b>	<b>20</b>
3.1. Antecedentes	20
3.2. Bases teóricas	28
3.3. Marco conceptual	49
<b>IV. METODOLOGÍA</b>	
4.1 Tipo y Nivel de la Investigación	51
4.2 Diseño de la Investigación	51
4.3 Población- muestra-muestreo	52
4.4 Hipótesis general y específicas	53
4.5 Identificación de las variables	54
4.6 Operacionalización de las variables	55
4.7 Recolección de datos	57

<b>V. RESULTADOS</b>	60
5.1 Presentación de resultados	60
5.2 Interpretación de resultados	70
<b>VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS</b>	75
6.1 Análisis descriptivo de los resultados	75
6.2 Comparación resultados con marco teórico	76
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	81
<b>Conclusiones</b> .....	81
<b>Recomendaciones</b> .....	82
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b> .....	83
<b>ANEXOS</b> .....	88
Anexo 1: Ficha de Validación Juicio de Expertos.....	89
Anexo 2: Instrumento de investigación.....	91
Anexo 3: Ficha de validación Juicio de Expertos.....	93
Anexo 4: Informe de Turnitin al .....% de similitud.....	101



## INDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1. Descripción por grado de los estudiantes de secundaria.</i>	62
<i>Tabla 2. Descripción por edad de los estudiantes de secundaria.</i>	63
<i>Tabla 3. Descripción por sexo de los estudiantes de secundaria.</i>	64
<i>Tabla 4. Resiliencia en estudiantes de secundaria.</i>	65
<i>Tabla 5. Depresión en estudiantes de secundaria.</i>	66
<i>Tabla 6. Cognitiva en estudiantes de secundaria.</i>	67
<i>Tabla 7. Afectiva en estudiantes de secundaria.</i>	68
<i>Tabla 8. Conductual en estudiantes de secundaria.</i>	69
<i>Tabla 9. Prueba de normalidad de resiliencia.</i>	70
<i>Tabla 10. Prueba de normalidad de depresión.</i>	70
<i>Tabla 11. Resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria.</i>	71
<i>Tabla 12. Resiliencia y dimensión cognitiva en estudiantes.</i>	72
<i>Tabla 13. Resiliencia y dimensión afectiva en estudiantes.</i>	73
<i>Tabla 14. Resiliencia y dimensión conductual en estudiantes.</i>	74

## INDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1. Estudiantes de secundaria según grado de estudios.</i>	62
<i>Figura 2. Edades de los estudiantes de secundaria.</i>	63
<i>Figura 3. Estudiantes de secundaria según sexo.</i>	64
<i>Figura 4. Resiliencia en estudiantes de secundaria.</i>	65
<i>Figura 5. Depresión en estudiantes de secundaria.</i>	66
<i>Figura 6. Cognitiva en estudiantes de secundaria.</i>	67
<i>Figura 7. Afectiva en estudiantes de secundaria.</i>	68
<i>Figura 8. Conductual en estudiantes de secundaria.</i>	69

## I. INTRODUCCIÓN

La presente investigación denominada Resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL, 05, 2021". La elaboración de esta tesis, explica cómo la resiliencia permite al estudiante a sobrellevar la depresión. Desde esa perspectiva, la escuela contribuirá al desarrollo y mejora en la motivación, así mismo, hacer entender que la depresión es un aspecto que perjudica sus relaciones con los demás. Podemos señalar también que si se trabaja sostenidamente, el aspecto de resiliencia para mejorar estos problemas, se puede ayudar los estudiantes a desarrollar su identidad y la aceptación de su propia personalidad, como su autoestima, la resistencia a la presión de grupo. Así, el rol del docente debe ser promotor constante de valores y hábitos, asesorando y orientando al adolescente en los distintos aspectos, para elevar su psique, conduciéndolo a etapas más sobresalientes en sus relaciones interpersonales, y por ende, en su vida.

La presente investigación tiene importancia debido a que permitió conocer la relación entre resiliencia y depresión en estudiantes de una Institución Pública de San Juan de Lurigancho, a partir de las respuestas proporcionadas por los mismos estudiantes, mediante la aplicación de escala de resiliencia de Wagnild & Young y la escala de depresión de Zung. La expectativa para ejecutar la investigación se materializó desde los criterios de elaboración en la indagación, que permite analizar la resiliencia y cómo puede estar relacionada con la depresión en las y los estudiantes de secundaria, su conveniencia radica en que ha proporcionado un instrumento de corte científico que establece cómo el comportamiento de una variable afecta a otra variable, es decir, cómo la resiliencia puede disminuir la depresión en los estudiantes afectados.

Es necesario entender cómo la resiliencia le permite al estudiante a sobrellevar la depresión, lo cual se evidenció como producto de factores

de las demandas académicas que están sujetas constantemente. Se ha observado que muchos estudiantes dejan de lado sus deberes o abandonan en ciertas etapas del período anual del desarrollo académico por problemas emocionales, económicos, entre otros, provocados por la depresión, estos fenómenos perjudican a los estudiantes, debido a la exigencia de los deberes académicos y se ven afectados en su rendimiento académico, y en algunos casos llegan a abandonar la Institución Educativa.

El trabajo de investigación tuvo como objetivo analizar la relación que existe entre la resiliencia y la depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL, 05, 2021". En el contexto de emergencia sanitaria, con una hipótesis orientada a determinar que existe una relación significativa entre resiliencia y depresión, aplicando la metodología de nivel correlacional, con diseño no experimental de corte transversal.

El estudio realizado consta de varios capítulos que se detallan a continuación. El capítulo I, la introducción a la investigación, en la que se resume el tema central y el objetivo principal. El capítulo II, la descripción del planteamiento del problema, preguntas de investigación, tanto general y específicos; objetivo general, objetivos específicos y la justificación e importancia. El capítulo III, presenta los conceptos teóricos sobre los que se fundamenta la investigación, entre ellos se encuentran los antecedentes y el marco conceptual. El capítulo IV, la metodología de la investigación, con el tipo, nivel y diseño, la variable de estudio, la operacionalización de variables, población y muestra, técnicas e instrumentos, así como las técnicas de análisis e interpretación de datos. El capítulo V, presenta los resultados obtenidos a partir del análisis de los datos. El capítulo VI, trató la discusión y análisis de la investigación. Finalmente, se presentaron las conclusiones, las recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos respectivos.

## **II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **2.1. Descripción del Problema**

Para poder llevar a cabo este trabajo fue necesario comprender cómo la resiliencia le permite al estudiante de educación secundaria sobrellevar la depresión, la cual es producto de las demandas académicas a las que están sujetos constantemente. Por lo cual, es apropiado familiarizarse con el concepto de la resiliencia, por tanto, Grotberg (como se citó en Losada & Latour, 2012) la define como la capacidad que tiene una persona para enfrentar a las adversidades y sobreponerse a ellas, e inclusive salir transformados. Sin embargo, fue importante tener en consideración que el estudiante de secundaria transita por un período vulnerable que es la adolescencia.

Esta investigación, tuvo como propósito demostrar la relación entre resiliencia y depresión. Dos variables que necesitan señalar con sustento científico donde se demuestra el nivel de correlación existente, para tomar acciones de mejora en las Instituciones Educativas donde viene siendo un problema, que dificulta el desarrollo equilibrado del proceso de enseñanza aprendizaje, donde es de preocupación de los docentes, psicólogos y los entes responsables, de la administración educativa actual en Perú. Las y los docentes de las diferentes áreas curriculares que laboran en las escuelas públicas se enfrentan todos los días con las y los estudiantes que no responden con entusiasmo, al contrario, justifican su falta de inacción dando como resultado el incumplimiento de sus actividades que bien les sirven a ellos, para afianzar sus conocimientos desde, luego a partir de ello, mejorar sus propias competencias.

Para tener clara la idea sobre este problema fue importante también conocer ¿Qué es la depresión en estudiantes de secundaria?, ¿Cómo está afectando en el desarrollo de su formación académica? ¿El aislamiento producto de la COVID – 19 en qué medida ha afectado

en las y los estudiantes? Estas interrogantes en la actualidad son aspectos, que vienen preocupando a la colectividad de las Instituciones Educativas, a pesar de que se ha implementado diferentes estrategias, para reducir este aspecto, los resultados siempre fueron negativos. Se ha catalogado a la depresión como la enfermedad que mayor sufrimiento causa a las personas, convirtiéndose en uno de los principales motivos de consulta clínica.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002), 121 millones de personas en el mundo sufren de depresión. La prevalencia de esta enfermedad, es dos veces mayor en las mujeres, y afecta cada vez más a los jóvenes. Cada año se suicidan más de 800.000 personas, y más de la mitad de los suicidios corresponde al grupo de los jóvenes que resulta así el de mayor riesgo.

Lo que genera la depresión depende substancialmente de la concepción de la emoción en cada teoría, ya que se considera que la depresión es una emoción (Del Barrio V., 2007). Según se adhiera a una orientación biológica, psicoanalítica, conductista o cognitivista en psicología, o sociológica, histórica y/o económica en ciencias sociales, se dan cuenta de factores genéticos, psicológicos, psicosociales, de historia del individuo y familia, etc. que interactúan primando uno u otro en la etiología de la depresión. Como es difícil hallar causa y efecto se habla de factores de riesgo, que indican una correlación significativa entre diversas variables y el problema estudiado.

En la actualidad el enclaustramiento ha ahondado el problema, esta pandemia mundial ha sometido a las y los estudiantes a la depresión afectando directamente a su propio desarrollo personal, emocional, social y educativo, creando entes que sin respuesta a la situación contextual producto de este mal universal, donde gran sector de estudiantes han desarrollado su capacidad de autoaprendizaje, por cierto, en menor porcentaje y un gran sector empeoraron esa capacidad de educarse por factores como: pérdida de los padres,

abandono de sus padres o madres producto del trabajo, no contar con herramientas digitales que respondan a las exigencias que fomenta el MINEDU; todo este conjunto de problemas aumentaron la depresión, y desde luego, la motivación hacia el logro de sus competencias en todas las áreas, dando como resultado entes relegados y, para nivelar al estudiante el ministerio ha implementado programas de “consuelo” para “revertir” esta situación con las llamadas carpetas de recuperación o en su defecto, con la promoción guiada lo que se necesita es replantear estas estrategias para consolidar el conocimiento de las y los adolescentes en la educación secundaria en beneficio del desarrollo educativo.

En consecuencia, las Instituciones educativas tienen la responsabilidad de trabajar sostenidamente la resiliencia en las y los estudiantes para revertir este mal que nos está aquejando, trabajando horizontalmente en todas las áreas pero, principalmente en el área de tutoría para hacer entender a los estudiantes el valor, el temperamento, los factores de personalidad, el ambiente y los recursos de las personas; la comprensión de todos ellos deberá ser de interés, para sus posibilidades de aplicación con la practica permanente de la resiliencia.

Toda esta problemática expuesta fue de mucho interés debido a que se requiere motivar a los estudiantes en cómo mejorar en la formulación de su proyecto de vida. Tener un concepto claro de cumplir sus tareas pendientes mejorando en la capacidad de interpretación y valoración de su propio ser, revertiendo los problemas actuales con propuestas positivas para su proyecto de vida. Los estudiantes adolescentes de secundaria de educación básica regular, requieren reconocer que la disciplina, en cuanto a la realización de sus deberes, es fundamental para alcanzar una vida con propósito. Esta investigación tiene relevancia, porque en la actualidad se evidencia que los estudiantes suelen postergar sus actividades académicas constantemente, y no establecen objetivos claros en cuanto a su futuro;

estando expuestos a tomar erradas, decisiones que conllevarían al incumplimiento de sus metas y a realizar diversas conductas de riesgo. Finalmente, por todo lo anteriormente expresado, se formuló la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación entre resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021?

## **2.2. Pregunta de investigación general**

¿Cuál es la relación entre resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021?

## **2.3. Preguntas de investigación específica**

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021?

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021?

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021?.

## **2.4. Justificación e importancia**

### **2.4.1 Justificación**

La justificación teórica, fue necesaria para presentar que para el estudio se han revisado las teorías que explican desde diferentes perspectivas la problemática de la resiliencia y depresión. El presente estudio tiene fundamentos teóricos que dan respaldo a la investigación. Se tomaron como referencia para



el marco teórico la teoría de Waling y Young, así mismo, tienen los fundamentos de Zung, en depresión autores que han contribuido dando a conocer el fenómeno social de la resiliencia y depresión.

Asimismo, la justificación metodológica fue importante porque proporcionó las herramientas de medición, como son la escala de resiliencia de Waling y Young y la escala de depresión de Zung. Ajustó y estandarizó sus características psicométricas para su uso en el entorno local; considerando que la verificación de contenido fue realizada por dos psicólogos expertos que han determinado la validez de contenido y en el proceso estadístico con los datos recogidos de la muestra en estudio se determinó con el alfa de Crombach la confiabilidad de las dos pruebas psicológicas aplicadas, las mismas que podrán aplicarse en estudios a problemas similares al mismo tiempo de acuerdo con estos estándares.

**La justificación práctica**, fue relevante, porque este trabajo sirvió para que se implemente la realización de talleres que promuevan un adecuado nivel de manejo de las conductas agresividad y estrategias para afrontar dicho problema. Además, va a favorecer para la aplicación de estrategias de manejo de conducta. Asimismo, se identificaron los niveles de resiliencia que presentan los estudiantes, más aún, en estos tiempos de emergencia sanitaria.

**La justificación social:** desde este punto de vista, la investigación permitió obtener importante información de los niveles de resiliencia y depresión en estas poblaciones de estudio, teniendo en cuenta que la educación es la base fundamental para la construcción de una nueva sociedad democrática, como fin de toda Institución Educativa, en tal sentido

la investigación se justifica por cuanto los resultados serán de beneficio a los estudiantes del nivel secundaria, puesto que el conjunto de relaciones interpersonales como el respeto, la valoración del otro, es construida y aprendida de las vivencias cotidianas y del diálogo intercultural, se alcanzó con la participación de la comunidad educativa, favoreciendo el desarrollo integral de los estudiantes y toda la comunidad educativa.

#### **2.4.2 Importancia.**

El presente estudio fue importante, porque la problemática en estudio, viene generando alteración en los estados cognitivos, afectivos y conductuales con indicadores de carencia de resiliencia y presencia de depresión en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcon - UGEL 05. En consecuencia, al tener niveles altos de resiliencia puede traer consecuencias positivas para hacer frente a la depresión.

### **2.5 Objetivos general**

Demostrar la relación entre resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

### **2.6 Objetivos específicos**

Determinar la relación entre la resiliencia y la dimensión cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

Determinar la relación entre la resiliencia y la dimensión afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

Determinar la relación entre la resiliencia y la dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

## **2.7 Alcance y limitaciones**

### **2.7.1 Alcances**

- **Delimitación social:** la población de estudio abarca a estudiantes de educación secundaria.
- **Delimitación espacial o geográfica:** El estudio fue llevado a cabo en la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón.
- **Delimitación temporal:** La investigación se desarrolló en el transcurso del 2021.

### **2.7.2. Limitaciones**

La limitación abarca todas aquellas restricciones a que se enfrenta el investigador durante el proceso de investigación, en especial en la actual situación sanitaria a causa de las medidas de seguridad y el acceso a los estudiantes.

- La poca accesibilidad y comunicación con los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón.
- Aplazamiento de la culminación de la investigación.

## **III. MARCO TEÓRICO**

### **3.1. Antecedentes**

Revisando diversas bibliografías sobre los temas de resiliencia y depresión se encontraron los diferentes estudios sobre las variables que sirvieron para realizar la presente investigación.

#### **3.1.1 Internacionales**

Mancipe. R. (2019). En su investigación denominada “La depresión en adolescentes y sus efectos en el rendimiento escolar: una revisión sistemática”. Concluye con objetividad explicando que la depresión es una problemática multicausal que en los últimos años ha venido aumentando en todo el mundo, afectando a personas de todas las edades en los ámbitos educativo, familiar y social; encontrándose la población adolescente mayormente afectada por sus síntomas y consecuencias, deteriorando su rendimiento académico y su calidad de vida. El objetivo de la presente revisión sistemática fue determinar cuáles son los resultados de las investigaciones realizadas tanto en Colombia como en el resto del mundo en los últimos años, se ha conglomerando sus resultados para una herramienta práctica a los profesionales del área educativa para la correcta detección, remisión y posible intervención a los estudiantes que presenten síntomas asociados con la depresión, mejorando así su rendimiento académico y su calidad de vida. La investigación se realizó indagando en 66 artículos científicos publicados en diferentes revistas y bases de datos en español, inglés y portugués, reuniendo la mayor información posible en lo que a esta problemática se refiere. Encontrando múltiples factores que desencadenan paulatinamente la sintomatología depresiva en la adolescencia, afectando no solo el ámbito escolar, también varias áreas de ajuste y el desarrollo afectivo y emocional, repercutiendo sus efectos en la vida adulta. Palabras clave: depresión, rendimiento académico, adolescencia.

Serrano. C.C. (2018). Realizó un trabajo de investigación denominada “Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí” se enfoca en la resiliencia como la capacidad del ser humano para confrontar circunstancias desfavorables, adaptándose a ellas de manera positiva. Por otro lado, el estrés académico es producto de las demandas que impone el ámbito educativo, alterando el sistema de respuestas del individuo. El objetivo principal fue establecer la relación entre resiliencia y el estrés académico en los alumnos de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí. El sustento teórico de esta investigación se basó en la psicología positiva de Seligman (resiliencia) y el modelo cognitivo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman (estrés académico). El marco metodológico se caracteriza por ser correlacional, no experimental y transversal, con una muestra de 150 estudiantes, de tercero de bachillerato, aplicando la escala de resiliencia de Wagnild y Young y el inventario SISCO del estrés académico. Resultados: el 47% presentó resiliencia moderada, los factores de esta puntuaron valores altos (excepto perseverancia), el estrés académico moderado se manifestó en el 88% de alumnos, las reacciones psicológicas sobresalieron. La hipótesis nula se comprueba con un ( $\chi^2$ ) de 0,392; concluyendo que, si bien la resiliencia no incide en el estrés académico, esta podría ser empleada y reforzada en otras circunstancias producto de cambios físicos, emocionales, cognitivos y sociales que bajo la valoración del alumno serán catalogadas como situaciones adversas o de riesgo. Palabras clave: educación media superior, estrés académico, factores de resiliencia, reacciones del estrés académico, resiliencia.

Agudelo, A., Ante Ch, C., & Torres de G., Y. (2017). Realizaron la presente investigación en Colombia, titulada “Factores personales y sociales asociados al trastorno de

depresión mayor”, cuyo objetivo fue: determinar los factores personales y sociales asociados al trastorno de depresión mayor en la población de 13 a 65 años de edad de la ciudad de Medellín en el período 2011-2012. Materiales y métodos: se analizó la información obtenida en el primer estudio de salud mental poblacional representativo de hogares para la ciudad de Medellín recopilada a través de entrevistas, realizadas con el World Health Organization Composite International Diagnostic Interview. Se tomaron 4.176 registros. El procesamiento de la información se realizó mediante el programa SPSS versión 21.0 (Licencia Universidad CES). Resultados: la prevalencia para el trastorno de depresión mayor anual en la ciudad de Medellín en el año 2012 fue de 4,1 %. Las mujeres presentaron 2,4 veces más el riesgo de estar afectadas por trastorno de depresión mayor en comparación a los hombres. Tener una percepción regular/mala sobre la salud mental representa un riesgo 6,0 veces mayor que tener una percepción muy buena/excelente; presentar un grado medio de resiliencia representa casi 2 veces más el riesgo de presentar trastorno de depresión mayor en comparación con los que presentan un grado alto de resiliencia, y no poder desahogarse con la familia representa un riesgo de 1,9 veces en comparación a los que sí pueden hacerlo. Conclusiones: los factores personales que se asocian al trastorno de depresión mayor son ser mujer, tener una regular o mala percepción sobre su propia salud mental, no hacer ejercicio, presentar un grado medio de resiliencia; mientras que entre los factores sociales asociados se destacaron aspectos relacionados con la familia como no poder desahogarse y que ésta constantemente realice demandas a sus integrantes. Palabras clave: depresión mayor, jóvenes, adultos, resiliencia, familia, percepción de salud.

Jadan. C. Y. (2017). En la investigación denominada “Factores personales y sociales asociados al trastorno de

depresión mayor”, cuyo objetivo dio a conocer los factores de riesgo más relevantes que conllevan a la depresión en los adolescentes de 14 a 16 años de Colegio 27 de Febrero de la ciudad de Loja para así construir una propuesta de prevención; para lo cual se realizó un estudio descriptivo, transversal con enfoque cuantitativo, en donde fue necesario tener datos específicos de las condiciones sociodemográficas y familiares de los estudiantes sujetos de estudio, además se aplicó el test de Zung cuyos resultados obtenidos son: prevalencia de depresión 65.75%. En cuanto al género tenemos una relación de 1.5 más en las mujeres que en los hombres, tomando en cuenta que en el estudio predominó el género masculino. Además, con lo referente a la relación y/o asociación estadística entre las variables en estudio, se tiene relación o significancia estadística encontrándose un valor de  $p < 0,05$  (0,047) en el consumo de drogas en la edad de 16 años y consumo de tabaco  $p < 0,05$  (0,031) en la edad de 14 años. La propuesta de prevención para los adolescentes tiene que ver con temas como actividad física, recreacional, porque la comunidad educativa tiene el gran reto de evitarles a los jóvenes caer en estados emocionales de tristeza, desesperación, autoestima baja, por el contrario, la formación de los jóvenes es integral. Los resultados que se obtuvieron en el presente estudio se analizaron, concluyendo así, con la realización de la entrega de un tríptico con aspectos frecuentes y recomendaciones, al personal involucrado en la comunidad educativa. Palabras claves: Depresión, adolescentes, sociodemográficos, género.

Perdomo. A. M. (2016). En su investigación titulada “Relaciones entre resiliencia, apoyo social, estrés, ansiedad y depresión sobre la calidad de vida de cuidadores informales de personas con Alzheimer”. Explica con veracidad después de indagar las variables en estudio y parte explicando sobre las personas que están alrededor de individuos que padecen

Alzheimer (generalmente familiares) sufren las consecuencias de esta enfermedad tanto en aspectos físicos, económicos, sociales, psicológicos y en muchos casos jurídicos, por tal motivo el presente trabajo tuvo como objetivo analizar las relaciones entre resiliencia, apoyo social, estrés, ansiedad y depresión sobre la calidad de vida de cuidadores informales es decir, que no tienen formación especial acerca de los cuidados de personas con Alzheimer. Fue una muestra de 30 personas entre hombres y mujeres, mayores de 18 años y con nivel de escolaridad básico. Esta investigación se llevó a cabo en forma empírico-exploratoria, correlacional tipo encuesta trasversal, donde hubo una convocatoria escrita y telefónica de todos los cuidadores informales de varias instituciones, posteriormente por grupos se aplicaron los siguientes cuestionarios: Cuestionario de Salud General (SF-12 versión reducida), Escala de resiliencia (CD-RISC), Cuestionario del estudio de desenlaces médicos de apoyo social (MOS), escala de estrés percibido (PSS) y escala de depresión y ansiedad en pacientes hospitalarios (HAD). Los resultados descriptivos y las correlaciones se hicieron por medio de coeficiente de correlación Spearman, e indicaron que el cuidador informal tiene niveles moderados bajos de ansiedad, depresión y estrés, sin embargo la influencia de variables salud togénicas como apoyo social y resiliencia, nivelan la situación evitando la sobrecarga y manteniendo de la calidad de vida, ya que se está generando la progresiva divulgación del cuidado al cuidador, y por el mismo contexto de rehabilitación, estos cuidadores reciben ayuda frecuentemente, lo que no quiere decir que sus recursos personales no se vean retados diariamente. Finalmente se realizó devolución y socialización de resultados a la población.

### **3.1.2. Nacionales:**

Flores. Y. L. (2021). Realizó la investigación que tuvo como



objetivo principal determinar la relación entre depresión y resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Mixta de la ciudad de Cajamarca, igualmente, se identificaron los niveles de depresión, los niveles de resiliencia y los niveles de depresión y resiliencia de acuerdo al sexo. Asimismo, la investigación fue de tipo básico, cuantitativo y descriptivo correlacional contó con un diseño no experimental de corte transversal y con un muestreo probabilístico aleatorio con una muestra de 138 adolescentes de una Institución Educativa Mixta de la ciudad de Cajamarca a los cuales se los evaluó mediante el inventario de depresión de Beck (1979) y la escala de resiliencia para adolescentes de Prado y del Águila (2000). Los principales resultados muestran que existe correlación inversa ( $\rho = -,812$ ) entre depresión y resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Mixta de la ciudad de Cajamarca, igualmente el 47% de los evaluados presentan nivel alto de adolescencia, de acuerdo con el sexo se observa que dentro del sexo masculino el 25% de los adolescentes evaluados presentan nivel alto de depresión, igualmente, el 38% de los adolescentes presentan nivel bajo de resiliencia y finalmente, de acuerdo con el sexo se observa que dentro del sexo masculino el 22% de los estudiantes evaluados presentan nivel bajo de resiliencia. Palabras clave: Depresión, resiliencia, adolescentes.

Chunga. N. L. & Pomacino. D. M. (2019). Realizaron la presente investigación que tuvo por objetivo, determinar la relación entre resiliencia y depresión en adolescentes de 3ero a 5to grado de nivel secundario de la Institución Educativa Julio C. Tello, Ate Vitarte - 2018. Cuyo método de estudio aplicado fue el de diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional y de enfoque cuantitativo. Participaron 559 alumnos. Los instrumentos utilizados, escala de resiliencia de Wagnild & Young que muestra los niveles de resiliencia de los adolescentes, escala de depresión para adolescentes de

Reynolds (EDAR). Resultados: se obtuvo que el 96% posee un bajo nivel de resiliencia. Al obtener resultados según las dimensiones de resiliencia, se encontró que el 88% presenta satisfacción personal baja, el 92% presenta ecuanimidad baja, el 93% posee sentirse bien baja, el 96% presenta perseverancia baja, el 93% tiene confianza en sí mismo baja. Con relación a la depresión, se encontró que el 97% obtuvo síntomas de depresión. De la misma forma, se obtuvo para sus dimensiones, que el 94% posee síntomas de depresión, desmoralización y esperanza, el 86% obtuvo síntomas de depresión en expresiones emocionales de cólera, tristeza y desanimo, el 90% obtuvo síntomas de depresión en anhedonia, el 96% obtuvo síntomas de depresión en baja autoestima y desvalorización de sí mismo, y el 79%, obtuvo síntomas de depresión en ansiedad escolar. Existe correlación significativa entre resiliencia y depresión en adolescentes de secundaria. La prueba estadística de correlación de Spearman obtuvo un coeficiente de correlación  $-0,735$  ( $p < 0,05$ ). Conclusiones: Se concluyó que la resiliencia y depresión poseen una relación inversamente proporcional fuerte estadísticamente significativa, quiere decir que a menor resiliencia mayor depresión. Palabras clave: “resiliencia psicológica”; “depresión”; “adolescente” (Fuente: DeCS).

Monasterio. A. (2019). En su investigación denominada “Depresión en adolescentes de una Institución Educativa Pública de Lima Metropolitana” cuyo propósito fue de determinar la prevalencia de depresión que existe en adolescentes. Se efectuó un estudio de tipo no experimental de diseño descriptivo, basándose en una muestra de estudio compuesta por 301 adolescentes, mujeres y varones cuyo rango de edad se encuentra entre los 13 y 17 años. El instrumento utilizado fue el Patient Health Questionnaire (PHQ-9). El resultado principal del estudio realizado fue que el 72.1% de adolescentes presentan sintomatología depresiva, confirmando que la depresión leve,

moderada, moderadamente grave y grave es un problema latente en la muestra estudiada, lo que confirma que la depresión en adolescentes constituye un reto de abordaje para la salud pública que requiere con sentido de urgencia de una intervención oportuna, ya que puede representar un gran aporte a la tarea de prevención de la salud mental.

Flores. J. A. (2018). El presente trabajo de investigación denominada “Resiliencia, depresión y agresividad en estudiantes del 5to año de educación secundaria”, tuvo como objetivo determinar la relación causal entre depresión y agresividad en la resiliencia en estudiantes del 5to año de educación secundaria, Rímac-2017. El tipo de investigación fue básica, de diseño no experimental transversal, nivel explicativo causal dentro del enfoque cuantitativo. La investigación llegó a la siguiente conclusión que, existe mayor correlación en la depresión sobre la resiliencia. Donde los índices de significancia encontrados en el modelo de regresión lineal fueron significativos con un índice menor al planteado como regla de decisión ( $p < .005$ ), por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la del investigador: A mayor resiliencia menor depresión y agresividad en estudiantes del 5 to año de educación secundaria, 2017-Rímac.

Roque. M. I. (2018) Elaboró la tesis Resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa estatal de Chiclayo, cuyo objetivo fue establecer la relación entre la resiliencia y depresión en estudiantes de una institución educativa estatal de Chiclayo. En la cual se usó el método de carácter no experimental transversal de tipo descriptivo- correlaciona, y esta investigación se basó en las teorías de Prado y Del Águila, Kovacs. Los instrumentos de medición de las variables de estudio utilizados fueron: la escala de resiliencia para adolescentes (ERA) y así como también se

uso del inventario de depresión infantil (CDI), con el fin de recopilar datos vinculados con el nivel de depresión en la población a evaluar; cuyo total fue de 276 estudiantes de secundaria. Se obtuvieron los resultados, demostrando que no existe relación entre ambas variables y que trabajan de manera independiente. Palabras clave: adolescente, depresión, resiliencia

## **3.2. Bases teóricas**

### **3.2.1. Resiliencia**

Para la mejor comprensión de la variable resiliencia, se han considerado algunos conceptos básicos, y las teorías que la sustentan.

Wagnild y Young (citados por Villalobos, 2009), consideran que se trata de la habilidad que tenemos las personas de convertir las tragedias en triunfo.

Suárez (citado por Santana, 2015) menciona que la resiliencia es una castellanización del término inglés “resilience o resiliency”. Esta significación se adquiere de la física y es semejante a la flexibilidad como la facultad de la materia para volver a su tamaño y forma inicial después de ser comprimidos. Además, la palabra resiliencia ha sido usada en osteología, para referirse a la capacidad de los huesos de crecer correctamente tras una fractura.

Además, Menvielle (citado por Santana, 2015) dice que el concepto resiliencia inició su abordaje en el área de la psicología evolutiva, con la intención de explicar por qué algunos niños y niñas, frente a situaciones estresantes, podían sobreponerse y desarrollar una vida saludable. En contraste actualmente se

aborda el término desde la psicología positiva, la cual no ve las debilidades o patología, sino que se enfoca en los valores, capacidades, y atributos positivos que desarrollan los seres humanos.

Vila, Fernández y Del carpio (2016) afirman que “la resiliencia no es una mera adaptación, sino una pura aplicación de la vida y de la dignidad humana, así como las redes sociales, lo cooperación y la sinergia” (p. 159). Añaden “la resiliencia es un concepto que al adaptarse a estudios de geografía y la persistencia de los ecosistemas, comienza a indagar en las ciencias sociales, para explicar la transformación social y la capacidad humana para adaptarse a los cambios” (p. 160).

En la actualidad se entiende que la resiliencia no es permanente ni absoluta, sino que depende de los elementos y fuerzas presentes en cada momento de la trayectoria evolutiva de una persona. Es así que, incluso las personas que demostraron una mantenida resiliencia frente a circunstancias muy extremas, pueden sucumbir si se siguen sumando hechos o elementos negativos que acaben por minar sus recursos psicológicos (Muñoz-Silva, 2016).

Por otro lado, Newman (citado por Palma, De las Olas y Millán., 2017) define resiliencia como la destreza del ser humano para adaptarse a las diferentes circunstancias problemáticas que pueda experimentar y a los constantes factores estresantes de la vida. Es decir, la resiliencia es la habilidad del ser humano para hacer frente a las experiencias traumáticas, aprender de ellas y fortalecerse a partir de esta experiencia.

Grotberg (1955) quien dice que la resiliencia es una capacidad humana universal para enfrentar los problemas que

acontecen, sobreponerse e incluso aprovechar estas dificultades para mejorar;

Vanistendael (1994) refiere que la resiliencia es la capacidad de proteger y construir conductas positivas pese al contexto insano en el que nos desarrollemos. Garmezy (1992) **quien se refiere a la resiliencia ¿????????? REVISAR**

Finalmente, es Stefan Vanistenda el en 1996 (citado por Puerta y Vázquez, 2012) quien acuñó el término de resiliencia como “la capacidad de una persona o de un sistema social para vivir bien y desarrollarse positivamente a pesar de las condiciones de vida difíciles, y esto de manera socialmente aceptable.” (p. 3).

### **Factores de la resiliencia.**

De acuerdo con la American Psychological Association (APA, 2004 citado por Villalobos, 2009), los componentes claves de esta capacidad son:

- a. Mantener relaciones con vínculos afectivos, cooperativas y de confianza.
- b. Capaces de ejecutar objetivos sensatos.
- c. Confianza y actitud positiva.
- d. Comunicarse de manera asertiva, brindando solución a conflictos.
- e. Control de emociones y de impulsos.

Del mismo modo, Wolin y Wolin (1993), señalan siete características de personas resilientes:

- a. Introspección: se refiere a la acción de auto cuestionamiento.

- b. Independencia: es la capacidad de colocar una distancia prudente, tanto de manera emocional como física.
- c. Disposición para relacionarse: se refiere a la capacidad de entablar vínculos íntimos con los demás.
- d. Iniciativa: exigirse y ponerse a prueba en actividades de dificultad ascendente, por voluntad propia.
- e. Humor: es el arte de identificar lo gracioso en las dificultades de la vida.
- f. Creatividad: Se refiere a cómo plasmamos la capacidad de imaginación, aplicándola como vía para canalizar sentimientos como la desesperación, el enojo, la frustración.
- g. Moralidad: se refiere al compromiso de actuar con valores, diferenciando entre lo bueno y lo malo.

### **Ámbitos de la resiliencia.**

Según Pierre-André Michuad (1996), refiere que existen cuatro ámbitos en los que se aplica la resiliencia.

- **Biológico:** es cuando la persona o individuo lograr superar las adversidades pese a las dificultades físicas congénitas o adquiridas producto de un accidente. (Pierre-André Michuad,1996).
- **Familiar:** aquellos individuos que logran ser funcionales pese a los eventos traumáticos que presenciaron cuyas familias fueron disfuncionales teniendo que presenciar el divorcio de los padres, maltratos, abusos, abandonos. (Pierre-André Michuad,1996).
- **Microsocial:** cuando la persona vive en lugares con altos riesgos que ejercen influencia negativa en su formación y corren peligro (consumo de drogas, pandillaje). (Pierre-André Michuad,1996).

- **Macrosocial:** considera a la persona o comunidad que después de haber sido víctimas de terrorismo, haber presenciado guerras y haberlo perdido todo en un desastre natural logran enfrentar y sobreponerse a estas situaciones. (Pierre-André Michuad,1996)

### **Propiedades de la resiliencia.**

La resiliencia tiene las siguientes propiedades (Silva, 1999):

- La resiliencia puede ser fomentada: considera que el temperamento y la carga genética que predispone a un individuo a actuar de una determinada forma puede ser modificado y el contexto o ambiente puede ejercer influencia sobre esta conducta y se refuerce o adquiera. Es decir, la resiliencia como capacidad que se puede adquirir dependerá del temperamento y las personas (ambiente) que acompañen a la persona en el proceso de su formación (Silva, 1999).
- La resiliencia se genera en una interacción entre la persona y su entorno: es necesario mencionar que la alta autoestima, el humor, la creatividad entre otros recursos con los que cuenta el individuo sumado con un ambiente social que muestre apoyo, provengan de familias funcionales serian factores que generen la resiliencia. (Silva, 1999).
- La resiliencia no es una capacidad absoluta ni estable: es decir que el temperamento no define si la persona será resiliente o si existe carga genética que predisponga a la persona a ser resiliente, en realidad esto va a depender de los factores de protección con lo



que cuenta, los factores de riesgo que se les presente y como su entorno encamina estos factores. (Silva, 1999).

- La resiliencia es una capacidad universal: esta propiedad nos brinda la esperanza de lograr desarrollar la capacidad de resiliencia, independientemente de la edad que pueda tener el individuo, porque menciona que todos y sin excepción alguna puede desarrollar esta habilidad y hacer uso de esta en los diversos ámbitos de nuestra vida. (Silva, 1999).

### **Factores protectores**

Son aquellas situaciones, circunstancias, que nos protegen o escudan contra la energía negativa o las adversidades que se nos pueda presentar, es decir protegen a las, personas de impacto o daño que pueda generar, determinadas circunstancias, ayudándonos estos a superar los problemas que se puedan suscitar. (Gonzales, 2016).

De acuerdo con Suárez (1997), Wolin y Wolin (1993) y Manciaux (2003) citado por (Gonzales, 2016) se entiende de factores protectores internos, como los elementos con los que cuenta a nivel personal e individual, dentro de esta encontramos: la toma de buena decisiones, asertividad , resolución de problemas, autoestima, sociabilidad, capacidad de ser amigo, capacidad de entablar relaciones positivas, sentido del humor , control interno, autonomía, independencia, visión positiva del futuro personal , flexibilidad, capacidad para el aprendizaje, automotivación, competencia personal, sentimientos de autoestima y confianza en sí mismo, capacidad de relacionarse, iniciativa, creatividad, moralidad.

Por otro lado, es importante mencionar que la capacidad intelectual será un gran predictor de la capacidad de resiliencia al igual que los adecuados estilos de enfrentamiento ante las dificultades; la motivación también tiene una participación importante en la generación de la capacidad resiliente. (Gonzales, 2016).

Cabe mencionar que los factores externos, tales como la cohesión familiar la forma en la que el niño es valorado y el sentido de protección de los padres para con ellos juegan un papel importante para el desarrollo de la capacidad de resiliencia de los estudiantes puesto que los lazos seguros que se logran con los padres, generan conductas saludables y socialmente aceptables. (Gonzales, 2016).

### **Factores de riesgo.**

Son aquellos eventos, condiciones o elementos que incrementan las oportunidades de generarse daño en diversos ámbitos del individuo logrando imposibilitar y le generan conflicto al estudiante. (Gonzales, 2016).

- **Individuales:** es importante mencionar que la baja autoestima, la falta de capacidad para manejar las emociones, dificultades en la escuela que significaría el bajo rendimiento y abandono escolar, son consideradas dentro de este grupo puesto que son factores internos, además las complicaciones en el desarrollo, tener alguna discapacidad, problemas neurológicos son considerados dentro de este grupo. (Gonzales, 2016).

- **Familiares y sociales:** estos factores agrupan a eventualidades que se puedan dar en el entorno y escapan de la mano del individuo como, por ejemplo, el nivel

socioeconómico, el consumo de algún tipo de droga en la familia, divorcios, abandonos, maltratos y abusos en la infancia. (Gonzales, 2016).

▪ **Del medio:** consideran que las condiciones de la comunidad o lugar en el que se desarrolla el individuo no proveen buenos ejemplos o las mejores alternativas para que la persona enfrente los obstáculos que se le puede presentar; considerando la falta de apoyo emocional y social como indicador, además de la pobreza, la falta de trabajo, el pandillaje y el fácil acceso al alcohol, drogas o armas de fuego. (Gonzales, 2016).

Es necesario mencionar que los factores de riesgo más relevantes que vienen de la mano con la resiliencia son las etapas de transición del individuo, pues es en ese período en el que el nivel de estrés tiende a incrementarse puesto que desconocen el proceso por el que atraviesan; un ejemplo es la etapa de la adolescencia período que se caracteriza por la búsqueda de identidad, muchas veces este período les genera conflictos puesto que se encuentran en la etapa de reafirmación de su personalidad y los constantes cambio físicos, emocionales y conductuales complicando así el manejo de los altos niveles de estrés, otra factor de riesgo es la separación de los padres es una etapa de transición por la que algunos alumnos tienen que atravesar. (Gonzales, 2016).

### **Características de la resiliencia**

Existen varios autores que han considerado diferentes características según su teoría propuesta para la resiliencia. Para esta investigación se puntualizaron las características de la resiliencia mencionados por (Wagnild & Young, 1993)

- Ecuanimidad; es un estado, caracterizado por mantener el equilibrio y la consistencia emocional ante situaciones difíciles para el ser humano.
  - Perseverancia; se refiere a la constancia y determinación que implica el deseo de obtener algo.
  - Confianza en sí mismo; se refiere a la seguridad que se tiene respecto a las capacidades propias para poder realizar lo que se proponen.
  - Satisfacción personal; es un estado que se refiere a la armonía entre todos los aspectos que tiene una persona, permitiéndole vivir feliz.
  - Sentirse bien solo; se refiere a la capacidad de ser felices a raíz de conocer nuestras virtudes y defectos.

### **Modelos teóricos de resiliencia**

A continuación, pasamos a desarrollar las teorías más importantes en torno a la resiliencia; partimos entonces desde la psicología positiva que estudia esta variable como tal, definido por Seligman y a lo largo del tiempo se han ido desarrollando diversos enfoques, referentes a la resiliencia basándose en las características personales que ayudan a confrontar situaciones traumáticas.

#### **Modelo del desarrollo psicosocial de Grotberg.**

Grotberg, (1995) define la resiliencia como una capacidad importante en cada individuo permitiéndole enfrentar, superar y mejorar las respuestas ante situaciones estresantes; asimismo, señala que con esta capacidad se puede superar el trauma, enfrentando la crisis. En su investigación acerca de la resiliencia,

describe 3 factores que interactúan en la resiliencia para confrontar y superar los contratiempos. (Citado en Sánchez, & Pérez Acosta, 1998).

El primer factor está relacionado con el entorno social, refiriéndose a las personas en las que confiamos, guardándonos cariño y cuidados, además de ponernos límites, nos inculcan aprendizaje para la realización personal. El segundo factor está asociado con las condiciones personales, refiriéndose al hecho de que los demás, sientan aprecio por nosotros, a sentirse felices cuando se hace alguna acción favorable e incondicional por otros, cuando se asumen responsabilidades propias y se tiene la seguridad de que todo saldrá bien. Y el tercer factor está relacionado con los miedos e inquietudes; resolver problemas evitando los peligros y buscando ayuda cuando se necesite (Citado en Villalba, 2003).

### **Modelo ecológico**

Urie Bronfenbrenner (1987) creador del modelo ecología mencionaba que la conducta humana era producto de la influencia e interacción de factores ambientales y sociales. Es decir, que las personas y la capacidad de superar los problemas se debían a la interacción de factores individuales (biológicos - psicológico) y factores de su entorno a los que denomino sistemas. (Ventocilla, 2019).

- **Microsistema (nivel individual):** con respecto a este nivel menciona que al ser biológico siempre que exista un daño o alteración en nuestro cerebro, este será capaz de autorregularse permitiendo regresar al estado previo de funcionamiento fisiológico y adaptativo, poco probable de ser modificado o alterado, al hablar de personalidad se comprende que comprende una serie de rasgos que se van formando con el

pasar de los años y lo manifiestan en su actuar diario, como la confianza en uno mismo, autonomía, perseverancia, creatividad, sentido del humor, sentido de la propia vida y visión ponderada de las cosas. (Ventocilla, 2019).

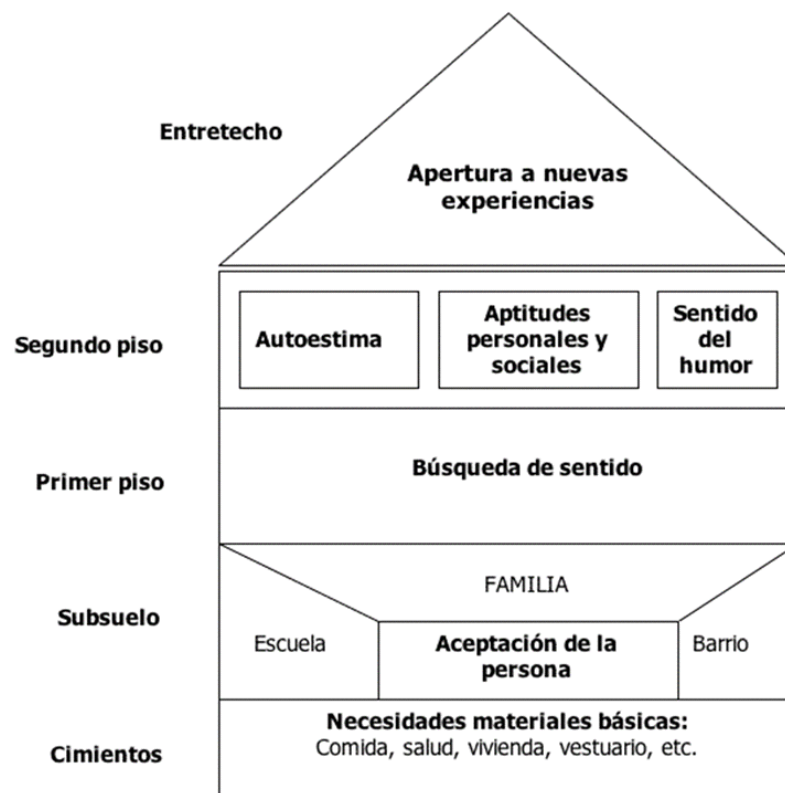
- **Mesosistema (nivel relacional):** comprende las relaciones con su entorno (familia, compañeros, amigos) brindan apoyo en situaciones complicadas, existe un compromiso entre los miembros colaborando siempre para resolver algún conflicto, estos grupos nos son considerados factores negativos. Puesto que buscan el desarrollo y mejora de cada individuo. (Ventocilla, 2019).
- **Exosistema (nivel comunitario):** en este nivel se busca fomentar el trabajo en equipo para mejorar la salud y bienestar de la persona en el ambiente en el que se desarrolle, se da en espacios donde se observan relaciones sociales como la escuela, trabajo, vecindario. (Ventocilla, 2019).
- **Macrosistema (nivel social):** estos factores se dan por identidad cultural, es decir, las tradiciones y creencias de una determinada comunidad fomentando autoestima y honestidad colectiva que pueda fomentar apoyo entre los entre los miembros generando un liderazgo en la que todos puedan participar. (Ventocilla, 2019).

De acuerdo con esta teoría, considera que las conductas de las personas van a ser el resultado de la interacción de estos sistemas, y que uno necesariamente contiene otro, dentro de este. Alejándose un poco de los modelos que proponían que la conducta se daba en pequeños espacios o específicamente por un estímulo. (Ventocilla, 2019).

### **Modelo de "La casita de la resiliencia" de Stephan**

Vanistendael menciona que la resiliencia de una persona se edifica igual que una casa, considerando que ambas no tienen estructuras rígidas, teniendo su propia historia de vida, necesitando cuidados y mantenimientos, señala que todos estos elementos promueven la resiliencia.

*Figura 1.* La casita de resiliencia de Vanistendael. Tomado de (Rodríguez, A., 2009).



La casita, simboliza la resiliencia, en los cimientos sobre el cual está construida la casa, se encuentran las necesidades básicas como la alimentación y cuidados básicos para la salubridad humana. En el subsuelo se encuentran las relaciones con las personas de la familia, amistades, escuela o trabajo; y en la parte central la aceptación profunda del hombre. En el piso uno está la habilidad fundamental, hallar un sentido de vida; en el mismo lugar también se encuentra el jardín, considerada como el contacto con la naturaleza. En el segundo piso encontraremos

tres habitaciones que simbolizan la autoestima, competencias, destrezas, el humor y otras tácticas de adaptación.

Por último, el entretecho simboliza el comienzo a nuevas vivencias, aquellas que contribuyen a la resiliencia. Consideran que no es imperativo seguir en el orden descrito sino la importancia de la casita es funcionar como un instrumento de relectura de la vida, sensibilización y de intercambio.

### **Modelo teórico de los rasgos de Wagnild y Yung**

Wagnild y Young (1993) refieren que la resiliencia es una característica positiva de la personalidad, la cual permite resistir, tolerar la presión, los obstáculos, y pese a ello, hacer las cosas correctas; toman como referencia a Rutter, Caplan y Beardaslee (1989) quienes mencionaban que la resiliencia es una habilidad para adaptarse y lograr un equilibrio que se compone por la autoconfianza, curiosidad, autodisciplina, autoestima y control sobre el ambiente, tomando en cuenta a este autor y su postulado deciden crear la escala de Wagnild y Yung, indicando que existen dos factores.

- Factor I: denominado competencia personal; conformado por 17 ítems que indican: autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.
- Factor II: denominado aceptación de uno mismo y de la vida constituido por 8 ítems, y reflejan la adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad. (Wagnild & Yung, 1993).

Wagnild y Yung identifican estas características en una persona resiliente:



- **Ecuanimidad:** considerada como un estado de tranquilidad y equilibrio que no se ve afectado por la presencia de experiencias negativas que puedan interrumpir este estado de calma, es decir tomar las cosas como vengan, y esto permite tener respuesta completamente diferente ante las adversidades (Wagnild & Yung, 1993).
- **Perseverancia:** consiste en practicar la autodisciplina asociado a la constancia a pesar de la dificultad o desaliento en el camino, se puede observar a la persona con un fuerte deseo de continuar luchando para crear la vida de uno mismo y seguir mejorando día a día. (Wagnild & Yung, 1993).
- **Confianza en sí mismo:** es la capacidad de creer en uno mismo y en las virtudes que cada uno posee y hacer uso de estas para salir adelante, además es ser capaz de reconocer las limitaciones que tiene, y a partir de ello, trabajar en ese sentido para seguir mejorando. (Wagnild & Yung, 1993).
- **Satisfacción personal:** se refiere a la tranquilidad y bienestar que uno logra después de contribuir positivamente y obtener resultados formidables (Wagnild & Yung, 1993).
- **Sentirse bien solo:** nos brinda un sentido de libertad y de sentirnos únicos se refiere al hecho de comprender que nuestra vida es única, mientras compartamos algunas experiencias y otras que debemos enfrentarlos solos (Wagnild & Yung, 1993) miembros de esta

población, logrando así aceptar la fatalidad y solidarizarse.

### **3.3.2. Depresión**

Para la presente investigación se han tomado en cuenta definiciones, características, modelos teórico y dimensiones de la variable depresión para una mejor comprensión de la misma. Entre ellas tenemos:

Pino, Belenchon y Lorenzo (2008) sostienen que la depresión es un trastorno del estado de ánimo, caracterizado por una tristeza patológica, una reducción de la energía y disminución del nivel de actividad, donde su capacidad para disfrutar, interesarse y concentrarse en las cosas se encuentra reducidas, y además la autoestima y su confianza en sí mismo, casi siempre están reducidas; presentando a menudo ideas de culpa, remordimiento e inutilidad. (Pino, Belenchón, Sierra y Lorenzo; 2008).

Beck (citado en Dahab, Rivadeneira y Minici, 2002), definen a la depresión como una serie de pensamientos negativos de sí mismo, del entorno y del futuro. La persona se ve a sí misma como incapaz, despreciada, esto hace que distorsione en la interpretación de su realidad, viendo su entorno solo en términos dañados, cree que su futuro será puro fracaso y frustración, lo cual lo lleva a resignarse y dejarlos sin modificar nada.

El Manual de Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-V), donde menciona que el sentimiento de tristeza intensa puede producirse por un evento o cualquier otro acontecimiento, el cual desencadena este estado de ánimo deprimido, melancólico, cuya característica principal es la alteración del humor, está también acompañada de las alteraciones del apetito, del sueño, de la actividad motora,

cansancio, especialmente en las mañanas, baja autoestima, sentimientos de culpa, dificultades para pensar o concentrarse, indecisión, ideas de muerte o suicidio, que trae repercusiones a nivel personal, familiar, escolar y social.

La OMS (2018) define la depresión como un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración. Que puede llegar a hacerse crónica o recurrente y dificultar sensiblemente el desempeño en el trabajo o la escuela y la capacidad para afrontar la vida diaria. En su forma más grave, puede conducir al suicidio. Si es leve, se puede tratar sin necesidad de medicamentos, pero cuando tiene carácter moderado o grave se pueden necesitar medicamentos y psicoterapia profesional.

Zung, W., refiere que la depresión es un trastorno mental caracterizado por sentimientos de inutilidad, culpa, tristeza, indefensión y desesperación profunda. Es una tristeza sin razón aparente que la justifiquen, y además grave y persistente. Puede aparecer acompañada de varios síntomas concomitantes, incluidos las perturbaciones del sueño y de la comida, la pérdida de iniciativa, el auto castigo, el abandono, la inactividad y la incapacidad para el placer.

## **Teorías de la depresión**

### **1.- Teoría cognitiva de Beck sobre la depresión**

La terapia cognitiva de Beck manifiesta que la conducta de una persona está determinada por el modo en que estructura el mundo (Beck; 1967- 1976). Es decir, que todo a nuestro alrededor está basado en la manera en cómo nosotros mismos nos entendemos y cómo entendemos a los demás, Por lo tanto, no es en si la situación, sino lo que percibimos hace que influya

en nuestros comportamientos y también en nuestras emociones. Así pues, este modelo se basa en las conductas, seguida de los pensamientos y las emociones, explicando que están conectadas: es decir, nuestros pensamientos van a poder influir directamente en nuestras emociones que podemos experimentar y esto influye en nuestras conductas (Beck, 2002).

Se postulan tres conceptualizaciones para explicar la depresión: tríada cognitiva, esquemas y errores en el procesamiento de información.

### **Clasificación de la depresión**

El Manual de Clasificación de Enfermedades CIE-10, define los episodios depresivos, ya sean leves, moderados o graves, se caracteriza generalmente por tener desánimo, incapacidad del disfrute, suelen tener cansancio sin haber hecho alguna actividad, se altera el sueño, la alimentación es diferente, no se concentran fácilmente, no hay confianza en uno mismo, por ende, resultan tener baja autoestima, suelen tener enlentecimiento psicomotor, la libido disminuye, etc., esto va en función a la severidad de síntomas y cantidad de ellos, esto los lleva a especificar como un episodio leve, moderado o grave (OMS, 2000).

Criterios diagnósticos del episodio depresivo (depresión mayor según el DSM-5):

Ánimo depresivo casi diario (durante la mayor parte del día), desde hace  $\geq 2$  semanas y desde un momento preciso y reconocible, junto con la presencia de  $\geq 5$  de los siguientes síntomas, incluido  $\geq 1$  de los 2 primeros:

1) Estado de ánimo depresivo.

- 2) Disminución significativa del interés en casi todas las actividades y/o de las sensaciones placenteras relacionadas con ellas.
- 3) Apetito aumentado o disminuido, o pérdida importante (no relacionada con la dieta) o incremento en el peso corporal (p. ej.  $\geq 5$  % en un mes).
- 4) Insomnio o hipersomnia
- 5) Agitación o inhibición psicomotora
- 6) Sensación de fatiga o pérdida de energía
- 7) Sentimiento de minusvalía o sentimiento de culpa infundado
- 8) Disminución en la destreza cognitiva, dificultades en la atención o en para toma decisiones
- 9) Pensamientos recurrentes de muerte (no solo temores a la muerte)
- 10) Pensamientos suicidas recurrentes sin un plan determinado, intentos de suicidio o un plan suicida.

El episodio depresivo mayor es la forma más frecuente de los trastornos depresivos. Se presenta en el transcurso de una depresión unipolar recurrente o de los trastornos bipolares.

Según el CIE-10 los episodios depresivos, ya sean leves, moderados o graves, se caracterizan generalmente por tener desánimo, incapacidad del disfrute, suelen tener cansancio sin haber hecho alguna actividad, se altera el sueño, la alimentación es diferente, no se concentran fácilmente, no hay confianza en uno mismo, por ende, resultan tener baja autoestima, suelen tener enlentecimiento psicomotor, la libido disminuye, etc., esto va en función a la severidad de síntomas y cantidad de ellos,

esto los lleva a especificar como un episodio leve, moderado o grave (OMS, 2000):

- **Episodio depresivo leve:** los síntomas más típicos de la depresión suelen considerarse como ánimo depresivo, la pérdida de interés y de la capacidad de disfrutar, y el aumento de la fatigabilidad, y al menos dos de estos tres deben estar presentes para hacer un diagnóstico definitivo, el episodio depresivo debe durar al menos dos semanas. Un enfermo con un episodio depresivo leve, suele encontrarse afectado por los síntomas y tiene alguna dificultad para llevar a cabo su actividad laboral social, aunque es probable que no las deje por completo.
  
- **Episodio depresivo moderado:** la persona que tenga un episodio depresivo moderado debe presentar dos a tres síntomas del episodio depresivo leve, además la persona suele tener grandes dificultades para poder continuar desarrollando su actividad social, laboral o doméstica.
  
- **Episodio depresivo grave sin síntomas psicóticos:** durante un episodio depresivo grave, presentan una considerable angustia o agitación, a menos que la inhibición sea una característica marcada. La pérdida de estimación de sí mismo, los sentimientos de inutilidad o de culpa sean importantes, ya que pueden causar el riesgo de suicidio. Durante este período no es probable que el enfermo sea capaz de seguir con su actividad laboral, social o doméstica simplemente lo hará de un grado limitado.
  
- **Episodio depresivo grave con síntomas psicóticos:** en esta etapa se presentan ideas delirantes, alucinaciones o estupor depresivo. Las ideas delirantes suelen incluir temas de pecado,

de ruina o de catástrofes inminentes de los que el enfermo se siente responsable. Las alucinaciones auditivas u olfatorias suelen ser en forma de voces difamatorias o acusatorias o de olores a podrido o carne en descomposición. La inhibición psicomotriz grave progresa hasta el estupor.

### **Dimensiones de la depresión**

Las dimensiones que se consideran en el análisis de la depresión para la investigación en desarrollo son las siguientes:

**a. Dimensión cognitiva:** Se relaciona con los conocimientos y percepciones de una persona; estableciéndose que en esta patología mental la parte cognitiva de un sujeto deprimido respecto a sí mismo, el ambiente que lo rodea y su futuro disfuncional o negativo basado en las actitudes que adopta, pues a menudo, el paciente se siente indigno, el mundo lo ve lleno de obstáculos y ve el futuro totalmente desesperanzador, así como también preocupación por el futuro y problemas para concentrarse. (Camacho; 2007)

**b. Dimensión conductual:** se relaciona con las conductas que realiza o práctica una persona, estableciéndose que la regulación de las conductas se da partir de un ajuste, adaptación y readaptación de estas dentro de un conjunto de circunstancias ambientales cambiantes, por ello la depresión se basa en que los factores ambientales y cognitivos son los responsables de la presencia del trastorno depresivo. (Gonzales; 2010).

**c. Dimensión afectiva:** se relaciona con las emociones y sentimientos de las personas, por ello, en las personas deprimidas la afectividad disminuye por las ideas erróneas del sujeto depresivo, cuando estas sensaciones se vuelven más intensas, se asocian con sentimientos de impotencia e

inutilidad, es decir el paciente se vuelve dependiente y puede intentar el suicidio. (Vásquez, Muñoz, Becoña; 2000).

### **Tipos de depresión**

En el estudio y análisis de los episodios depresivos se consideran los siguientes tipos de depresión:

- a) Depresión mayor:** es el tipo de depresión que se manifiesta por una combinación de Síntomas que interfieren en la capacidad de las personas para trabajar, estudiar, dormir, comer y disfrutar de actividades que, en circunstancias normales, deberían resultar placenteras.
- b) Distimia:** es un tipo de depresión menos grave; los síntomas se mantienen a largo plazo, pero no evitan la actividad de las personas; también puede ser recurrente, es decir aparecer más de una vez en la vida.
- c) Desorden bipolar:** es el tercer tipo de depresión, también se denomina enfermedad maniaco depresiva; la prevalencia de esta patología no es tan alta como las dos anteriores, se caracteriza por cambios de humor, estados de ánimo muy altos se ven sucedidos por otros muy bajos.

Se ha considerado estos tipos de depresión para el estudio realizado debido a que se ha comprobado que estos estados afectivos, se pueden presentar como cambios bruscos a veces, pero lo más frecuente es que sean graduales. En el ciclo de depresión, las personas tienen alguno o todos los síntomas de un problema depresivo. (Córdova; 2015).

### **3.3. Marco conceptual**



**Depresión.** Síndrome caracterizado por una tristeza profunda o una pérdida significativa del interés por las cosas. Suele acompañarse de otros síntomas como la pérdida de energía, de apetito o alteraciones del sueño. (Dunner, 1976).

**Depresión mayor.** Es el tipo de depresión que se manifiesta por una combinación de síntomas que interfieren en la capacidad de las personas para trabajar, estudiar, dormir, comer y disfrutar de actividades que, en circunstancias normales, deberían resultar placenteras.

**Desorden bipolar.** Es el tercer tipo de depresión, también se denomina enfermedad maniaco depresiva; la prevalencia de esta patología no es tan alta como las dos anteriores, se caracteriza por cambios de humor, estados de ánimo muy altos se ven sucedidos por otros muy bajos.

**Dimensión cognitiva.** Se relaciona con los conocimientos y percepciones de una persona; estableciéndose que en esta patología mental la parte cognitiva de un sujeto deprimido respecto a si mismo, el ambiente que lo rodea y su futuro disfuncional o negativo basado en las actitudes que adopta, pues a menudo, el paciente se siente indigno, el mundo lo ve lleno de obstáculos y ve el futuro totalmente desesperanzador, así como también preocupación por el futuro y problemas para concentrarse. (Camacho; 2007).

**Dimensión conductual.** Se relaciona con las conductas que realiza o práctica una persona, estableciéndose que la regulación de las conductas se da partir de un ajuste, adaptación y readaptación de éstas dentro de un conjunto de circunstancias ambientales cambiantes, por ello la depresión se basa en que los factores ambientales y cognitivos son los responsables de la presencia del trastorno depresivo. (Gonzales; 2010).

**Distimia.** Es un tipo de depresión menos grave; los síntomas se

mantienen a largo plazo, pero no evitan la actividad de las personas; también puede ser recurrente, es decir aparecer más de una vez en la vida.

**Perseverancia.** Consiste en practicar la autodisciplina asociado a la constancia a pesar de la dificultad o desaliento en el camino, se puede observar a la persona con un fuerte deseo de continuar luchando para crea la vida de uno mismo y seguir mejorando día a día. (Wagnild & Young, 1993).

**Resiliencia.** Stefan Vanistenda en 1996 (citado por Puerta y Vázquez, 2012) quien acuñó el término de resiliencia como “la capacidad de una persona o de un sistema social para vivir bien y desarrollarse positivamente a pesar de las condiciones de vida difíciles y esto de manera socialmente aceptable.” (p. 3).

**Satisfacción personal.** Se refiere a la tranquilidad y bienestar que uno logra después de contribuir positivamente y obtener resultados formidables (Wagnild & Young, 1993)

**Sentirse bien solo.** Nos brinda un sentido de libertad y de sentirnos únicos se refiere al hecho de comprender que nuestra vida es única mientras compartamos algunas experiencias y otras que debemos enfrentarlos solos (Wagnild & Young, 1993) miembros de esta población, logrando así aceptar la fatalidad y solidarizarse.

## **IV. METODOLOGÍA**

### **4.1 Tipo y nivel de la investigación.**

#### **4.1.1. Tipo de investigación**

El estudio realizado fue de tipo cuantitativo, porque el problema estuvo establecido y es conocido por el investigador, y se utilizaron instrumentos de medición, para dar respuesta a preguntas específicas; así como se hizo énfasis en la resolución práctica de problemas. Asimismo, se centró específicamente en cómo se pueden llevar a la práctica las teorías generales. Siendo el propósito la resolución de los problemas que se plantean en un momento dado. El propósito de este tipo de investigación fue predecir comportamientos específicos en circunstancias definidas."(Hernández, Fernández y Baptista, 2014 p. 164.).

#### **4.1.2. Nivel de investigación**

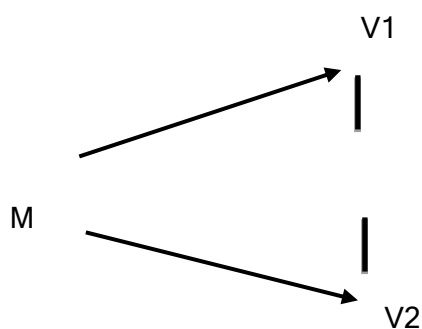
El presente trabajo de investigación corresponde al nivel de investigación correlacional porque ha permitido analizar y estudiar la relación que existe entre la variable independiente y dependiente para probar la influencia o ausencia que existe entre las mismas. Carrasco, (2017).

## 4.2 Diseño de investigación

La investigación realizada fue de diseño no experimental de corte transversal, porque no se manipularon las variables de estudio y se realizaron en un determinado tiempo. Este diseño es conocido también como investigación ex post facto, término que proviene del latín y significa después de ocurridos los hechos. Según Hernández, et al., en la investigación ex post facto el investigador tiene que limitarse a la observación de situaciones ya existentes dada la capacidad de influir sobre las variables y sus efectos. (Hernández, et al. 2014).

Siendo el estudio de corte transversal, porque el instrumento seleccionado se aplicó a la muestra objeto de investigación en un solo momento y tiempo único. Lo que, al respecto Carrasco, (2005), sostiene que, los estudios transversales se utilizan para investigar hechos y fenómenos de la realidad, en un momento determinado de tiempo. (pág. 72).

Al esquematizar este tipo de investigación obtuvimos el siguiente diagrama.



En el esquema:

M= Muestra de investigación

V1 = Resiliencia

V2 = Depresión

r = Posible relación entre las variables

Se asume en este diseño una probabilidad del 95% de relación entre las variables.

### **4.3 Población – muestra**

#### 4.3.1. Población

Para la investigación se trabajó con una población accesible, la que estuvo constituida por adolescentes de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcon, UGEL 05. Hernández, Fernández & Baptista (6ta edición, p.174) define a la población como “el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones”.

#### 4.3.2 Muestra.

Asimismo, se determinó una muestra de 155 estudiantes pertenecientes a una Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcon UGEL 05, comprendidos entre las edades de 12 y 17 años de edad. Hernández, Fernandez & Baptista (6ta edición, p.175) define a la muestra como “un subgrupo de la población”.

#### 4.3.3 Muestreo

Se utilizó el muestreo censal, puesto que permite al investigador seleccionar a la totalidad de la población. Las unidades de estudio en aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos, en la presente investigación por no ser una población muy extensa. (Bernal, 2010, p. 164).

### **4.4 Hipótesis de la investigación.**

#### 4.4.1. Hipótesis general.

Sí, existe una relación entre resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

#### 4.4.2. Hipótesis específicas.

Sí, existe una relación entre resiliencia y dimensión cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

Sí, existe una relación entre resiliencia y la dimensión afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

Sí, existe una relación entre resiliencia y la dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

### **4.5 Identificación de las variables**

Las variables de estudio de la presente investigación fueron:

#### **V1. Resiliencia**

Se define a la resiliencia como una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida. Tiene como componentes: ecuanimidad, confianza en sí mismo, perseverancia, sentirse bien sólo. (Wagnild y Young 1993),

#### **V2. Depresión**

Para la investigación realizada se consideró a la depresión como un trastorno emocional, que se caracteriza por presentar un estado de tristeza patológica, sentimientos de inutilidad, de abatimiento, tristeza, desgano, culpa, indefensión y desesperanza profunda y pensamientos suicidas (Clemente; 2017).



#### 4.6 Matriz de operacionalización de la variable resiliencia

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles o rango
<b>Resiliencia</b>	Característica de personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida. Tiene como componentes: ecuanimidad, confianza en sí mismo, perseverancia, y sentirse bien solo. (Wagnild y Young, 1993)	Se va a obtener con la aplicación de la Escala de Resiliencia creada por Wagnild y Young y se conocerán las variables, satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia.	<b>Satisfacción Personal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calidad de vida</li> <li>• Autovaloración</li> <li>• Realista</li> </ul>	16, 21, 22, 25	Bajo: 25- 74
			<b>Ecuanimidad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de la vida</li> <li>• Tranquilidad</li> <li>• Planificación</li> <li>• Autovaloración</li> </ul>	7, 8, 11, 12	
			<b>Sentirse bien solo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Libertad</li> <li>• Relaciones Interpersonales</li> <li>• Conductas solitarias</li> <li>• Automotivación</li> </ul>	5, 3, 19	Medio: 75-124
			<b>Confianza en sí mismo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autonocimiento</li> <li>• Paciencia</li> <li>• Asertividad</li> <li>• Autocritica</li> <li>• Suficiencia</li> </ul>	6, 9, 10, 13, 17, 18,24	Alto: 125- 175
			<b>Perseverancia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autodisciplina</li> <li>• Persistencia</li> <li>• Interés</li> <li>• Deseo de logro</li> <li>• Planificación</li> </ul>	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23	



### Matriz de Operacionalización de la variable depresión

VARIABLE		DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	RANGO
<b>Depresión</b>	La depresión es un trastorno emocional, que se caracteriza por presentar un estado de tristeza patológica, sentimientos de inutilidad, de abatimiento, tristeza, desgaño, culpa, indefensión y desesperanza profunda y pensamientos suicidas (Clemente; 2017).	La definición operacional de la depresión para el proceso de la investigación realizada, se definió con la aplicación de la Escala de Auto-Medición de la Depresión de Zung (EAMD) a fin de conocer las dimensiones a nivel cognitivo, afectivo y conductual de los estados depresivos.	<b>Cognitiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pérdida de peso</li> <li>• Estreñimiento</li> <li>• Mente despejada</li> <li>• Confianza en el futuro</li> <li>• Decisiones</li> </ul>	<b>5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 18</b>	<b>Normal o ausencia de depresión:</b> 25 – 49  <b>Depresión Leve:</b> 50 - 59  <b>Depresión Moderada:</b> 60 - 69  <b>Depresión Severa:</b> 70 o mas	
			<b>Afectiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tristeza</li> <li>• Llorar</li> <li>• Tranquilidad por las mañanas</li> <li>• Nerviosismo</li> <li>• Vida satisfecha</li> <li>• Depresión</li> <li>• Utilidad en mi persona</li> </ul>	<b>1, 2, 3, 4, 16, 17, 19, 20</b>		
			<b>Conductual</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cansancio sin motivo</li> <li>• Como igual que antes</li> <li>• Problemas para dormir</li> <li>• Actividades cotidianas</li> <li>• Irritabilidad</li> <li>• Presión cardiovascular</li> <li>• Relaciones interpersonales</li> <li>• Estilos de vida</li> </ul>	<b>12, 13, 14, 15</b>		

## 4.7 Recolección de datos.

### 4.7.1. Técnica de recolección de datos.

La técnica de recolección de datos que se aplicaron fueron los siguientes:

**La encuesta**, que según Carrasco (2008) se define como “una técnica de investigación social para la indagación, exploración y recolección de datos, mediante preguntas formuladas directa o indirectamente a los sujetos que constituyen la unidad de análisis” (p.314).

**La observación** según Hernández, Fernández y Baptista (2014) “es el registro sistemático, válido y confiable de comportamientos y situaciones observables, a través de un conjunto de categorías y subcategorías” (p.127).

Finalmente, se hace uso de la técnica psicométrica, a través de la aplicación de cuestionarios psicológicos que evalúan las dos variables en estudio.

### 4.7.2. Instrumentos

- **Escala de ansiedad de resiliencia de Wagnild y Young.**
- **Escala de Depresión de Zung.**

#### **Escala de ansiedad de resiliencia de Wagnild y Young**

##### **Ficha técnica**

**Nombre de la escala:** Escala de ansiedad de resiliencia de Wagnild y Young.

**Autores** : Wagnild y Young (1993).

**N. ° de ítems** : 25.

**Ámbito de aplicación:** Estudiantes de secundaria

**Duración** : De 10 a 30 minutos.

**Finalidad** : Evaluar la ansiedad de resiliencia mediante los componentes: Satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia.

**Descripción** : Los 25 ítems puntuados en una escala de formato tipo Likert de 7 puntos donde: 1, es máximo desacuerdo; 7, significa máximo de acuerdo. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem; y a todos los que son calificados positivamente de entre 25 a 175 fueron puntajes indicadores de mayor resiliencia. Están redactados en forma positiva y reflejan con exactitud las declaraciones hechas por los examinados. A mayor puntaje se considera que existe una mayor resiliencia.

**Evaluación:** Para obtener una puntuación en cada uno de los componentes, sume los ítems 16, 21, 22, 25 para la satisfacción personal, los ítems 7, 8, 11, 12 para la ecuanimidad, los ítems 5, 3, 19 para sentirse bien solo, los ítems 6, 9, 10, 13, 17, 18, 24 para la confianza en sí mismo, y el 1, 2, 4, 14, 15, 20, 23 para la perseverancia.

### **Validez concurrente**

Las correlaciones positivas en la adaptabilidad (salud física, mental y satisfacción por la vida) y una correlación negativa de depresión justificaron, concurrentemente la validez de la Escala. Específicamente se halló una validez simultánea con medidas similares a otras medidas de adaptación tales como moral ( $r = 0.28$ ), satisfacción de vida ( $r = 0.30$ ) y depresión ( $r = -0.37$ ). Las correlaciones han variado desde 0.67 a 0.84 ( $p < 0.01$ ) lo cual sugiere que la resiliencia es estable en el tiempo. (Citado por Jaramillo, 2006).

## **Consistencia**

Wagnild & Young hallaron la consistencia interna de esta escala, a través del alpha de Cronbach, encontrando un valor de 0.94 para toda la escala y de 0,91 para el factor I de competencia personal y de 0,81 para el factor II de aceptación de sí mismo y de su vida (citado por Jaramillo et al., 2005).

## **Validez y confiabilidad en nuestro país:**

En nuestro país, Del Águila (2003) halló la validez, la confiabilidad y percentiles para la escala de resiliencia.

## **Confiabilidad**

La confiabilidad de la escala fue determinada por consistencia interna, del método alpha de Cronbach, obteniendo un coeficiente de 0.7622, y encontramos un coeficiente Spearman Brown de .5825, en la prueba total, lo cual indica un moderado grado de confiabilidad.

Como se observa al analizar la confiabilidad por factores encontramos que el factor I presenta un alfa de .7816 y un coeficiente de Spearman Brown de .7220. Esto significa buen grado de confiabilidad.

Con relación al factor II encontramos que presenta un alfa de .3797 y un coeficiente de Spearman Brown .3740, lo que significa un bajo grado de confiabilidad, por lo cual realizamos un análisis factorial para determinar su aporte, el cual fue confirmado.

## **Escala de depresión de Zung**

### **Ficha técnica:**

**Autor** : Dr. Zung W

**Descripción** : La escala para la auto-medición de la depresión (EAMD) fue está destinada a medir cuantitativamente la depresión.

Fue publicada por primera vez en 1965, en una serie de informes sobre pacientes deprimidos y con otros desórdenes emocionales durante las diferentes etapas de la vida, incluida la adolescencia.

**Adaptación** : Fue adaptada y estandarizada para nuestra realidad por Novara J, Sotillo C, Warthon D. en 1985.

**Administración** : El uso de la escala aplicada en cualquier clase de pacientes que manifiesten síntomas físicos sin base orgánica aparente, puede descubrir y medir las llamadas "depresiones ocultas", economizando tiempo valioso en la clínica y varias sesiones de entrevistas de estudio. Los estudios estadísticos realizados indican que las mediciones obtenidas de esta manera, pueden correlacionarse de forma segura con otras escalas de medición de la depresión, que requieren más tiempo y que están en uso actualmente. Novara J., Sotillo C., Warthon D. en el 1985 con su trabajo de investigación en población de Lima metropolitana obtuvo un alfa de Cronbach de 0.75; concluyendo que este instrumento tiene una validez satisfactoria y es útil para los propósitos para lo que fue elaborada.

**Items** : Consta de 20 ítems que indican las 4 características más comunes de la depresión:

- El efecto dominante,
- Los equivalentes fisiológicos,
- Otras perturbaciones, y
- Las actividades psicomotoras.

**Calificación de escala de Zung:** el rango de evaluación es de 20-80 puntos.

- Normal o ausencia de depresión : 25-49
- Depresión leve : 50-59
- Depresión moderada : 60-69
- Depresión severa : 70 o más

Hernández (2010) menciona que “es un conjunto de preguntas que se añaden a alguna variable de la cual se pretende medir. Tiene que ser congruente con los objetivos con el problema y las hipótesis”.

## V. RESULTADOS

### 5.1. Presentación de resultados

Tabla 1.

Descripción por grado de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05

	Frecuencia	Porcentaje
Primero	30	20%
Segundo	28	18.67%
Tercero	30	20%
Cuarto	37	24.67%
Quinto	25	16.67%
Total	150	100%

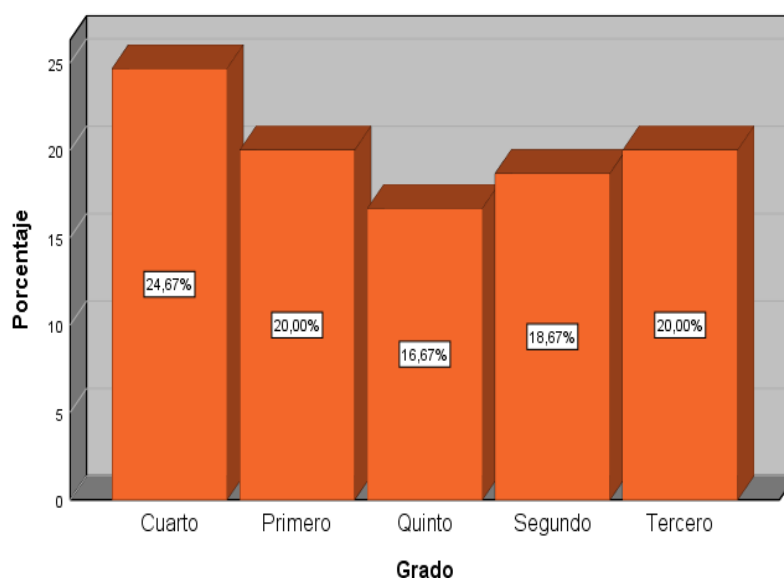


Figura 1. Estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, según grado de estudios

En la tabla 1 y figura 1, se evidencia que la mayor parte de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, que participaron de esta investigación, cursaban el cuarto grado (24.67%), y en menor proporción se encontraban los estudiantes de quinto (16.67%).

Tabla 2.

Descripción por edad de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05

	Frecuencia	Porcentaje
12 años	6	4%
13 años	31	20.67%
14 años	48	32%
15 años	51	34%
16 años	12	8%
17 años	2	1.33%
Total	150	100%

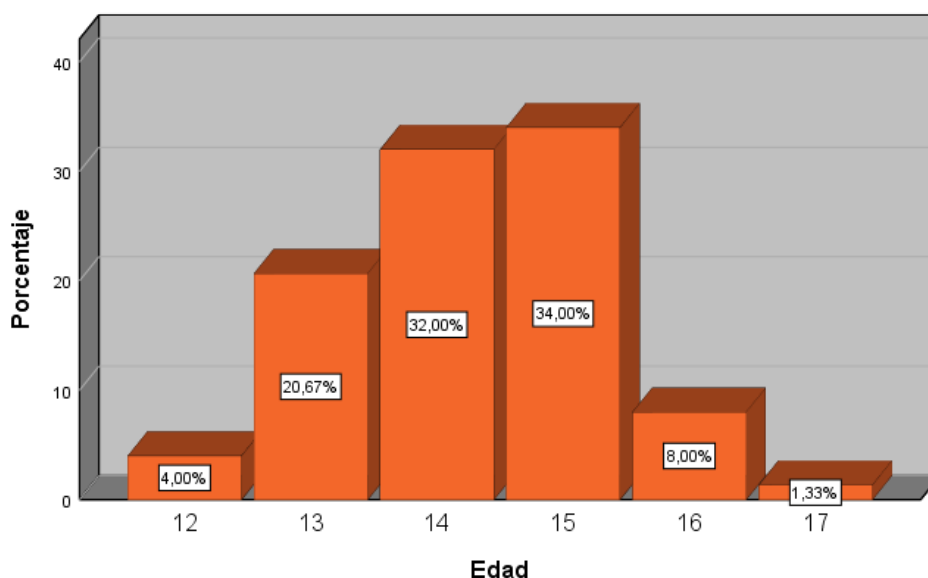


Figura 2. Edades de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05

Como se describe en la tabla 2 y figura 2, la mayor parte de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, que fueron partícipes de esta investigación, tenían 15 años (34%). Además, la minoría estuvo representado por quienes tenían 17 años (1.33%).



Tabla 3.

Descripción por sexo de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05

	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	71	47.33%
Mujer	79	52.67%
Total	150	100%

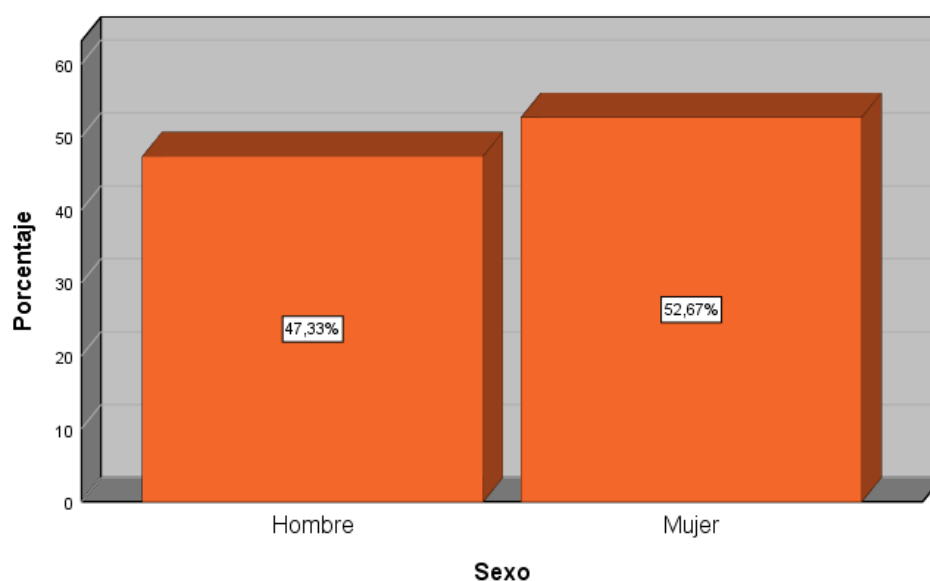


Figura 3. Estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, según sexo

Como se observa en la tabla 3 y figura 3, la mayor parte de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, que participaron de esta investigación, fueron mujeres (52.67%), y la minoría estuvo conformada por hombres (47.33%).

## 4.2. Descripción de las variables

Tabla 4.

Resiliencia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	2	1.33%
Medio	63	42%
Alto	85	56.67%
Total	150	100%

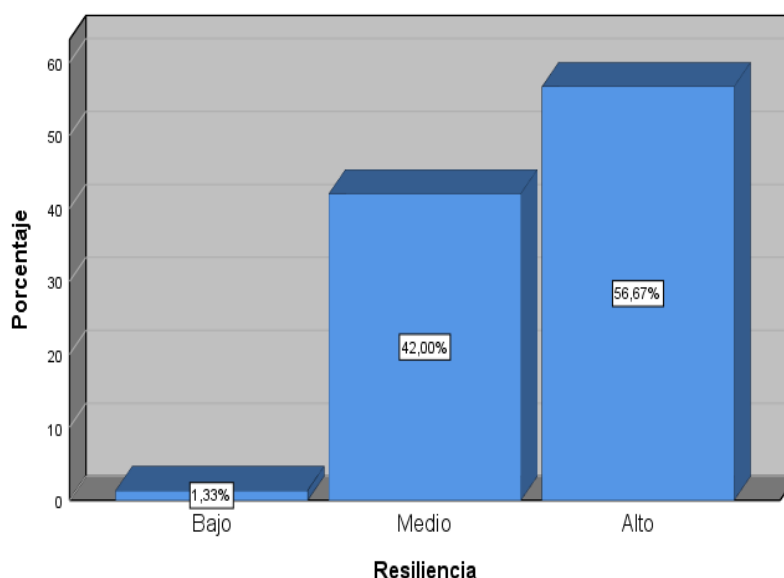


Figura 4. Resiliencia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05

En la tabla 4 y figura 4, se muestran los niveles de resiliencia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. La mayoría se encontró en un nivel alto (56.67%); mientras que la minoría estuvo en un nivel bajo (1.33%).

Tabla 5.

*Depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

	Frecuencia	Porcentaje
Normal o ausencia de depresión	122	81.33%
Depresión leve	28	18.67%
Depresión moderada	0	0%
Depresión severa	0	0%
Total	150	100%

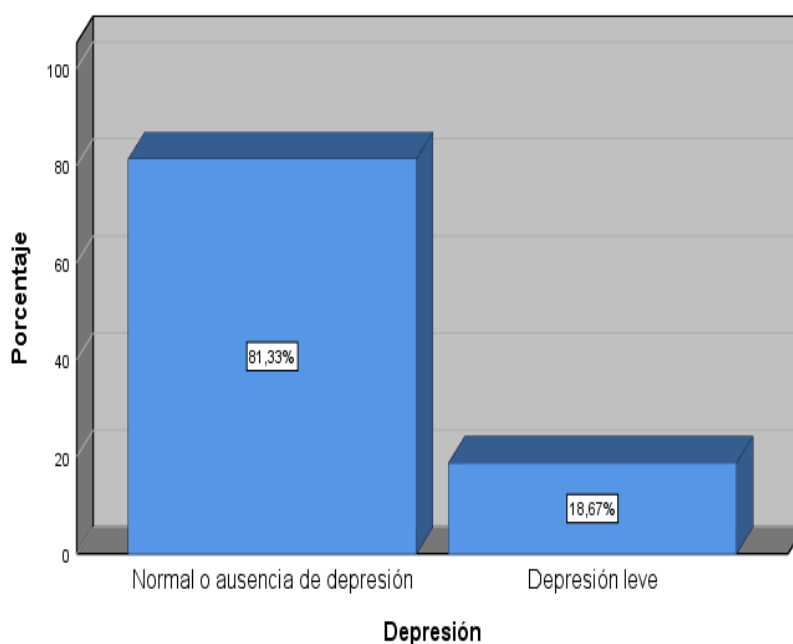


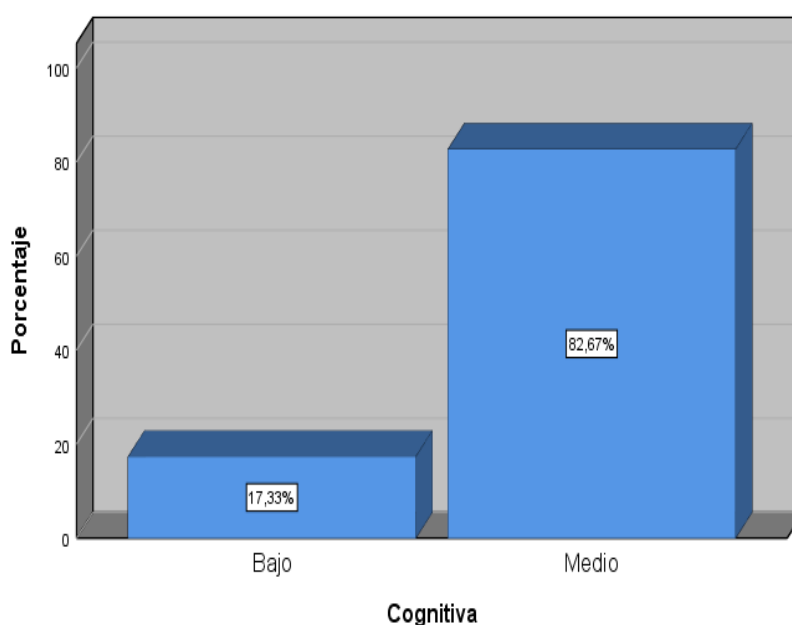
Figura 5. *Depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

En la tabla 5 y figura 5, se presenta el nivel de depresión de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. La mayoría estuvo ubicada en un nivel normal o ausencia de depresión (81.33%); no obstante, la minoría de participantes presentaban un nivel de depresión leve (18.67%).

Tabla 6.

*Cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	26	17.33%
Medio	124	82.67%
Alto	0	0%
Total	150	100%



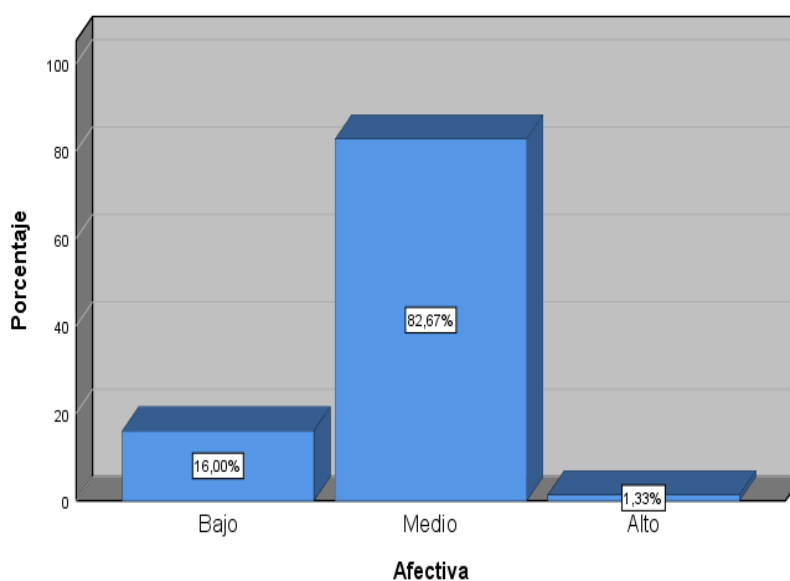
*Figura 6. Cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

En la tabla 6 y figura 6, se muestra el nivel cognitivo en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. De esta manera, se evidenció que la mayoría presentó un nivel medio (82.67%); mientras que, la minoría se encontraba en un nivel bajo (17.33%).

Tabla 7.

*Afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	24	16%
Medio	124	82.67%
Alto	2	1.33%
Total	150	100%



*Figura 7. Afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

En la tabla 7 y figura 7, se muestra el nivel afectivo en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. La mayoría se encontraba en un nivel medio (82.67%); mientras que, la minoría se hallaba en un nivel alto (1.33%).

Tabla 8.

Conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	14	9.33%
Medio	131	87.33%
Alto	5	3.33%
Total	150	100%

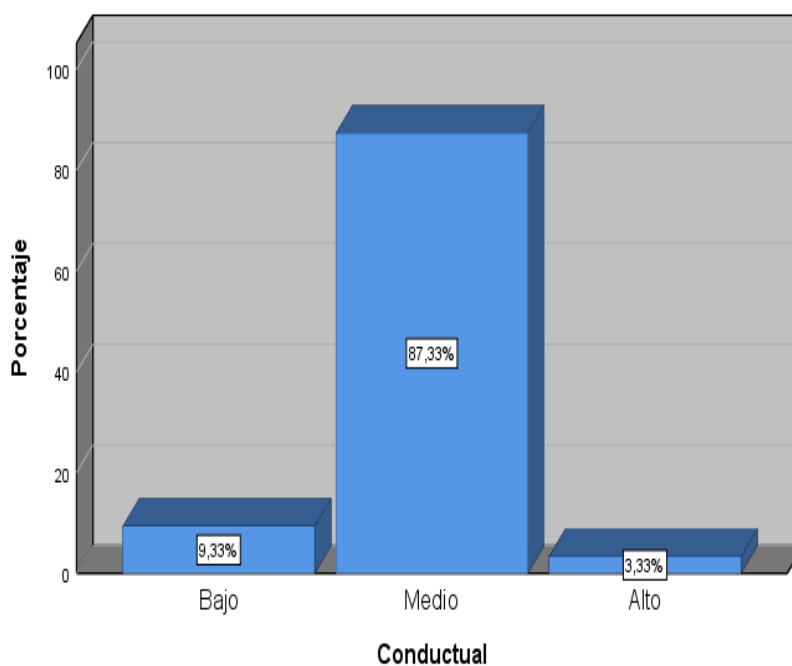


Figura 8. Conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05

En la tabla 8 y figura 8, se muestra el nivel conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. Mientras que, la mayoría se encontraba en un nivel medio (87.33%), la menor parte pertenecía a un nivel alto (3.33%).

## 5.2. Interpretación de los resultados

### Prueba de normalidad

Tabla 9.

Prueba de normalidad de resiliencia

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Resiliencia	.185	150	.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 9, se observa el análisis de normalidad de resiliencia realizado con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual fue estadísticamente significativa ( $p = .000 < 0.05$ ). Por ende, se rechaza el cumplimiento de la normalidad.

Tabla 10.

Prueba de normalidad de depresión

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Depresión	.079	150	.023

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 10, se observa el análisis de normalidad de depresión llevado a cabo con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual fue estadísticamente significativa ( $p = .023 < 0.05$ ). Por ende, se rechaza el cumplimiento de la normalidad.

### Comprobación de la hipótesis general

H0: No existe relación entre la resiliencia y la depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

H: Existe relación entre la resiliencia y la depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

Tabla 11.

*Resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

			Resiliencia	Depresión
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1.000	-.162
		Sig. (bilateral)	.	.048
		N	150	150
	Depresión	Coefficiente de correlación	-.162	1.000
		Sig. (bilateral)	.048	.
		N	150	150

En la tabla 11, se observa que existe una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la depresión ( $p=0.048<0.05$ ). Asimismo, el coeficiente rho de Spearman señaló que la relación entre las variables es negativa, y a la vez, muy baja (-.162). De acuerdo con ello, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, *existe relación entre la resiliencia y la depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.*



## Comprobación de la hipótesis específica 1

H0: No existe relación entre la resiliencia y la dimensión cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

H: Existe relación entre la resiliencia y la dimensión cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

Tabla 12.

*Resiliencia y dimensión cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

		Resiliencia Cognitiva		
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1.000	-.097
		Sig. (bilateral)	.	.237
		N	150	150
	Cognitiva	Coefficiente de correlación	-.097	1.000
		Sig. (bilateral)	.237	.
		N	150	150

En la tabla 12, se observa que no existe una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la dimensión cognitiva ( $p=0.237>0.05$ ). Además, el coeficiente rho de Spearman indica que la relación entre la resiliencia y la dimensión cognitiva es negativa, y al mismo tiempo, muy baja (-.097). De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre la resiliencia y la dimensión cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

## Comprobación de la hipótesis específica 2

H0: No existe relación entre la resiliencia y la dimensión afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

H: Existe relación entre la resiliencia y la dimensión afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

Tabla 13.

*Resiliencia y dimensión afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública la resiliencia Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

		Resiliencia	Afectiva	
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1.000	-.107
		Sig. (bilateral)	.	.193
		N	150	150
	Afectiva	Coefficiente de correlación	-.107	1.000
		Sig. (bilateral)	.193	.
		N	150	150

En la tabla 13 se observa que no existe una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la dimensión afectiva ( $p=0.193>.05$ ). Por otro lado, el coeficiente rho de Spearman señala que la relación entre la resiliencia y la dimensión afectiva es negativa, e igualmente, muy baja (-.107). De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir que existe relación entre la resiliencia y la dimensión afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

### Comprobación de la hipótesis específica 3

H0: No existe relación entre la resiliencia y la dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública la resiliencia Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

H: Existe relación entre la resiliencia y la dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública la resiliencia Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

Tabla 14.

*Resiliencia y dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública la resiliencia Manuel Robles Alarcón, UGEL 05*

		Resiliencia Conductual		
Rho de Spearman	Resiliencia	Coeficiente de correlación	1.000	-.129
		Sig. (bilateral)	.	.116
		N	150	150
	Conductual	Coeficiente de correlación	-.129	1.000
		Sig. (bilateral)	.116	.
		N	150	150

En la tabla 14 se observa que no existe una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la dimensión conductual ( $p=0.116>0.05$ ). Además, el coeficiente rho de Spearman muestra que la relación entre la resiliencia y la dimensión conductual es negativa, y a la vez, muy baja (-.129). De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir que existe relación entre la resiliencia y la dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021.

## **VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS**

Después del proceso de análisis de los datos que se han obtenido, a continuación, se presentan los resultados descriptivos e inferenciales con lo que se realizó el análisis e interpretación de los resultados para dar respuesta numérica a los objetivos e hipótesis de la investigación.

### **6.1. Análisis descriptivo de los resultados**

A continuación, se presentan los resultados descriptivos de las variables resiliencia y depresión que dan el soporte para establecer la relación de las variables de estudio, conforme se detalla a continuación:

1. Con relación a la resiliencia en la tabla 4 y figura 4, se muestran los niveles de resiliencia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. La mayoría se encontró en un nivel alto (56.67%); mientras que la minoría estuvo en un nivel bajo (1.33%).
2. En la tabla 5 y figura 5, se presenta el nivel de depresión de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. La mayoría estuvo ubicada en un nivel normal o ausencia de depresión (81.33%); no obstante, la minoría de participantes presentaban un nivel de depresión leve (18.67%).
3. En la tabla 6 y figura 6, se muestra el nivel cognitivo en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. De esta manera, se evidenció que la mayoría presentó un nivel medio (82.67%); mientras que, la minoría se encontraba en un nivel bajo (17.33%).
4. En la tabla 7 y figura 7, se muestra el nivel afectivo en estudiantes

de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. La mayoría se encontraba en un nivel medio (82.67%); mientras que, la minoría se hallaba en un nivel alto (1.33%).

5. En la tabla 8 y figura 8, se muestra el nivel conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05. Mientras que, la mayoría se encontraba en un nivel medio (87.33%), la menor parte pertenecía a un nivel alto (3.33%).

## 6.2. Comparación de resultados con marco teórico

Este trabajo de investigación se planteó como objetivo general: demostrar la relación entre resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021. A continuación, se procedió con la discusión de resultados contrastándolo con los antecedentes nacionales, internacionales y aportes teóricos que han permitido una mejor comprensión de la problemática en estudio, conforme al siguiente detalle:

Con relación a la hipótesis general se encontró que, conforme a la tabla 11, se observa que existe una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la depresión ( $p=0.048<0.05$ ). Asimismo, el coeficiente rho de Spearman señaló que la relación entre las variables es negativa, y a la vez, muy baja (-.162). De acuerdo con ello, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, *existe relación entre la resiliencia y la depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021*. Este resultado tiene relación con la investigación realizada por Flores. Y. L. (2021). Realizó la investigación que tuvo como objetivo principal determinar la relación entre depresión y resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Mixta de la ciudad de Cajamarca, igualmente, se identificaron los niveles de depresión, los niveles de

resiliencia y los niveles de depresión y resiliencia de acuerdo con el sexo. Asimismo, la investigación fue de tipo básico, cuantitativo y descriptivo correlacional contó con un diseño no experimental de corte transversal y con un muestreo probabilístico aleatorio con una muestra de 138 adolescentes de una Institución Educativa Mixta de la ciudad de Cajamarca a quienes se les evaluó mediante el inventario de depresión de Beck (1979) y la escala de resiliencia para adolescentes de Prado y del Águila (2000). Los principales resultados muestran que existe correlación inversa ( $\rho = -.812$ ) entre depresión y resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Mixta de la ciudad de Cajamarca, igualmente el 47% de los evaluados presentan nivel alto de adolescencia, de acuerdo con el sexo se observa que dentro del sexo masculino el 25% de los adolescentes evaluados presentan nivel alto de depresión, igualmente, el 38% de los adolescentes presentan un nivel bajo de resiliencia y finalmente, de acuerdo con el sexo se observa que dentro del sexo masculino el 22% de los estudiantes evaluados presenta un nivel bajo de resiliencia. Palabras clave: Depresión, resiliencia, adolescentes. Estos resultados de relación inversa nos permiten afirmar que, a mayor nivel de resiliencia en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021, van a experimentar menores niveles de depresión.

Asimismo, al contrastar la hipótesis específica 1, se observó en la tabla 12, que no existe una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la dimensión cognitiva ( $p=0.237 > 0.05$ ). Además, el coeficiente rho de Spearman indica que la relación entre la resiliencia y la dimensión cognitiva es negativa, y al mismo tiempo, muy baja ( $-.097$ ). De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, *existe relación entre la resiliencia y la dimensión cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021. Este resultado tiene relación con el estudio realizado por Flores. J. A. (2018). El presente trabajo de investigación denominada "Resiliencia,*

depresión y agresividad en estudiantes del 5to año de educación secundaria”, tuvo como objetivo determinar la relación causal entre Depresión y agresividad en la resiliencia en estudiantes del 5to año de educación secundaria, Rímac-2017. El tipo de investigación fue básica, de diseño no experimental transversal, nivel explicativo causal dentro del enfoque cuantitativo. La investigación llegó a la siguiente conclusión que, existe mayor correlación en la depresión sobre la resiliencia. Donde los índices de significancia encontrados en el modelo de regresión lineal fueron significativos con un índice menor al planteado como regla de decisión ( $p < .005$ ), de lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la del investigador: A mayor resiliencia menor depresión y agresividad en estudiantes del 5to año de educación secundaria, 2017-Rímac. Ambos resultados confirman los objetivos de toda ciencia el de describir, explicar la problemática en estudio, también nos permite afirmar los altos niveles de resiliencia, los estudiantes de secundaria referidos experimentarán menores niveles de funciones cognitivas depresivos.

Igualmente, al contrastar la hipótesis específica 2, se puede observar en la tabla 13 que no existe una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la dimensión afectiva ( $p = 0.193 > .05$ ). Por otro lado, el coeficiente rho de Spearman señala que la relación entre la resiliencia y la dimensión afectiva es negativa, e igualmente, muy baja ( $-.107$ ). De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir que *existe relación entre la resiliencia y la dimensión afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021*. Este resultado guarda relación con los estudios de Chunga. N. L. & Pomacino. D. M. (2019) quienes realizaron la presente investigación que tuvo por objetivo, determinar la relación entre resiliencia y depresión en adolescentes de 3ero a 5to grado de nivel secundario de la Institución Educativa Julio C. Tello, Ate Vitarte - 2018. Cuyo método de estudio aplicado fue el de diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional y de enfoque cuantitativo. Participaron 559

alumnos. Los instrumentos utilizados fueron la escala de resiliencia de Wagnild & Young que muestra los niveles de resiliencia de los adolescentes, escala de depresión para adolescentes de Reynolds (EDAR). Resultados: se obtuvo que el 96% posee un bajo nivel de resiliencia. Al obtener resultados según las dimensiones de resiliencia, se encontró que el 88% presenta satisfacción personal baja, el 92% presenta ecuanimidad baja, el 93% posee sentirse bien baja, el 96% presenta perseverancia baja, el 93% tiene confianza en sí mismo baja. Con relación a la depresión, se encontró que el 97% obtuvo síntomas de depresión. De la misma forma, se obtuvo para sus dimensiones, que el 94% posee síntomas de depresión, desmoralización y esperanza, el 86% obtuvo síntomas de depresión en expresiones emocionales de cólera, tristeza y desánimo, el 90% obtuvo síntomas de depresión en anhedonia, el 96% obtuvo síntomas de depresión en baja autoestima y desvalorización de sí mismo, y el 79%, obtuvo síntomas de depresión en ansiedad escolar. Existe correlación significativa entre resiliencia y depresión en adolescentes de secundaria. La prueba estadística de correlación de Spearman obtuvo un coeficiente de correlación  $-0,735$  ( $p < 0,05$ ). Conclusiones: se concluyó que la resiliencia y depresión poseen una relación inversamente proporcional fuerte estadísticamente significativa, quiere decir que a menor resiliencia mayor depresión. Palabras clave: “Resiliencia psicológica”; “depresión”; “adolescente” (Fuente: DeCS). Ambos estudios conforme a los resultados inversos permiten predecir que los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021. A mayores niveles de resiliencia presentarán menores niveles de dimensión negativa depresivas.

Finalmente, al contrastar la hipótesis específica 3, se observa en la tabla 14 que no existe una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la dimensión conductual ( $p=0.116>0.05$ ). Además, el coeficiente rho de Spearman muestra que la relación entre la resiliencia y la dimensión conductual es negativa, y a la vez, muy



baja (-.129). De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, que *existe relación entre la resiliencia y la dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021*. Este resultado está relacionado con el estudio realizado por Monasterio. A. (2019). En su investigación denominada “Depresión en adolescentes de una Institución Educativa Pública de Lima Metropolitana” cuyo propósito fue de determinar la prevalencia de depresión que existe en adolescentes. Se efectuó un estudio de tipo no experimental de diseño descriptivo, basándose en una muestra de estudio compuesta por 301 adolescentes, mujeres y varones cuyo rango de edad se encuentra entre los 13 y 17 años. El instrumento utilizado fue el Patient Health Questionnaire (PHQ-9). El resultado principal del estudio realizado es que el 72.1% de adolescentes presentan sintomatología depresiva, confirmando que la depresión leve, moderada, moderadamente grave y grave es un problema latente en la muestra estudiada, lo que confirma que la depresión en adolescentes constituye un reto de abordaje para la salud pública que requiere con sentido de urgencia de una intervención oportuna, ya que puede representar un gran aporte a la tarea de prevención de la salud mental. Ambos resultados que muestran la existencia de la depresión en adolescentes estudiantes de secundaria no permiten afirmar que a mayor niveles de resiliencia en los estudiantes de la presente investigación, estos presentarán menores niveles de la dimensión conductual depresivas.

## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **Conclusiones**

Después del proceso de análisis y discusión de los resultados se pudo llegar a las siguientes conclusiones:

**Primera:** que, existe relación negativa muy baja entre la resiliencia y la depresión en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021. ( $p=0.048<0.05$ ; rho;  $-.162$ ).

**Segunda:** que, existe relación negativa muy baja entre la resiliencia y la dimensión cognitiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021. ( $p=0.237>0.05$ ; Rho:  $-.097$ ).

**Tercera:** que, existe relación negativa muy baja entre la resiliencia y la dimensión afectiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021. ( $p=0.193>.05$ ; Rho:  $-.107$ ).

**Cuarta:** que, existe relación negativa muy baja entre la resiliencia y la dimensión conductual en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Manuel Robles Alarcón, UGEL 05, 2021. ( $p=0.116>0.05$ ; Rho:  $-.129$ ).

## **Recomendaciones**

1. Que, el director, la oficina de convivencia escolar y psicopedagógica establezcan normas y roles que involucren a todos los actores educativos, asumiendo actividades para el desarrollo de conductas resilientes en seminarios de sensibilización on line, en agresividad y

resiliencia para estudiantes y padres de familia y pongan en práctica un conjunto de normas y roles para el control de las emociones.

2. Que, la dirección educativa, las áreas de psicopedagogía y convivencia escolar promueva actividades recreativas vía on line; el buen proceso cognitivo como el control de ideas irracionales, manejo de ideas positivas entre otros, la toma de decisiones y educación de la voluntad, que ayudará a los estudiantes a desarrollar conductas resilientes para el control de la agresividad una convivencia social consistente, y se mejore la dimensión cognitiva de la depresión.
3. Que, la oficina psicopedagógica y convivencia escolar desarrollen actividades que promuevan el autoconocimiento y autocontrol de las emociones, que promuevan estudiante en los estudiantes, el desarrollo de habilidades de pasar momentos con uno mismo, de intimidad debe ser respetado por los demás miembros del aula, es decir el desarrollo de competencias intra e interpersonales. Que aprendan a meditar, leer o conectarse y conversar con algún compañero; que ayudarán al desarrollo de la dimensión afectiva de la depresión.
4. Que la oficina de psicopedagogía, convivencia escolar y tutoría desarrollen técnicas de control y manejo del impulso, habilidades para superar la baja tolerancia a la frustración, técnicas de modificación conductual y manejo de la asertividad, con el desarrollo de habilidades sociales, que ayudarán a desarrollar conductas resilientes así como al control de la dimensión conductual de la depresión.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

Anastasi, A. y Urbina, S. (1998). *Test Psicológicos*. México: Pretince Hall.

- Agudelo, A., Ante Ch, C., & Torres de G., Y. (2017). Factores personales y sociales asociados al trastorno de depresión mayor, Medellín (Colombia), 2012. Rev. CES Psicol., 10(1), 21-34.
- Andreu, J., Peña, M. & Ramírez, J. (2009). Cuestionario de agresión reactiva y proactiva: un instrumento de medida en la agresión de los adolescentes. Revista de psicopatología y psicología clínica, 14(1), 37-49. Recuperado de [http://www.aepcp.net/arc/ \(4\)\\_2009 \(1 \)\\_Andreu\\_Pena\\_Ramirez.pdf](http://www.aepcp.net/arc/(4)_2009(1)_Andreu_Pena_Ramirez.pdf)
- Anicama, J. (1989). Análisis conductual de los aspectos psicológicos de la violencia y la agresión. Boletín informativo SPAMC, 20-32.
- Bandura, A. (1975). Modificación de conducta. Análisis de la agresión y la delincuencia. Editorial Trillas.
- Bandura, A. (1976). Social learning analysis of aggression. En E. Ribes & A. Bandura (eds.), Analysis of delinquency and aggression. Hillsdale: Erlbaum.
- Brooks, G. (2010). El poder de la resiliencia. España: Editorial Paidós.
- Brown, G. F. (2000). *Principios de la medición en psicología y educación*. México: El Manual Moderno.
- Cárdenas. L. K & Mendoza. C. M. (2019). "Depresión y resiliencia en pacientes oncológicos de un hospital de Huancayo". Tesis de Licenciatura. Universidad Peruana de los Andes. Huancayo \_ Perú.
- Carrasco, S. (2005). *Metodología de la investigación científica* (1 ed.). San Marcos.

- Chunga. N. L. & Pomacino. D. M. (2019). “Resiliencia y depresión en adolescentes de 3ero a 5to grado de nivel secundario de la Institución Educativa Julio C. Tello, Ate Vitarte. Tesis de Licenciatura. Universidad de Norbert Wiener. Lima – Perú.
- Del Barrio. V. (2007). “La depresión infantil a la altura de nuestro tiempo” Artículo de Información psicológica. Nº 100 • septiembre-diciembre 2010 • páginas 49-59. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Comunidad valenciana – España.
- Flores. J. A. (2018). “Resiliencia, depresión y agresividad en estudiantes del 5to año de educación secundaria”. Tesis de Licenciatura. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.
- Flores. Y. L. (2021). “Depresión y Resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Mixta de la ciudad de Cajamarca”. Tesis de: Licenciatura. Cajamarca – Perú.
- 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), pp. 63-77. Corporación Universitaria del Caribe, Colombia.
- Grotberg, E. (2009). La resiliencia en el mundo de hoy: Como superar la adversidad. España, Madrid: Gedisa.
- Jadan. C. Y. (2017). “Depresión en adolescentes de 14 a 16 años del Colegio 27 de febrero de la ciudad de Loja” Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de Loja. Loja – Ecuador.
- Hernández. Fernández, C. Baptista, P (2014) Metodología de la investigación. México. Mc Graw Hill/ Interamericanos S.A.  
<http://investigacion.utma>

- Jadan. C. Y. (2017). "Depresión en adolescentes de 14 a 16 años del Colegio 27 de febrero de la ciudad de Loja" Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de Loja. Loja – Ecuador.
- Mancipe. R. (2019). "La depresión en adolescentes y sus efectos en el rendimiento escolar: Una Revisión Sistemática". Tesis de Licenciatura. Universidad Cooperativa de Colombia. Bogotá - Colombia.
- Monasterio. A. (2019). "Depresión en adolescentes de una Institución Educativa Pública de Lima Metropolitana" Tesis de Licenciatura. Universidad San Ignacio de Loyola. Lima – Perú.
- OMS, 2002), Informe Organización Panamericana de la salud OPS. "Depresión: hablemos", dice la OMS, mientras la depresión encabeza la lista de causas de enfermedad. <https://www.paho.org/es/directora-opsoms-dra-carissa-f-etienne>
- Organización Mundial de la Salud. (2000). Clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento. Madrid-España: MEDICA Panamericana.
- Perdomo. A. M. (2015). "Relaciones entre resiliencia, apoyo social, estrés, ansiedad y depresión sobre la calidad de vida de cuidadores informales de personas con Alzheimer": Tesis de Maestría. Universidad Santo Tomás. Bogotá, D. C. – Colombia.
- Puig, G. y Rubio, J. (2011). Manual de resiliencia aplicada (1ra. ed.). Barcelona: Gedisa S.A.
- Real Academia Española. (2010). *Diccionario de la real academia española*. Recuperado a partir de <http://dle.rae.es/?id=WA5onlw>.

- Real Academia Española. (2014n). *Diccionario de la real academia española*. Recuperado a partir de <http://dle.rae.es/?id=WA5onlw>
- Roque. M. I. (2018). "Resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa estatal de Chiclayo". Tesis de Licenciatura. Universidad Señor de Sipan. Pimentel-Perú.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). *Metodología y Diseños en la investigación científica* (5ta. Ed.) Perú: Business Support Aneth S.R.L.
- Serrano. C.C. (2018). "Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí". Tesis de: Licenciatura en psicología. Universidad del Ecuador. Quito – Ecuador.
- Valderrama, S. (2013). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica* (Segunda edición). Lima: San Marcos.
- Vanistendael, E. y Lecomte, J. (2002). *La felicidad es posible: Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia*. (2.a Ed.). España, Barcelona: Gedisa.
- Wagnild, G., y Young, H. (1993). *Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale*. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178. Recuperado a partir de [http://www. Resilience scale .com/wp-content/uploads/2014/06/Wagnild-Young-psychom- R.pdf](http://www.Resilience scale .com/wp-content/uploads/2014/06/Wagnild-Young-psychom- R.pdf)
- Wagnild, G., y Young, H. (2002). *Manual de la Escala de Resiliencia* (ER). Recuperado a partir de <http://es.slideshare.net/ipsias instituto psiquiatrico/39013071-escaladeresilienciadewagnildyyoung>
- Zarragoita, I. (2011). *Depresión Generalidades y particularidades*. La Habana: ECIMED.

Zung, W. (1965). Self-report depression scale. Archives of General Psychiatry, 12, 63-70.

Zung, W. (1971). A rating instrument for anxiety disorders. Psychosomatics, 12:371–379.

Zung W. A self-rating depression scale. Gen Psychiatry. 1965; 12.

Zarragoita, I. (2011). Depresión Generalidades y particularidades. La Habana: ECIMED



# ANEXOS

## ANEXO 1: Instrumento y Ficha de Validación Juicio de la Escala de

### RESILIENCIA DE WARNILD YOUNG

N°	DIMENSIONES	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
01	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas	X		X		X		
02	Dependo más de mí mismo que de otras personas	X		X		X		
03	Me mantengo interesado en las cosas	X		X		X		
04	Generalmente me las arreglo de una forma u otra	X		X		X		
05	Puedo estar solo si tengo que hacerlo	X		X		X		
06	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	X		X		X		
07	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	X		X		X		
08	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	X		X		X		
09	Mi vida tiene significado	X		X		X		
10	Me siento orgullosa de haber logrado cosas en mi vida	X		X		X		
11	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		
12	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		
13	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.	X		X		X		
14	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		
15	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		
16	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		
17	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		
18	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		
19	Tengo autodisciplina.	X		X		X		
20	Siento que puedo realizar varias cosas a mismo tiempo.	X		X		X		
21	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	X		X		X		
22	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
23	Soy decidido (a)	X		X		X		
24	Por lo general encuentro algo en que reírme.	X		X		X		
25	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		

## ANEXO 1: Instrumento y Ficha de Validación Juicio de Expertos

### LA ESCALA DE DEPRESION DE ZUNG.

Ítems

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	Me siento y triste y decaído	x		x		x		
2	Tengo ganas de llorar y a veces lloro.	x		x		x		
3	Por las mañanas es cuando me siento mejor	x		x		x		
4	Me siento nervioso(a) y no puedo estar quieto(a).	x		x		x		
5	Mi vida es agradable y plena.	x		x		x		
6	Creo que los demás estarían mejor si yo muriera.	x		x		x		
7	He notado que estoy perdiendo peso.	x		x		x		
8	Tengo problemas de estreñimiento.	x		x		x		
9	Mi mente esta tan despejada como siempre.	x		x		x		
10	Tengo confianza en el futuro.	x		x		x		
11	Me es fácil tomar decisiones	x		x		x		
12	Me canso sin motivo	x		x		x		
13	Como igual que antes	x		x		x		
14	Me cuesta mucho dormir por las noches.	x		x		x		
15	Hago las cosas con la misma facilidad que antes.	x		x		x		
16	Estoy más irritable que antes	x		x		x		
17	Mi corazón late más rápido que antes	x		x		x		
18	Aún me atraen las personas de sexo opuesto.	x		x		x		
19	Disfruto de las mismas cosas que antes.	x		x		x		
20	Siento que soy útil y necesario.	x		x		x		

## ANEXO 2: Instrumentos de investigación

### ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

Nombre y apellidos:..... edad: .....

Sexo:..... grado:.....

Instrucciones:

A continuación, se les presentará una serie de frases a las cuales usted responderá. No existen respuestas correctas ni incorrectas; estas tan solo nos permitirán conocer su opinión personal sobre sí mismo(a).

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

## ESCALA DE DEPRESIÓN DE ZUNG

**Instrucciones:** Estimado (a) Sr(a) (ita), el presente test forma parte de un estudio encaminado a obtener información respecto a la depresión. A continuación, se presenta una serie de enunciados que usted deberá leer con atención y marcar con un aspa (X) dentro del casillero según la respuesta que mejor se adapte a lo que usted ha estado sintiendo o experimentando en los últimos días.

N°	ITEMS	Nunca	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre
1	Me siento triste y decaído.				
2	Tengo ganas de llorar y a veces lloro.				
3	Por las mañanas es cuando me siento mejor				
4	Me siento nervioso(a) y no puedo estar quieto(a).				
5	Mi vida es agradable y plena				
6	Creo que los demás estarían mejor si yo muriera.				
7	He notado que estoy perdiendo peso.				
8	Tengo problemas de estreñimiento.				
9	Mi mente esta tan despejada como siempre.				
10	Tengo confianza en el futuro.				
11	Me es fácil tomar decisiones.				
12	Me canso sin motivo.				
13	Como igual que antes.				
14	Me cuesta mucho dormir por las noches.				
15	Hago las cosas con la misma facilidad que antes.				
16	Estoy más irritable que antes.				
17	Mi corazón late más rápido que antes.				
18	Aún me atraen las personas de sexo opuesto.				
19	Disfruto de las mismas cosas que antes.				
20	Siento que soy útil y necesario.				

**ANEXO 3: FICHA DE VALIDACIÓN DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS**

**RESILIENCIA DE WARNILD YOUNG**

N°	DIMENSIONES	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
01	Es importante para mi mantenerme interesado en las cosas	X		X		X		
02	Dependo más de mí mismo que de otras personas	X		X		X		
03	Me mantengo interesado en las cosas	X		X		X		
04	Generalmente me las arreglo de una forma u otra	X		X		X		
05	Puedo estar solo si tengo que hacerlo	X		X		X		
06	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	X		X		X		
07	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	X		X		X		
08	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	X		X		X		
09	Mi vida tiene significado	X		X		X		
10	Me siento orgullosa de haber logrado cosas en mi vida	X		X		X		
11	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		
12	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		
13	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.	X		X		X		
14	Soy amigo de mi mismo.	X		X		X		
15	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		
16	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		
17	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		
18	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		
19	Tengo autodisciplina.	X		X		X		
20	Siento que puedo realizar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
21	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	X		X		X		
22	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
23	Soy decidido (a)	X		X		X		
24	Por lo general encuentro algo en que reírme.	X		X		X		
25	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia**

**Opinión de aplicabilidad: Aplicable [ X]    Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]**

**Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:**

**Cruz Telada, Yreneo Eugenio**

**DNI: 09946516**

**Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud**

**.Lima, 21 de Noviembre del 2021**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



**Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada**

**DOCTOR EN PSICOLOGIA**  
Firma del Validador

**ANEXO 3: FICHA DE VALIDACIÓN DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS**

**RESILIENCIA DE WARNILD YOUNG**

N°	DIMENSIONES	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
01	Es importante para mi mantenerme interesado en las cosas	X		X		X		
02	Dependo más de mí mismo que de otras personas	X		X		X		
03	Me mantengo interesado en las cosas	X		X		X		
04	Generalmente me las arreglo de una forma u otra	X		X		X		
05	Puedo estar solo si tengo que hacerlo	X		X		X		
06	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	X		X		X		
07	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	X		X		X		
08	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	X		X		X		
09	Mi vida tiene significado	X		X		X		
10	Me siento orgullosa de haber logrado cosas en mi vida	X		X		X		
11	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		
12	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		
13	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.	X		X		X		
14	Soy amigo de mi mismo.	X		X		X		
15	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		
16	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		
17	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		
18	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		
19	Tengo autodisciplina.	X		X		X		
20	Siento que puedo realizar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
21	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	X		X		X		
22	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
23	Soy decidido (a)	X		X		X		
24	Por lo general encuentro algo en que reírme.	X		X		X		
25	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		



**Observaciones (precisar si hay suficiencia):** \_\_\_\_SI HAY SUFICIENCIA

**Opinión de aplicabilidad:** **Aplicable [ X]** Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

**Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:**

Ysabel Virginia Pariona Navarro

**DNI: 10219341**

**Especialidad del validador:** Psicóloga Educativa


**Lima, 21 Noviembre del 2021**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



-----  
**Ysabel V. Pariona Navarro**  
**Psicóloga**  
**Esp. Terapia de Lenguaje**  
**C.P.P. N° 9421**

**FIRMA DEL VALIDADOR**

### ANEXO 3: Ficha de Validación de contenido por Juicio de Expertos

#### LA ESCALA DE DEPRESION DE ZUNG.

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	Me siento y triste y decaído	x		x		x		
2	Tengo ganas de llorar y a veces lloro.	x		x		x		
3	Por las mañanas es cuando me siento mejor	x		x		x		
4	Me siento nervioso(a) y no puedo estar quieto(a).	x		x		x		
5	Mi vida es agradable y plena.	x		x		x		
6	Creo que los demás estarían mejor si yo muriera.	x		x		x		
7	He notado que estoy perdiendo peso.	x		x		x		
8	Tengo problemas de estreñimiento.	x		x		x		
9	Mi mente esta tan despejada como siempre.	x		x		x		
10	Tengo confianza en el futuro.	x		x		x		
11	Me es fácil tomar decisiones	x		x		x		
12	Me canso sin motivo	x		x		x		
13	Como igual que antes	x		x		x		
14	Me cuesta mucho dormir por las noches.	x		x		x		
15	Hago las cosas con la misma facilidad que antes.	x		x		x		
16	Estoy más irritable que antes	x		x		x		
17	Mi corazón late más rápido que antes	x		x		x		
18	Aún me atraen las personas de sexo opuesto.	x		x		x		
19	Disfruto de las mismas cosas que antes.	x		x		x		
20	Siento que soy útil y necesario.	x		x		x		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia**

**Opinión de aplicabilidad: Aplicable [ X] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]**

**Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:**

**Cruz Telada, Yreneo Eugenio**

**DNI: 09946516**

**Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud**

**.Lima, 21 de Noviembre del 2021**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



**Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada**

**DOCTOR EN PSICOLOGIA**  
Firma del Validador

### ANEXO 3: Ficha de Validación de contenido por Juicio de Expertos

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	Me siento y triste y decaído	x		x		x		
2	Tengo ganas de llorar y a veces lloro.	x		x		x		
3	Por las mañanas es cuando me siento mejor	x		x		x		
4	Me siento nervioso(a) y no puedo estar quieto(a).	x		x		x		
5	Mi vida es agradable y plena.	x		x		x		
6	Creo que los demás estarían mejor si yo muriera.	x		x		x		
7	He notado que estoy perdiendo peso.	x		x		x		
8	Tengo problemas de estreñimiento.	x		x		x		
9	Mi mente esta tan despejada como siempre.	x		x		x		
10	Tengo confianza en el futuro.	x		x		x		
11	Me es fácil tomar decisiones	x		x		x		
12	Me canso sin motivo	x		x		x		
13	Como igual que antes	x		x		x		
14	Me cuesta mucho dormir por las noches.	x		x		x		
15	Hago las cosas con la misma facilidad que antes.	x		x		x		
16	Estoy más irritable que antes	x		x		x		
17	Mi corazón late más rápido que antes	x		x		x		
18	Aún me atraen las personas de sexo opuesto.	x		x		x		
19	Disfruto de las mismas cosas que antes.	x		x		x		
20	Siento que soy útil y necesario.	x		x		x		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia):** \_\_\_\_SI HAY SUFICIENCIA

**Opinión de aplicabilidad:** **Aplicable [ X]** Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

**Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:**

Ysabel Virginia Pariona Navarro

**DNI: 10219341**

**Especialidad del validador:** Psicóloga Educativa


**Lima, 21 Noviembre del 2021**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



-----  
**Ysabel V. Pariona Navarro**  
**Psicóloga**  
**Esp. Terapia de Lenguaje**  
**C.P.P. N° 9421**

**FIRMA DEL VALIDADOR**

**ANEXO 4: INFORME DE TURNITIN AI 23 % DE SIMILITUD**