

# UNIVERSIDAD CATÓLICA REDEMPTORIS MATER



## TÍTULO DEL PROYECTO FINAL

**Interacción entre las experiencias adversas (ACEs) y el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes del Colegio María Auxiliadora de la ciudad de Masatepe, durante el segundo semestre 2023.**

**Tesis para optar al grado de:**

**Licenciatura en Psicología**

**Presentado por:**

**Mercedes Auxiliadora Rivas Campos**

**Tutor:**

**MSc. Eduardo Navarrete**

**Managua, Nicaragua**

**9 de Diciembre del 2023**

## DEDICATORIA

*A mis queridos jóvenes por inspirarme,  
enseñarme a construir sueños  
y permitirme ser compañera  
en el arte de pintar este lienzo de resiliencia.*

## **AGRADECIMIENTOS**

Deseo expresar mi profundo agradecimiento a Dios y a todas las personas que, de manera significativa, contribuyeron al éxito de esta tesis. Sus valiosas aportaciones y apoyo fueron pilares fundamentales para el desarrollo y conclusión de este proyecto académico.

En primer lugar, quiero agradecer sinceramente a mi director de tesis, el MSc Eduardo Navarrete, cuya guía experta y paciencia han sido invaluable a lo largo de todo el proceso de investigación. Su sabiduría y orientación fueron cruciales, y su sentido del humor se convirtió en un faro que iluminó mi camino, manteniendo una actitud positiva y optimista durante todo el proceso.

Mi gratitud se extiende también a mi querida amiga y revisora filológica, Lcda. Marianela Fernández. Su dedicación y profesionalismo, reflejados en observaciones meticulosas y sugerencias pertinentes, contribuyeron significativamente a mejorar la claridad y precisión de mi trabajo.

Agradezco de manera especial a los participantes de la investigación, cuyas valiosas contribuciones, discusiones y perspectivas enriquecieron mi comprensión y experiencia a lo largo de este viaje académico.

Reconozco de manera ineludible el respaldo continuo brindado por mi comunidad, cuyo aliento y apoyo emocional resultaron fundamentales para superar los desafíos surgidos a lo largo de este proceso.

Quisiera expresar mi agradecimiento especial al MSc. Johnny Hodgson por su valiosa orientación inicial en la delimitación y comienzo de la revisión bibliográfica, así como en la elaboración del protocolo de investigación.

Por último, pero no menos importante, expreso mi agradecimiento a la UNICA por proporcionar el entorno académico propicio para llevar a cabo este trabajo.

Cada uno de ustedes ha dejado una huella imborrable en este logro, y por ello, mi reconocimiento va más allá de las palabras. Gracias por ser parte fundamental de este viaje académico.

## **RESUMEN**

Esta investigación explora el desarrollo de la resiliencia en adolescentes en entornos educativos, analizando la relación entre Experiencias Adversas en la Adolescencia (ACE) y el nivel de resiliencia. Utilizando enfoques teóricos de psicología del desarrollo y resiliencia, se examina el impacto de factores de riesgo y protección en la población estudiantil. La metodología incluye encuestas estandarizadas para medir ACE y resiliencia, junto con talleres y programas específicos. Los resultados resaltan la influencia significativa de experiencias adversas en la capacidad de los adolescentes para afrontar desafíos, identificando estrategias que promueven la resiliencia a través de entornos de apoyo y fortalecimiento de habilidades adaptativas. Se concluye que un enfoque preventivo y sistemático es esencial para abordar la resiliencia en entornos educativos.

### ***Palabras clave:***

Resiliencia, Experiencias Adversas en la Adolescencia, Psicología del Desarrollo, estrés, Prevención, Bienestar.



## **ABSTRACT**

This research explores the development of resilience in adolescents in educational settings, analyzing the relationship between Adverse Childhood Experiences (ACE) and the level of resilience. Using theoretical approaches from developmental psychology and resilience, the impact of risk and protective factors on the student population is examined. The methodology includes standardized surveys to measure ACE and resilience, along with specific workshops and programs. The results highlight the significant influence of adverse experiences on adolescents' ability to face challenges, identifying strategies that promote resilience through supportive environments and the strengthening of adaptive skills. It is concluded that a preventive and systematic approach is essential to address resilience in educational settings.

### ***Keywords:***

Resilience, Adverse Experiences in Adolescence, Developmental Psychology, Stress, Prevention, Well-being.

# ÍNDICE

<b>RESUMEN</b> .....	<b>3</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>4</b>
<b>ÍNDICE</b> .....	<b>5</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>7</b>
<b>OBJETIVOS</b> .....	<b>12</b>
A.    OBJETIVO GENERAL.....	12
B.    OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	12
<b>MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>13</b>
<b>CAPÍTULO 1: ADOLESCENCIA COMO PERÍODO CRÍTICO</b> .....	<b>13</b>
1.1.    INTRODUCCIÓN A LA ADOLESCENCIA .....	13
<b>CAPÍTULO 2: EXPERIENCIAS ADVERSAS EN LA ADOLESCENCIA (ACE) Y CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS</b> .....	<b>16</b>
2.1.    DEFINICIÓN Y TIPOS DE ACE .....	16
2.2.    IMPACTO DE LAS ACE EN LA SALUD MENTAL Y EMOCIONAL DE LOS ADOLESCENTES.....	17
2.3.    CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS EN LA ADOLESCENCIA .....	19
<b>CAPÍTULO 3: MODELO DE DESARROLLO ECOLÓGICO</b> .....	<b>21</b>
3.1.    TEORÍA ECOLÓGICA DEL DESARROLLO DE BRONFENBRENNER .....	21
<b>CAPÍTULO 4: RESILIENCIA SISTÉMICA</b> .....	<b>23</b>
4.1.    MODELOS SISTÉMICOS DE RESILIENCIA.....	23
4.2.    FACTORES PROTECTORES EN DIFERENTES SISTEMAS: FAMILIA, ESCUELA Y COMUNIDAD .....	25
4.3.    PROCESOS Y FACTORES QUE PROMUEVEN RESILIENCIA.....	27
<b>CAPÍTULO 5: ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN CONTEXTOS EDUCATIVOS</b> .....	<b>30</b>
<b>MARCO EMPÍRICO</b> .....	<b>32</b>
<b>CAPÍTULO 6: DISEÑO METODOLÓGICO</b> .....	<b>32</b>
6.1.    INTRODUCCIÓN .....	32
6.2.    HIPÓTESIS DE TRABAJO .....	33
6.3.    VARIABLES .....	34
6.4.    POBLACIÓN .....	34
6.4.1. <i>Características de la Población</i> .....	34
6.4.2. <i>Criterios de Selección de la Muestra</i> .....	35
6.5.    INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN Y TÉCNICAS .....	36
6.5.1. <i>Instrumentos de Medición</i> .....	36
6.5.2. <i>Técnicas de Recolección de Datos</i> .....	38
6.5.3. <i>Procesamiento y Análisis de Datos</i> .....	39
6.5.4. <i>Integración de la información</i> .....	40

6.5.5.	<i>Recursos</i>	41
6.6.	PROCEDIMIENTO	43
6.6.1.	<i>Captación de la Información</i>	43
<b>CAPÍTULO 7: RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b>		<b>46</b>
7.	RESULTADOS	46
7.1.	DATOS DEMOGRÁFICOS DE LA MUESTRA	46
7.2.	EXPERIENCIAS ADVERSAS	47
7.2.1.	<i>Principales hallazgos.</i>	52
7.3.	FACTORES DE RIESGO.	53
7.3.1.	<i>Principales hallazgos</i>	56
7.4.	FACTORES PROTECTORES	57
7.4.1.	<i>Principales hallazgos</i>	62
7.5.	RESILIENCIA	62
7.5.1.	<i>Resumen de hallazgos</i>	68
7.6.	CORRELACIÓN DE VARIABLES	70
7.6.1.	<i>A mayor factores de riesgo menor resiliencia</i>	70
7.6.2.	<i>A mayor factores protectores mayor resiliencia.</i>	71
7.6.3.	<i>A mayor resiliencia mayor bienestar.</i>	72
7.7.	ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN.	73
7.7.1.	<i>Principales hallazgos</i>	79
8.	DISCUSIÓN.	80
<b>CONCLUSIONES GENERALES</b>		<b>90</b>
<b>RECOMENDACIONES</b>		<b>94</b>
<b>REFERENCIAS</b>		<b>97</b>
<b>ANEXOS</b>		<b>105</b>

## INTRODUCCIÓN

En el contexto actual de Nicaragua, los adolescentes del Colegio María Auxiliadora enfrentan diversos desafíos que pueden dejar una profunda huella en su salud mental y bienestar a lo largo de sus vidas. Entre estos desafíos se encuentran los conocidos como Experiencias Adversas (ACE). Las ACE tienen el potencial de generar niveles significativos de estrés tóxico en los jóvenes, impactando directamente en el desarrollo de sus cerebros y en su capacidad para aprender, además de aumentar el riesgo de problemas académicos y trastornos de salud mental.

A corto plazo, las Experiencias Adversas pueden impactar negativamente el rendimiento académico del estudiantado. El estrés derivado de la pobreza, la crisis sociopolítica, la migración y la desintegración familiar, dificulta la realización de tareas escolares, disminuye la participación en clase e incluso provoca ausentismo. El estrés crónico afecta el funcionamiento cognitivo, comprometiendo la memoria, atención y procesamiento de información, lo que limita el aprendizaje y la retención de conocimientos.

En cuanto a las relaciones sociales, las ACE influyen en la capacidad para establecer vínculos positivos. La falta de estabilidad familiar afecta la comunicación, empatía y resolución de conflictos, generando dificultades en la formación de relaciones saludables. La exposición a entornos violentos puede erosionar la confianza y afectar la capacidad para establecer relaciones sólidas, impactando negativamente el bienestar emocional.

En el ámbito de la toma de decisiones, las ACE moldean la percepción del estudiantado sobre sí mismos y el mundo. La exposición temprana a adversidades puede generar una visión pesimista del futuro y limitar la capacidad para establecer metas realistas, resultando en decisiones impulsivas o de riesgo debido a las

dificultades para visualizar y planificar a largo plazo a causa de las experiencias adversas.

A largo plazo, los efectos de las ACE pueden tener repercusiones en la salud mental y el bienestar general en la vida adulta. La acumulación de estrés severo durante la adolescencia puede aumentar la vulnerabilidad a trastornos de salud mental, como depresión, ansiedad y trastornos de estrés postraumático. Además, estas experiencias adversas pueden generar patrones de comportamiento de riesgo, como el abuso de sustancias y la participación en conductas delictivas, con un impacto negativo en la salud física y emocional.

La importancia de comprender y abordar estas ACE radica en la necesidad imperante de salvaguardar la salud y el bienestar de los adolescentes en el Colegio María Auxiliadora. Al identificar con precisión los factores de riesgo y las posibles consecuencias negativas asociadas con estas experiencias adversas, es posible trazar estrategias efectivas que puedan prevenir o reducir los efectos perjudiciales en la salud mental y física.

En este panorama, la resiliencia emerge como una pieza fundamental del rompecabezas. Cultivarla en los adolescentes puede convertirse en una herramienta poderosa para afrontar y superar las dificultades y adversidades que inevitablemente se les presentarán. Esta habilidad de recuperación, adaptación y crecimiento en medio de circunstancias desafiantes presenta un recurso crucial que empodera a la juventud para enfrentar los desafíos con una mentalidad positiva y constructiva, aprendiendo a adaptarse a los cambios y desarrollar estrategias para dinamizar situaciones estresantes.

Para conocer como interactúan las ACE y la resiliencia en la población estudiada, es de vital importancia obtener una comprensión del entorno específico de la ciudad de Masatepe. Esta necesidad surge de la propia conexión *de las y los destinatarios* de esta investigación con este contexto demográfico particular. Al entender a fondo las características de este municipio se puede arrojar una luz más precisa sobre las experiencias del estudiantado que forma parte de esta comunidad.

Según estadísticas presentadas en el año 2021 por el Instituto Nacional de Información de Desarrollo, (INIDE), Masatepe cuenta con una población de 3638 adolescentes (mujeres y hombres). De los cuales 225 asisten al Colegio María Auxiliadora, por lo tanto este desempeña un papel crucial en la educación de la comunidad local. La composición socioeconómica mayoritariamente de clase media baja del estudiantado refleja la realidad económica de la zona, pudiendo influir en su acceso a recursos y oportunidades y posiblemente contribuir a las presiones y desafíos que enfrentan en su vida cotidiana y en su desarrollo académico y personal.

La investigación aborda las Experiencias Adversas en la Adolescencia y su impacto en la salud mental, rendimiento académico y perspectivas futuras de los estudiantes del Colegio María Auxiliadora en Masatepe. La necesidad de un estudio exhaustivo sobre la interacción entre ACE y resiliencia es respaldada por factores sociales y psicológicos significativos. Se destaca la importancia de intervenciones para promover la resiliencia, especialmente en contextos complejos donde se reconoce que los jóvenes enfrentan presiones y expectativas en la sociedad nicaragüense. La investigación se basa en un enfoque holístico que considera elementos biológicos, psicológicos y sociales en los procesos de resiliencia.

La realización de este estudio se justifica por diversas razones de vital importancia. La investigación local en Masatepe, carece de un análisis específico sobre las Experiencias Adversas y la resiliencia, lo que crea un vacío en la comprensión de los desafíos y necesidades locales. Dada la complejidad del contexto nicaragüense, es crucial examinar cómo factores de inseguridad social, fenómeno migratorio, entre otros, interactúan con las ACE, afectando la resiliencia de los estudiantes.

En este sentido, la investigación propuesta es de gran relevancia para la sociedad nicaragüense en múltiples aspectos. En primer lugar, puede mejorar el bienestar de los adolescentes del Colegio María Auxiliadora al profundizar en la relación entre Experiencias Adversas en la Adolescencia y resiliencia. Además, enriquecerá a la comunidad educativa al proporcionar información valiosa sobre cómo abordar las ACE en el entorno escolar, lo cual permitirá a educadores y profesionales de la salud

implementar estrategias beneficiosas. La investigación también contribuirá al conocimiento científico en psicología y educación al implementar nuevas perspectivas a la literatura existente sobre las interacciones entre ACE y resiliencia en el contexto específico de Masatepe. El diseño metodológico y enfoques desarrollados tienen el potencial de ser replicados y adaptados a cualquier lugar, lo que puede beneficiar a comunidades más allá de Masatepe y servirá como un caso de estudio valioso.

Desde una perspectiva psicológica, la investigación proporcionará una comprensión profunda de las dinámicas psicológicas entre ACE y resiliencia en los adolescentes del Colegio María Auxiliadora. Los hallazgos se convertirán en la base para intervenciones focalizadas en mejorar la resiliencia y el bienestar de los estudiantes en riesgo. Al integrar perspectivas multidisciplinarias y un enfoque sistémico, se logrará una comprensión holística de la problemática y posibles soluciones. La investigación proporcionará a los estudiantes conocimientos prácticos para superar adversidades y aumentará la conciencia comunitaria sobre la importancia de abordar las ACE y promover la resiliencia.

Este documento contiene una parte introductoria donde se aborda la contextualización, la justificación del tema, la estructura del trabajo y los objetivos de la investigación. Se clarifican las razones que respaldan la elección del tema y se detallan los objetivos específicos. Además, se proporciona una visión panorámica de la estructura del trabajo.

Posteriormente se encontrará el marco teórico compuesto por varios capítulos, cada uno diseñado para abordar aspectos específicos de esta relación y proporcionar una comprensión integral de la problemática en cuestión. En el primer capítulo, se presenta la adolescencia como un periodo crítico en el desarrollo humano, explorando sus características biológicas, cognitivas, sociales y emocionales.

El segundo capítulo se adentra en la comprensión de las ACE, definiéndolas y explorando sus diversos tipos, examinando su impacto en la salud mental y emocional de los adolescentes. En el tercer capítulo, se explora el modelo de desarrollo ecológico de Bronfenbrenner, que examina cómo los individuos se desarrollan en interacción con sus entornos.

El cuarto capítulo aborda la resiliencia desde una perspectiva sistémica, definiendo conceptos clave y explorando modelos sistémicos. Se analizan los factores protectores en sistemas como la familia, la escuela y la comunidad, y cómo interactúan con factores de riesgo, esencial para comprender el desarrollo de la resiliencia en un contexto complejo. El quinto y último capítulo se centra en estrategias de intervención en contextos educativos, explorando su importancia y presentando ejemplos exitosos.

La segunda parte presenta el marco empírico el cual detalla la metodología utilizada en la investigación, explicando cómo se llevó a cabo el estudio, se analizan de manera detallada los resultados derivados de la investigación, enmarcando los hallazgos del proceso investigativo. Las recomendaciones formuladas en este segmento se fundamentan directamente en los resultados expuestos y las reflexiones realizadas durante la discusión. Además, este capítulo no solo proporciona una guía práctica basada en los descubrimientos, sino que también provee sugerencias valiosas para ampliar el conocimiento en este ámbito específico y servir como referencia para futuras investigaciones.



## **OBJETIVOS**

### **A. Objetivo general**

Analizar la relación entre las Experiencias Adversas (ACE) y el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes de Secundaria del Colegio María Auxiliadora en la ciudad de Masatepe durante el segundo semestre de 2023.

### **B. Objetivos específicos**

1. Identificar los factores de riesgo vinculados con las Experiencias Adversas en la Adolescencia (ACE) presentes en el entorno de los adolescentes del Colegio María Auxiliadora.
2. Conocer la relación existente entre los factores protectores presentes en los sistemas (microsistema, mesosistema, macrosistema) y los factores de riesgo, que influyen en el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes de secundaria.
3. Implementar estrategias de intervención que favorezcan el desarrollo la resiliencia en los estudiantes del Colegio María Auxiliadora en la ciudad de Masatepe.

## MARCO TEÓRICO

---

### CAPÍTULO 1: ADOLESCENCIA COMO PERÍODO CRÍTICO

---

#### 1.1. Introducción a la Adolescencia

Situarse en esta etapa específica del desarrollo obedece a la importancia crucial que la adolescencia reviste en el ciclo de vida de un individuo. En particular esta investigación se centra en el neurodesarrollo y los asombrosos cambios que acontecen en el cerebro de los adolescentes.

Los estudios realizados en las últimas décadas han revelado que la adolescencia es una etapa de transformaciones morfológicas y funcionales particularmente notables en el cerebro. Estas transformaciones no solo impactan en la cognición y el comportamiento, sino que también tienen implicaciones significativas para la manera en que los adolescentes interactúan con su entorno, toman decisiones y afrontan los desafíos que se presentan en su camino hacia la adultez.

En el desarrollo cerebral se produce una sobreproducción de neuronas y conexiones sinápticas, más de las que finalmente se retienen. Este proceso de sobreproducción y poda sináptica es esencial para establecer una conectividad adecuada en el cerebro, eliminando aquellas neuronas y sinapsis que no logran establecer conexiones adecuadas; durante la adolescencia es un fenómeno destacado. En algunos casos, puede resultar en la pérdida de hasta el 50% de las conexiones sinápticas en ciertas regiones cerebrales. Esto contribuye a la eficiencia cerebral observada durante la adolescencia y ahorra energía cerebral. Linda Patia Spear (2013), señala que la poda sináptica, en este período, podría facilitar el recableado de las conexiones cerebrales hacia patrones típicos de adultos, representando oportunidades relativamente tardías para la plasticidad cerebral (Spear, 2013 p.74).

En la adolescencia, no todos los cambios cerebrales son regresivos; algunas neuronas continúan estableciendo nuevas conexiones sinápticas. Además, se producen cambios significativos en la velocidad y el momento del flujo de información en el cerebro, lo que afecta la conectividad funcional entre las regiones cerebrales. Durante este período, la mielinización se intensifica, acelerando la transmisión eléctrica a lo largo de los axones neuronales y mejorando la eficiencia del flujo de información. Estos procesos de mielinización y poda sináptica reconfiguran la conectividad cerebral hacia una forma más adulta y contribuyen al adelgazamiento del desarrollo de la neocorteza, relacionado con funciones de alto nivel de procesamiento de información y orquestación de acciones (Spear, 2013).

La plasticidad cerebral se refiere a la capacidad del cerebro para cambiar y adaptarse en respuesta a experiencias, aprendizaje y desarrollo. Durante la adolescencia, esta plasticidad es particularmente notable, las sinapsis se forman en el cerebro a un ritmo acelerado, y este proceso es especialmente sensible a las experiencias y la estimulación del entorno. Por ejemplo, cuando un adolescente aprende algo nuevo o se expone a situaciones desafiantes, las sinapsis relevantes se fortalecen, lo que mejora la capacidad del cerebro para realizar tareas relacionadas con ese aprendizaje o enfrentar esos desafíos.

Este período de plasticidad cerebral ofrece oportunidades únicas para el desarrollo de habilidades cognitivas y emocionales, así como para la adquisición de habilidades de afrontamiento y resiliencia. Las experiencias y las interacciones sociales durante la adolescencia pueden tener un impacto duradero en la configuración de estas conexiones neuronales y, por lo tanto, en el desarrollo de la resiliencia.

En el estudio realizado por Spear (2013), se plantea que los adolescentes tienen una mayor sensibilidad a los estímulos positivos y una menor reactividad a los castigos o penalizaciones. La sensibilidad diferencial de adolescentes a los estímulos aversivos, particularmente su menor reactividad neuronal a las penalizaciones o retroalimentación negativa en comparación con los adultos, plantea importantes implicaciones para la promoción de factores protectores y el

desarrollo de la resiliencia en esta etapa determinante. Las relaciones significativas con adultos y las oportunidades de aprendizaje que fomentan el sentido de autoeficacia y habilidades de afrontamiento pueden ser mucho más efectivas (Spear, 2013 p.58).

Según Papalia Papalia *et al.* (2019), destacan que la adolescencia, como fase de desarrollo que abarca desde los 11 hasta los 20 años aproximadamente, es decir desde la infancia temprana hasta la adultez emergente, es un período de transformación significativa en diversas dimensiones de la vida de un individuo, caracterizada por una auténtica sinfonía de cambios y transiciones que influyen en todos los aspectos de la existencia.

En el ámbito biológico, se observa un florecimiento sin precedentes, con cambios hormonales que desencadenan alteraciones físicas y afectan la percepción de sí mismos y cómo son percibidos (Papalia *et al.*, 2019). Este crecimiento físico se manifiesta en el desarrollo de características sexuales secundarias y cambios en la composición corporal (Steinberg *et al.*, 2006; Neinstein, 2018).

El desarrollo cognitivo durante la adolescencia es igualmente impresionante, con la reorganización de la materia gris y blanca que impacta las habilidades cognitivas y la toma de decisiones (Piaget, 1972). Este período, conocido como el de "operaciones formales", permite el pensamiento abstracto y lógico, crucial para la toma de decisiones y la resolución de problemas (Jean Piaget, 1972).

En el ámbito social, la adolescencia involucra una búsqueda de identidad en relaciones más complejas con pares, figuras de autoridad y familiares (Erikson, 1968). Las amistades y relaciones románticas cobran importancia, reflejando una mayor independencia de los padres (Brown y Larson, 2009; Collins *et al.*, 2009). A nivel emocional, la adolescencia se caracteriza por fluctuaciones intensas y la búsqueda de independencia emocional (Steinberg, 2006). Este período, marcado por la exploración y la construcción de identidad, puede ser emocionante pero también desafiante (Dahl, 2004).

## CAPÍTULO 2: EXPERIENCIAS ADVERSAS EN LA ADOLESCENCIA (ACE) Y CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS

---

### 2.1. Definición y Tipos de ACE

Las Experiencias Adversas en la Adolescencia, conocidas como ACE por sus siglas en inglés (Adversive Childhood experiences), han surgido como un campo de estudio fundamental para comprender los factores de riesgo y su impacto en la salud y el bienestar a lo largo de la vida.

Desde una perspectiva teórica, las ACE se comprenden como factores de riesgo relacionados con eventos traumáticos que han demostrado ser predictivos de una amplia gama de resultados negativos en la salud física y mental, así como en el funcionamiento social (Ross, 2020).

El estudio realizado por Felitti en 1998 es fundamental en este ámbito. Fue llevado a cabo por el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) en Estados Unidos, el cual arrojó resultados impactantes. Este estudio, que abarcó una muestra diversa de la población, confirmó una correlación directa entre la cantidad de ACE en la infancia y los impactos adversos en la salud y el comportamiento en la vida adulta.

Las diez ACE principales originalmente identificadas incluyen: experiencias de abuso físico, abuso sexual, abuso verbal, negligencia física, negligencia emocional, la presencia de un miembro de la familia con problemas de salud mental, adicción a sustancias en la familia, la reclusión de un miembro de la familia, el presenciar el abuso dentro del hogar y la pérdida de un padre debido a separación, divorcio o muerte (Felitti, 1998). Estas experiencias traumáticas se han relacionado con una amplia gama de efectos negativos en la salud y el bienestar a lo largo de la vida, incluyendo afecciones de salud física, así como un mayor riesgo de delincuencia juvenil (Wolff *et al.*, 2017; Hughes N. *et al.*, 2020).

Después de tener en cuenta los factores socioeconómicos y demográficos, se encuentra que cuatro o más ACE aumentan la incidencia de una variedad de problemas de salud crónicos, incluida una mayor probabilidad de experimentar enfermedades pulmonares, enfermedades cardíacas, depresión, intentos de suicidio, ansiedad y discapacidad (Campbell *et al.*, 2016; Ranjbar y Erb, 2019).

Las implicaciones médicas de las altas puntuaciones de ACE son profundas, pero las implicaciones biológicas y socioconductuales adicionales son igualmente abrumadoras. Existe evidencia de que un nivel alto de ACE está relacionado tanto con cambios cromosómicos como con problemas funcionales en el cerebro en desarrollo (Anda *et al.*, 2006). Los ACE más altos también aumentan la probabilidad de conductas sexuales de riesgo, embarazos en la adolescencia, abuso de sustancias, consumo excesivo de alcohol, conductas violentas y malos resultados educativos y laborales (Bellis, 2014).

El creciente conjunto de evidencia expone claramente que las Experiencias Adversas tienen consecuencias perjudiciales y duraderas que impactan tanto en la salud física como mental a lo largo de la vida (Ross, 2020). Enfrentar este problema es complejo y requiere esfuerzos de colaboración entre una variedad de agencias, la participación de la comunidad y el desarrollo de resiliencia. Estos desafíos se presentan como un contexto importante para la investigación sobre cómo las ACE influyen en el desarrollo de la resiliencia en adolescentes, ya que se necesita un enfoque integral para abordar los efectos adversos de las ACE en esta población vulnerable.

## **2.2. Impacto de las ACE en la salud mental y emocional de los adolescentes**

A medida que los adolescentes atraviesan esta etapa crucial de desarrollo, las ACE, pueden dejar una marca profunda en su bienestar psicológico (Departamento de Salud y Servicios Humanos, 2008). Por ejemplo la experiencia de violencia comunitaria, ha demostrado aumentar las experiencias traumáticas en los adolescentes en desarrollo, lo que se ha relacionado con síntomas de estrés

postraumático, como reexperiencias, evitación de desencadenantes traumáticos y entumecimiento emocional (Berman, 1996). Estos síntomas pueden tener un impacto negativo en su desarrollo emocional y conductual, así como en su rendimiento académico.

Los estudios en adultos han establecido una relación dosis-respuesta entre la cantidad de ACE y diversas afecciones médicas y psicológicas (Anda, 2008; Felitti, 1998). Por ejemplo, los adultos que han experimentado cuatro o más categorías de ACE tienen un mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas, como la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), en comparación con aquellos que no han tenido ACE (Dube *et al.*, 2009). Además, estas experiencias se han relacionado con afecciones como la hepatitis, las infecciones de transmisión sexual (ITS), el uso de drogas inyectables, la depresión y las tendencias suicidas en adultos (Felitti *et al.*, 1998).

En el año 2011, Burke, N. J., Hellman, J. L., Scott, B. G., Weems, C. F., y Carrion, realizaron una investigación sobre la relación entre la prevalencia de las categorías ACE en una población urbana específica. Los resultados tanto psicológicos como físicos evidenciaron problemas de aprendizaje y conducta identificados por el médico de atención primaria (desarrollo psicológico) y obesidad (desarrollo físico).

Específicamente, se ha demostrado que las dificultades de aprendizaje/comportamiento están asociadas con el desarrollo de la depresión, ansiedad, acoso y tendencias suicidas. Además, los estudios han demostrado relaciones entre la obesidad y la hipertensión, la EPOC, la diabetes, los problemas del sueño y otros problemas médicos (Kopelman, 2000).

En el año 2020, Amanda L. Elmore y Elizabeth Crouch, llevaron a cabo un estudio que exploró la relación entre las Experiencias Adversas y los niveles de ansiedad y depresión en niños y jóvenes de edades comprendidas entre los 8 y los 17 años. Los resultados revelaron que aproximadamente el 9% de las y los niños y adolescentes estudiados experimentaban ansiedad en el momento del estudio, mientras que el 4% presentaba síntomas de depresión.

Asimismo, de la asociación con la depresión y la ansiedad, las Experiencias Adversas también están relacionadas con una serie de otros trastornos y comportamientos problemáticos en las etapas posteriores de la vida. Estudios han demostrado vínculos entre ACE y trastornos de la personalidad, trastornos del comportamiento, abuso de sustancias y riesgo de suicidio, entre otros (Mersky *et al.*, 2013) Estas consecuencias subrayan la necesidad de abordar de manera integral las ACE y desarrollar estrategias de prevención y apoyo que no solo se centren en la salud mental, sino también en la salud emocional y el bienestar general de quienes han experimentado estas adversidades en la infancia y adolescencia.

En el ámbito educativo, estudios respaldan la relación entre las Experiencias Adversas y el rendimiento académico, así como el bienestar emocional de los adolescentes. Uno de los autores que ha investigado este tema es Anda, Robert F., quien, en su artículo "The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood" (2006), proporciona evidencia de cómo las ACE pueden tener un impacto duradero en la salud mental y el funcionamiento cognitivo de los individuos; destaca la importancia de abordar las ACE en el contexto educativo para apoyar a los adolescentes en su desarrollo integral.

### **2.3. Consecuencias del Estrés en la Adolescencia**

Las Experiencias Adversas, pueden desencadenar respuestas de estrés en el cerebro infantil. En este contexto, se distinguen dos categorías principales de estrés: el estrés moderado y el estrés tóxico. El estrés moderado, aunque desafiante, puede ser manejado por los sistemas de regulación del estrés del cuerpo y no conlleva un daño duradero. Sin embargo, el estrés tóxico es sumamente perjudicial y puede dar lugar a alteraciones en las estructuras cerebrales y afectar profundamente el desarrollo infantil. Según Shonkoff (2013): "Las ACE, al estar a menudo interrelacionadas y crear estrés estratificado, ejercen un impacto perjudicial en diversos aspectos del cerebro en desarrollo, promueven hábitos de salud y comportamientos desadaptativos, y pueden resultar en la limitación de relaciones protectoras" (p. 57).



De acuerdo con un estudio realizado por Shonkoff (2013), en el Center on the Developing Child de la Universidad de Harvard, las respuestas fisiológicas al estrés comprenden la activación del eje hipotalámico-hipofisario-adrenocortical (HPA) y del sistema simpático-adrenomedular (SAM), lo que resulta en un aumento en los niveles de hormonas del estrés, como la hormona liberadora de corticotropina (CRH), el cortisol, la norepinefrina y la adrenalina. Estos cambios se acompañan de respuestas mediadas por citocinas inflamatorias y el sistema nervioso parasimpático para contrarrestar la respuesta simpática y las reacciones inflamatorias.

Según Center of the Developing Child de la Universidad de Harvard: “El estrés tóxico en la primera infancia puede alterar la arquitectura cerebral en desarrollo, afectando áreas como la amígdala, el hipocampo y el córtex prefrontal.” Estos cambios estructurales pueden llevar a una mayor ansiedad, una capacidad reducida para el control de la memoria y del estado de ánimo, y dificultades en la regulación emocional.

- **Hipertrofia de la Amígdala:** El estrés tóxico puede provocar el crecimiento excesivo y la hiperactividad de la amígdala, una región cerebral involucrada en la respuesta al miedo y la ansiedad, lo que puede aumentar la propensión al miedo y a la ansiedad crónica en el futuro.
- **Atrofia del Hipocampo y el Córtex Prefrontal (CPF):** El estrés crónico puede llevar a la pérdida de neuronas y conexiones neuronales en el hipocampo y el CPF. Estas áreas cerebrales están involucradas en la memoria, el control emocional y las funciones ejecutivas. La atrofia de estas áreas puede afectar negativamente el aprendizaje, la toma de decisiones y la regulación del comportamiento.
- **Alteraciones en la Conectividad Cerebral:** El estrés tóxico puede alterar la conectividad entre diferentes áreas cerebrales, lo que puede dificultar la respuesta adaptativa al estrés y la discriminación entre situaciones de peligro y seguridad.

La exposición a factores estresantes tóxicos durante las primeras etapas de la vida, como el maltrato infantil y la disfunción familiar, puede tener consecuencias sociales y biológicas a lo largo del tiempo, superando los recursos individuales de afrontamiento (Min *et al.*, 2013; Shonkoff *et al.*, 2009). La proliferación del estrés explica cómo las adversidades tempranas pueden aumentar la vulnerabilidad a eventos estresantes a lo largo de la vida, contribuyendo a problemas de salud mental (Aneshensel, 2009). Las consecuencias se extienden a áreas como la educación, el empleo y la salud mental en la adultez, creando contextos propicios para la exposición a más factores estresantes sociales (Sansone, Leung y Wiederman, 2012).

## CAPÍTULO 3: MODELO DE DESARROLLO ECOLÓGICO

---

### 3.1. Teoría Ecológica del Desarrollo de Bronfenbrenner

El Modelo Sistémico de Resiliencia se erige como el marco teórico central de este estudio, y su comprensión se enriquece notablemente mediante la aplicación del Modelo Ecológico de Bronfenbrenner. Este último modelo, originalmente concebido para el estudio del desarrollo humano, proporciona un sólido encuadre que permite entender cómo los diferentes sistemas, desde el microsistema del individuo hasta el macrosistema de la sociedad, interactúan y contribuyen de manera significativa en la capacidad de los adolescentes para afrontar y superar las ACE.

El Modelo de Desarrollo Ecológico propuesto por Urie Bronfenbrenner (1979) ofrece una perspectiva amplia y enriquecedora sobre el desarrollo de los adolescentes, al considerar la influencia de múltiples sistemas interconectados en su entorno. Bronfenbrenner concibe el desarrollo humano como una interacción dinámica entre diferentes sistemas, desde el microsistema más cercano hasta el macrosistema más amplio. (p.211).

- a. **Microsistema:** Este nivel se refiere a los entornos más inmediatos en los que una persona interactúa de manera directa y cotidiana. Incluye la familia,

la escuela, el grupo de amigos, el lugar de trabajo y otros contextos cercanos. Dentro del microsistema, las relaciones, los roles y las actividades tienen un impacto significativo en el individuo. Por ejemplo, las relaciones familiares afectuosas y el apoyo en el hogar pueden influir positivamente en el desarrollo de un niño, al igual que las interacciones enriquecedoras en la escuela.

- b. **Mesosistema:** Se enfoca en las interacciones entre dos o más microsistemas. Este nivel permite comprender cómo las experiencias en un entorno pueden influir en otro. Por ejemplo, la relación entre la familia y la escuela (dos microsistemas) es crucial para el desarrollo del niño. Un niño que recibe apoyo tanto en casa como en la escuela experimentará un mesosistema enriquecedor que promueve su desarrollo positivo.
- c. **Exosistema:** Incluye entornos en los que la persona no participa directamente, pero que tienen un impacto indirecto en su desarrollo. Estos entornos pueden afectar a los microsistemas y mesosistemas en los que la persona está involucrada. Por ejemplo, los cambios en las políticas gubernamentales que afectan a las empresas y, por lo tanto, a los lugares de trabajo de los padres y madres, pueden influir en la vida familiar y, en última instancia, en el desarrollo de los hijos.
- d. **Macrosistema:** Este nivel engloba las creencias, valores y normas culturales que prevalecen en una sociedad o grupo cultural. Incluye aspectos como la religión, la política, la economía y la educación. Los macrosistemas ejercen una influencia profunda en los niveles anteriores. Por ejemplo, en una sociedad que valora la igualdad de género, es más probable que los microsistemas y mesosistemas promuevan la equidad entre hombres y mujeres.
- e. **Cronosistema:** Bronfenbrenner introdujo el cronosistema como una dimensión temporal en su modelo. Este nivel se refiere sobre cómo los eventos y transiciones a lo largo del tiempo afectan el desarrollo. Incluye eventos históricos, cambios en la estructura familiar, avances tecnológicos y otros acontecimientos temporales. Por ejemplo, un período de crisis

económica puede tener un impacto duradero en el desarrollo de una generación al afectar a sus oportunidades educativas y laborales.

## **CAPÍTULO 4: RESILIENCIA SISTÉMICA**

---

### **4.1. Modelos sistémicos de resiliencia**

El enfoque sistémico de la resiliencia es realmente asombroso, ya que reconoce que cada miembro dentro del sistema tiene un increíble poder para generar cambios significativos. Todos los que interactuamos en el entorno de un adolescente o una adolescente poseemos un potencial extraordinario para proporcionarle una base sólida en su proceso de desarrollo. Podemos reducir su vulnerabilidad al mejorar su acceso a experiencias que fomenten la resiliencia, incluso en situaciones estresantes, permitiéndole mantener un rango adaptable de funcionamiento. El potencial transformador que este enfoque brinda a cada miembro del sistema es profundamente esperanzador.

Como señala Michael Ungar (2016), una cualidad de la resiliencia refleja la necesidad de ser sensibles al contexto local, reconociendo los diferentes niveles de poder que tiene cada sistema (o parte de un sistema) y su capacidad para influir en el bienestar individual o colectivo de un sistema (o sistemas) en su conjunto. Esta expresión de poder siempre implica negociaciones y concesiones a medida que las diferentes partes de los sistemas compiten por los recursos necesarios para hacer frente a las tensiones internas y externas. Un sistema se considera resiliente solo cuando funciona de manera valorada positivamente por sus partes constituyentes o sistemas que coexisten (p. 110).

La resiliencia es un proceso que se centra en la adaptación de uno o más sistemas cuando se enfrentan a una cantidad inusual de estrés. Para ilustrar este concepto, consideremos el caso de un niño que muestra resiliencia al alcanzar resultados positivos en su desarrollo, a pesar de haber estado expuesto desde temprana edad

a adversidades como la negligencia extrema, a menudo relacionada con padres abusivos o su colocación en un entorno de cuidado institucional deficiente (Masten, 2006).

Los investigadores de la resiliencia comparten una comprensión común de este proceso como algo relacionado con el cambio a lo largo del tiempo, produciendo resultados favorables para uno o más sistemas o componentes de sistemas.

El término "resiliencia" también ha ganado reconocimiento en las ciencias psicológicas, donde se ha examinado de manera intensiva los procesos de promoción y protección que operan cuando los sistemas biológicos, psicológicos, sociales, económicos y políticos de los seres humanos se ven sometidos a estrés. Masten (2014), una psicóloga del desarrollo, es conocida por su definición de resiliencia, que ha evolucionado hacia un enfoque más sistémico:

La resiliencia puede definirse en términos generales como la capacidad de un sistema dinámico para adaptarse exitosamente a perturbaciones que amenazan la función, viabilidad o desarrollo del sistema. Este concepto se aplica a diversos tipos de sistemas y niveles de interacción, tanto vivos como no vivos, que van desde microorganismos, niños, familias, sistemas de seguridad, economías, bosques hasta el clima global (p. 208).

La adaptación de Ungar (2011), sobre la resiliencia en sistemas humanos, que abarca cambios en múltiples sistemas psicológicos, socioculturales e institucionales, integra incluso dimensiones de justicia social. Definió la resiliencia como: "La capacidad de los sistemas, ya sean individuos, comunidades o instituciones, para, en contextos de adversidad, navegar hacia los recursos necesarios para mantener el bienestar. También se refiere a la capacidad de estos sistemas humanos para negociar recursos de promoción y protección de manera contextual y culturalmente significativa" (p. 197).

Es necesario evidenciar dos puntos cruciales sobre la resiliencia. Primero, solo se manifiesta en presencia de una perturbación inusual y estresante para uno o más sistemas interdependientes. Esto provoca una desestabilización que amenaza la

capacidad del sistema para funcionar correctamente. En segundo lugar, todos los sistemas resilientes participan en procesos que les brindan oportunidades para persistir, resistir, recuperarse, adaptarse o transformarse (Ungar, 2011 p. 202).

Cabe destacar que todos los sistemas tienen el potencial para demostrar resiliencia, aunque la forma en que manifiesten esta resiliencia dependerá de la capacidad de múltiples sistemas coexistentes para interactuar de manera efectiva bajo situaciones de estrés. Los patrones de resiliencia son siempre respuestas a la calidad de los factores estresantes que experimenta un sistema.

#### **4.2. Factores protectores en diferentes sistemas: familia, escuela y comunidad**

Desde el modelo de resiliencia sistémica todos los elementos del entorno juegan un papel fundamental, como se explicó en capítulos anteriores las experiencias adversas y los factores de riesgo tienen un impacto significativamente negativo en ciertas estructuras cerebrales. En esta sección abordaremos cómo los factores protectores mitigan las consecuencias negativas del estrés en la vida de los adolescentes y, por tanto, se vuelven fundamentales en el proceso de desarrollo de la resiliencia.

En el estudio de la resiliencia, particularmente en contextos de adversidad, se enfoca en comprender los factores que previenen que un evento potencialmente traumático afecte negativamente el funcionamiento de un sistema. Abordar la resiliencia implica lidiar con la complejidad de las interacciones entre sistemas interrelacionados y desarrollar modelos que capturen estas relaciones. Además, las oportunidades que se presentan están influenciadas por los sistemas de significado expresados a través del poder relativo de las partes del sistema para favorecer ciertas soluciones sobre otras (Adger, *et al* 2013 p.197).

A medida que los sistemas enfrentan la adversidad, también ejercen influencia sobre otros sistemas con los que están interconectados. Estos procesos de afrontamiento pueden manifestarse como la recuperación de un comportamiento previo, la

adaptación a la adversidad a través de nuevas estrategias o incluso la transformación de sistemas contingentes que reducen o amortiguan futuras exposiciones a la adversidad.

Un modelo integral de resiliencia busca ampliar la investigación más allá de los patrones de recuperación, adaptación y transformación en cualquier sistema. Esta perspectiva reconoce la necesidad de considerar una amplia gama de variables, tanto en ciencias humanas como naturales para comprender los procesos de desarrollo que resultan en cambios en los patrones de comportamiento de sistemas contingentes bajo estrés, lo que ayuda a mantener su viabilidad.

Un ejemplo que ilustra la interconexión de sistemas y la influencia de los factores protectores se encuentra en un estudio realizado en Estados Unidos sobre genética y neuroimagen pediátrica (Noble, 2015). Este estudio encontró fuertes correlaciones entre los factores socioeconómicos de la infancia y la estructura cerebral en niños de 10 años. El nivel educativo de los padres y madres y los ingresos familiares explicaron las diferencias individuales en el desarrollo estructural del cerebro en áreas relacionadas con el lenguaje, las funciones ejecutivas y la memoria.

Aunque el estudio se centró en los factores que inhiben el desarrollo cerebral, demuestra cómo los sistemas económicos pueden afectar los sistemas biológicos a través de la influencia de los padres y madres. Por lo tanto, existe la posibilidad de que a medida que mejoren las oportunidades económicas y las familias económicamente marginadas tengan mejores recursos, puedan criar a sus hijos con un funcionamiento neurológico mejorado y una mayor capacidad para romper los ciclos de pobreza.

La resiliencia de un sistema, ya sea el sistema educativo, el sistema de bienestar social o el sistema político, puede significar que otros sistemas o niveles sean más resistentes a los problemas y más capaces de recuperarse, adaptarse o transformarse. Esta perspectiva compleja subraya la importancia de considerar múltiples factores de resiliencia en diferentes niveles sistémicos para comprender

adecuadamente por qué la resiliencia ocurre o no en contextos de adversidad y estrés complejos.

### **4.3. Procesos y factores que promueven resiliencia**

Los procesos sistémicos que fomentan la resiliencia son esenciales para comprender cómo los sistemas pueden afrontar situaciones desafiantes. Se identifican al menos cinco procesos clave relacionados con la resiliencia: persistencia, resistencia, recuperación, adaptación y transformación (Sterbenz y Hutchison, 2018, p.89).

En diversos estudios con adolescentes de entornos diversos, se han identificado procesos similares que actúan como factores protectores en situaciones de riesgo (Bush & Roubinov, 2021). En el contexto de adolescentes expuestos a entornos familiares desafiantes, las relaciones positivas con compañeros y maestros han demostrado reducir comportamientos hostiles y agresivos (Bush & Roubinov, 2021). Estos hallazgos resaltan la importancia de considerar el entorno más amplio en el desarrollo de adolescentes y cómo las interacciones sociales positivas pueden impactar su bienestar, incluso en situaciones de adversidad familiar temprana (Bush & Roubinov, 2021).

La familia juega un papel fundamental como factor protector. Las relaciones de apego seguro con cuidadores principales son cruciales para la resiliencia neurobiológica, ya que los sistemas reguladores del desarrollo dependen de estos vínculos seguros (McLaughlin & Gabard-Durnam, 2022). La calidad de las prácticas parentales influye positivamente en resultados biológicos, conductuales y emocionales, siendo fundamental para la resiliencia (Meaney, 2001). Las relaciones familiares sensibles y receptivas actúan como amortiguadores contra el estrés y sus efectos perjudiciales, protegiendo desde la infancia hasta la adultez (Farrell, 2017). El apego seguro entre padres e hijos se vincula con perfiles epigenéticos favorables en adolescentes, destacando la importancia de mantener relaciones seguras y de apoyo en el entorno familiar para promover la resiliencia (McLaughlin & Gabard-Durnam, 2022).



Según Ungar (2022), el apoyo comunitario desempeña un papel esencial como factor protector en el macro sistema en la promoción de la resiliencia en niños, niñas y adolescentes que han experimentado experiencias tempranas de negligencia o violencia. La comunidad, ya sea en su dimensión secular, educativa, religiosa, política, deportiva o artística, ofrece un entorno en el cual la juventud pueden encontrar apoyo y oportunidades para la recuperación de su desarrollo.

En un contexto orientado a proyectos, los jóvenes, que han experimentado desestructuración en sus vidas, pueden aprender a dar sentido a sus experiencias y racionalizaciones. Por ejemplo, pueden comprometerse en actividades políticas para luchar contra la injusticia o formar asociaciones para denunciar el incesto y buscar formas de recuperación. Estos compromisos, impulsados por la comunidad, les brindan un propósito y les permiten establecer vínculos significativos y reflexionar sobre sus experiencias traumáticas. A manera de síntesis se presenta la lista de factores protectores propuesta por Worsley (2006), en el programa The Resilience Doughnut framework.

**Relación Parental:** Se destacan elementos como estilos de disciplina, toma de decisiones, comunicación, calidez, satisfacción, cooperación, valores de independencia y sentido de propósito de los padres (Baumrind, 1996; Suchman et al., 2007; Ungar, 2009; Fuller *et al.*, 1998; Dunst *et al.*, 2000; Walsh, 2006; Duckworth y Seligman, 2006; Grant, 2004).

**Habilidades:** La resiliencia se relaciona con la adquisición de habilidades como resistencia, pensamiento optimista, resolución de problemas, sentimientos de éxito, reconocimiento por habilidades, capacidad de probar nuevas experiencias, confianza en uno mismo y apoyo de personas que fomenten y admiren la habilidad (Dolbier *et al.*, 2007; Reivich y Gillham, 2003; Caldwell y Boyd, 2009; Martin, 2008; Garmezy *et al.*, 1984; Benard, 2004; Bottrell, 2009).

**Familia:** La estructura y sistemas familiares, formación de identidad a través de la pertenencia, conexión, aceptación, respeto, tradiciones familiares, redes familiares más amplias y valores espirituales son aspectos esenciales (Hetherington, 2003;

Bronfenbrenner, 1986; Masten y Shaffer, 2006; McGraw *et al.*, 2008; Geggie *et al.*, 2007; Wiener, 2000; Jonker y Greeff, 2009).

**Educación:** Características educativas clave incluyen sentido de pertenencia, relación significativa con maestros, altas expectativas, currículo promotor de la resiliencia, participación en actividades, docentes con una visión positiva y ambiente inclusivo (Battistich *et al.*, 2004; Jennings, 2003; Stewart *et al.*, 2004; Martin, 2008; McCusker, 2009; Howard y Johnson, 2000).

**Colegas:** El desarrollo de amistades fuertes y el apoyo de pares, incluyendo pertenencia, cooperación, conformidad, autorregulación y conciencia social, son fundamentales durante la adolescencia (Masten y Coatsworth, 1998; Schonert-Reichl, 1999; Daddis, 2008; Sanders y Munford, 2008; Noeker y Petermann, 2008; Pineda Mendoza, 2007).

**Comunidad Local:** Vínculos con la comunidad local, conexiones con clubes, grupos religiosos, relaciones positivas con adultos y pertenencia a una comunidad que valora a los niños son factores de relevancia (Dunst *et al.*, 2000; Ungar *et al.*, 2005; Bottrell, 2009; Fergus y Zimmerman, 2005; Beltman y MacCallum, 2006; Van Dyke y Elias, 2007).

**Dinero:** La estabilidad económica, la sensación de control sobre el dinero, la comprensión del valor del dinero, la autodisciplina y la ética de trabajo son aspectos vinculados a la resiliencia en relación con el dinero (McLoyd *et al.*, 2009; Peterson *et al.*, 2009; Fuller *et al.*, 1998; Duckworth y Seligman, 2006; Munford y Sanders, 2008; Peterson *et al.*, 2007).

## CAPÍTULO 5: ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN CONTEXTOS EDUCATIVOS

---

Las estrategias de intervención en contextos educativos desempeñan un papel crucial en el desarrollo de la resiliencia en adolescentes, fundamental para enfrentar desafíos y promover un crecimiento positivo. Este enfoque biopsicosocial reconoce la influencia de factores biológicos, psicológicos y sociales en la resiliencia. Factores protectores, como el temperamento, interacciones positivas con padres, un entorno comunitario seguro y el apoyo escolar, son esenciales y deben integrarse en las estrategias de intervención. Se destaca la importancia de las relaciones humanas, particularmente conexiones con adultos cariñosos y respetuosos, para brindar un entorno de apoyo.

La intervención busca promover el bienestar y prevenir trastornos emocionales y conductuales en adolescentes. Este enfoque implica no solo tratar problemas cuando surgen, sino también comprender y fomentar factores preventivos desde una perspectiva integral.

A continuación, se presentan ejemplos concretos de estrategias de intervención exitosas diseñadas para mejorar la resiliencia en poblaciones no clínicas. Estas intervenciones se aplican en entornos como escuelas.

- Programa de Amigo(a)s (FRIENDS): Intervención transcultural que promueve la resiliencia en jóvenes mediante el protocolo "FRIENDS," respaldado por la Organización Mundial de la Salud para prevenir y tratar ansiedad y depresión en niños y jóvenes (OMS, FRIENDS).
- Girls Leading Outward (GLO): Programa de liderazgo escolar para promover resiliencia en niñas de secundaria, enfocado en regulación emocional y resolución de problemas (GLO Program).
- Entrenamiento de la Función Ejecutiva para Preescolares sin Hogar: Investigación para comprender y promover la resiliencia en adolescentes sin hogar, centrada en habilidades de la función ejecutiva.

- Your Journey Together: Programa en el sistema de cuidado de crianza en EE. UU. para contrarrestar factores de riesgo y fomentar la reunificación y permanencia.
- Building Resilience in Children the Sesame Street Way: Intervención de 8 semanas que utiliza herramientas multimedia de Sesame Street para fomentar resiliencia en niños de 3 a 8 años (Sesame Workshop).
- ClassMaps: Iniciativa escolar para mejorar resiliencia en niños, colaborando con profesores y estudiantes para mejorar factores ambientales en el aula.
- Modelo de Donut de Resiliencia: Programa exitoso en Australia basado en el modelo de resiliencia con un enfoque de "donut" (Worsley, 2006).

Estos ejemplos de estrategias de intervención exitosas en diferentes entornos proporcionan una visión variada de cómo se puede promover la resiliencia en poblaciones no clínicas, destacando la importancia de abordar factores de riesgo y protección específicos en cada caso (Embury, 2022, p.232).

Adaptar las intervenciones a la diversidad cultural es esencial. Un enfoque práctico para promover la resiliencia en adolescentes se apoya en la aplicación de programas preventivos que refuercen factores protectores y fomenten el bienestar emocional en diversas poblaciones. Este enfoque, respaldado por la obra de Prince-Embury y Saklofske (2013), representa un avance crucial para mejorar el bienestar de los adolescentes en un mundo dinámico.

La promoción del bienestar en adolescentes es una prioridad en salud mental y desarrollo juvenil. Este apartado se basa en un estudio de la Revista Chilena de Psiquiatría, Neurología, Infancia y Adolescencia (marzo de 2016) que examinó estrategias de intervención para la resiliencia en adolescentes.

### CAPÍTULO 6: DISEÑO METODOLÓGICO

---

#### 6.1. Introducción

El presente estudio adoptó un enfoque mixto de investigación, combinando elementos cuantitativos y cualitativos para lograr una comprensión holística y profunda de la interacción entre las Experiencias Adversas en la Adolescencia, los factores de riesgo y protección, y el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes de secundaria del Colegio María Auxiliadora en Masatepe durante el segundo semestre de 2023. Este enfoque se basa en la premisa de que la utilización de métodos cuantitativos y cualitativos de manera complementaria puede enriquecer significativamente la comprensión de un fenómeno, brindando una perspectiva más completa y robusta (Hernández *et al.*, 2008 p.271).

La combinación de enfoques cuantitativos y cualitativos en investigación se caracteriza por su capacidad para capitalizar la naturaleza complementaria de ambas aproximaciones (Hernández *et al.*, 2008). Mientras que los métodos cuantitativos proporcionan una representación numérica y analítica de los fenómenos, los métodos cualitativos se enfocan en la comprensión en profundidad a través de textos y narrativas. Al adoptar métodos mixtos, se busca caracterizar exhaustivamente los objetos de estudio y recopilar una amplia gama de evidencia para enriquecer y expandir la comprensión de los mismos (Hernández *et al.*, 2008 p. 289).

La triangulación, expansión, profundización y el aumento de evidencia a través de diferentes enfoques metodológicos contribuyen a fortalecer la validez y la confiabilidad de las conclusiones científicas (Hernández *et al.*, 2008). Esta investigación se basa en la premisa de que al combinar dos enfoques con fortalezas

y limitaciones únicas que convergen en resultados similares, se aumenta la confianza en la fidelidad y autenticidad de las conclusiones obtenidas.

El enfoque mixto de investigación elegido para este estudio busca proporcionar una comprensión holística y enriquecedora de las interacciones entre ACE, factores de riesgo y protección y el desarrollo de la resiliencia en estudiantes de Secundaria en Masatepe durante el segundo semestre de 2023. Este enfoque permitirá capturar la amplitud, profundidad y riqueza interpretativa necesarias para abordar adecuadamente la complejidad del fenómeno investigado.

El tipo de estudio seleccionado para esta tesis, combina la investigación transeccional con triangulación recurrente, se erige como una elección fundamentada y poderosa para abordar la complejidad de la interacción entre las Experiencias Adversas en la Adolescencia, los factores de riesgo y protección, y el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes de secundaria del Colegio María Auxiliadora en Masatepe durante el segundo semestre de 2023. Al adoptar un enfoque transeccional, se considera que los fenómenos en estudio son interdependientes y sujetos a cambios a lo largo del tiempo (Hernández *et al.*, 2008). Este enfoque es particularmente apropiado para analizar cómo las ACE y los factores de resiliencia se influyen mutuamente y cómo evolucionan en el contexto de los estudiantes.

## **6.2. Hipótesis de trabajo**

Es importante señalar que en hipótesis correlacionales como la de este estudio, no hablamos de variable independiente (causa) y dependiente (efecto). Cuando sólo hay correlación, estos términos carecen de sentido. (Hernández, 2014).

Se postula que a medida que aumentan las Experiencias Adversas en la Adolescencia (ACE), la resiliencia disminuye. Sin embargo se plantea la posibilidad de enseñar a los jóvenes a desarrollar resiliencia.

### **6.3. Variables**

- Experiencias Adversas en la Adolescencia (ACE)
- Factores de riesgo
- Factores protectores en el entorno de los estudiantes
- Nivel de resiliencia de los estudiantes
- Estrategias de intervención

### **6.4. Población**

#### **6.4.1. Características de la Población**

La población objetivo de esta investigación está compuesta por los estudiantes de secundaria del Colegio María Auxiliadora en Masatepe durante el segundo semestre de 2023. Masatepe, situada a 50 km de Managua, alberga una población municipal de 31 583 habitantes, distribuidos en sectores urbanos y rurales. El municipio se caracteriza por su nivel socioeconómico catalogado como pobreza media, según la Metodología de Necesidades Básicas Insatisfechas (NBI) basada en datos del VIII Censo Nacional de Población y IV de Vivienda 2005.

En términos económicos, la actividad agrícola, en particular la producción de granos básicos y café, constituye la columna vertebral de la economía local. El comercio también juega un papel significativo, destacando la venta de artesanías de mimbre, muebles y calzado. La ciudad ofrece servicios esenciales como energía eléctrica, agua potable y transporte público, y dispone de centros de salud y educación que abarcan tanto el ámbito urbano como el rural.

El Colegio María Auxiliadora, una institución educativa de renombre en la localidad, desempeña un rol crucial al brindar educación secundaria a una población de 225 estudiantes (mujeres y hombres). La distribución de género en esta población estudiantil es de 137 mujeres y 88 varones, abarca edades entre 12 y 17 años, y se encuentra inmersa en un entorno económico donde predominan las actividades de

servicios, comercio y fabricación de muebles, que representan el 45.5% de los establecimientos locales.

#### **6.4.2. Criterios de Selección de la Muestra**

En el marco de esta investigación, se enfoca la población de adolescentes matriculados en el Colegio María Auxiliadora en Masatepe durante el segundo semestre de 2023. Dado que esta población cuenta con menos de 300 estudiantes, se opta por un enfoque que involucra a la totalidad de la población en lugar de seleccionar y trabajar con una muestra representativa, sino que se recolectarán datos de todos los miembros de la población estudiantil. Según Hernández Sampieri (2014), este tipo de muestra se considera un "censo" en el sentido de que se trabaja con todos los casos del universo estudiantil. En este enfoque se busca obtener una visión detallada de sus experiencias con relación a las Experiencias Adversas en la Adolescencia, así como su conexión con los factores de riesgo y protección y el desarrollo de la resiliencia.

La fase cualitativa de la investigación, se llevó a cabo con una muestra intencionada o selectiva con el propósito de explorar en profundidad las experiencias y perspectivas de algunos estudiantes de secundaria del Colegio María Auxiliadora en Masatepe durante el segundo semestre de 2023. El objetivo de esta selección es capturar una diversidad de voces que abarquen diferentes contextos, vivencias y trayectorias relacionadas con las Experiencias Adversas en la Adolescencia, así como los factores de riesgo y protección y el desarrollo de la resiliencia.

En primer lugar, se seleccionarán estudiantes de diversas secciones del colegio, considerando criterios como la diversidad socioeconómica, la variabilidad en el número y tipos de ACE experimentadas, género y edad. Con base en la experiencia y convivencia con los estudiantes, se privilegiará la selección de aquellos que evidencien rasgos resilientes a pesar de las experiencias adversas, por tanto, este enfoque busca identificar a los estudiantes que demuestren una mayor capacidad de adaptación y superación ante los desafíos que se les presenta.



Luego, se incluirán padres y madres de familia que tengan más de un hijo matriculado en la secundaria y que estén involucrados en el proceso de aprendizaje de los estudiantes, manteniendo relaciones positivas con la comunidad educativa. La participación de los padres y madres proporcionará una perspectiva valiosa y completa sobre las experiencias y perspectivas de los estudiantes con relación a las ACE, los factores de riesgo y protección, y el desarrollo de la resiliencia.

Por último, se incorporarán docentes y especialistas en la muestra, con el propósito de enriquecer la comprensión integral del fenómeno desde una perspectiva sistémica. Su participación aportará valiosas perspectivas que contribuirán al análisis más completo de las interacciones entre los factores de riesgo, factores protectores, resiliencia y ACE.

La selección estratégica de la muestra permitirá una exploración en profundidad de las percepciones y experiencias individuales, tanto de los adolescentes como de los diversos actores involucrados en su entorno educativo y familiar. Es imperativo destacar que la implementación de ambas estrategias de muestreo responde a los objetivos y alcances de la investigación y permitirá una aproximación integral al estudio de las ACE y su relación con la resiliencia en los adolescentes del colegio elegido. En síntesis, ambas muestras contribuirán a enriquecer la comprensión de la temática abordada y contextualizar los hallazgos obtenidos en ambas fases de la investigación.

## **6.5. Instrumentos de Medición y Técnicas**

### **6.5.1. Instrumentos de Medición**

- a. **Experiencias Adversas en la Adolescencia (ACE):** Para medir las ACE, se utilizó la “Escala de ACE” desarrollada por el Dr. Vincent Felitti y el Dr. Robert Anda. Esta escala aborda 10 categorías de experiencias adversas, como abuso emocional, abuso físico, abuso sexual, negligencia emocional, negligencia física, presenciar violencia doméstica, entre otras. Además, se han adaptado factores

adicionales para reflejar los desafíos específicos que enfrentan los adolescentes en el contexto nicaragüense.

- b. **Manifestaciones de ACE:** se empleó una escala de selección múltiple desarrollada por el Child Health and Development Institute para explorar los efectos conductuales y emocionales que experimentan los jóvenes. Esta escala ha sido ampliamente utilizada para efectos de detección de trauma en entornos educativos.
- c. **Factores de Riesgo y Protección:** La evaluación de los Factores de Riesgo y Protección presentes en el entorno de los estudiantes se llevó a cabo mediante un cuestionario de escala Likert desarrollado por especialistas de Curtin University. Este instrumento permitirá recopilar datos sobre la percepción de los estudiantes con respecto al ambiente familiar, escolar y comunitario para detectar la presencia de factores de riesgo y protectores.
- d. **Resiliencia de los estudiantes:** La Medida de Resiliencia Infantil y Juvenil (CYRM) es una medida de los recursos (individuales, relacionales, comunitarios y culturales) disponibles para las personas que pueden fortalecer su resiliencia. La medida se desarrolló como parte del Proyecto Internacional de Resiliencia (IRP) en el Centro de Investigación de Resiliencia (RRC) en 14 comunidades de todo el mundo. El IRP se originó en 2002 bajo la dirección del Dr. Michael Ungar en la Escuela de Trabajo Social de la Universidad Dalhousie y fue financiado en ese momento por el Consejo de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades de Canadá, así como por la Fundación de Investigación en Salud de Nueva Escocia. Originalmente, el CYRM fue diseñado para ser utilizado con jóvenes de 9 a 23 años de edad. Desde su validación inicial, la medida también se ha adaptado en una versión de 26 ítems para su uso con niños de 5 a 9 años de edad, una versión de 28 ítems utilizada para obtener datos de la Persona Más Informada (PMK) sobre la vida de un niño/joven, y una versión de 28 ítems para su uso con adultos (de 24 años en adelante). Información detallada sobre el

CYRM se incluye en la Sección Siete titulada Desarrollo del CYRM. Para las cuatro versiones del CYRM (infantil, juvenil, adulto y PMK), está disponible una medida de resiliencia reducida que consta de 12 ítems, así como versiones que ofrecen una escala de respuesta de tres o cinco puntos.

- e. **Bienestar Mental:** Para evaluar el bienestar mental de los estudiantes, se utilizó la “Escala de Bienestar Mental de Warwick-Edinburgh (WEMWBS)”. Esta escala ha sido validada en diversos entornos geográficos y culturales y proporcionará información sobre el bienestar de los estudiantes.
  
- f. **Ambiente Escolar:** La percepción de los estudiantes sobre el ambiente en sus aulas se evaluó mediante la “Encuesta ClassMaps (CMS)”. El CMS es una herramienta confiable y precisa para medir el clima escolar, respaldada por más de dos décadas de investigación en este campo (Doll, Brehm *et al.*, 2013) Consta de 55 ítems que los estudiantes califican en una escala Likert de 4 puntos (nunca, a veces, a menudo y casi siempre). La escala ha sido validada y se ha comprobado su fiabilidad en estudiantes de primaria, secundaria y preparatoria. Las ocho subescalas del CMS se agrupan en tres áreas críticas de participación escolar: establecer relaciones sólidas, fomentar comportamientos de autorregulación y percepciones sobre la agresión entre pares.

### 6.5.2. Técnicas de Recolección de Datos

- a. **Cuestionarios autoadministrados:** Para recopilar datos cuantitativos, se utilizaron cuestionarios autoadministrados que permitieron a los estudiantes responder a preguntas sobre sus experiencias, percepciones y sentimientos de manera individual.
  
- b. **Entrevistas en profundidad:** Se llevaron a cabo entrevistas en profundidad con una muestra intencionada de estudiantes, docentes, padres de familia y especialistas. Estas entrevistas siguieron guiones de preguntas

semiestructurados para explorar en detalle las experiencias, perspectivas y opiniones de los participantes sobre temas relacionados con las ACE, la resiliencia, los factores de riesgo y protección, y las estrategias de intervención.

- c. **Grupos focales:** Se realizaron grupos focales con estudiantes, docentes, padres de familia y especialistas. Estos grupos permitieron una interacción más dinámica y la generación de discusiones en profundidad sobre los temas de interés.
  
- d. **Guía de observación:** se empleó el uso de una guía de observación con una tabla de cotejo. El objetivo principal de esta observación será identificar los factores promotores de resiliencia en el ambiente escolar, abarcando aspectos como la participación en actividades extracurriculares, la calidad de las relaciones entre padres y docentes, las interacciones entre docentes y estudiantes, el entorno familiar y las relaciones cercanas entre compañeros. Además, se considerarán otros indicadores relevantes que puedan surgir durante la observación. Estos datos recopilados contribuirán significativamente a la investigación y permitirán analizar cómo estos factores influyen en el desarrollo de la resiliencia en los adolescentes en el ámbito escolar.

### 6.5.3. Procesamiento y Análisis de Datos

Para el análisis cuantitativo de los datos, se llevó a cabo un análisis descriptivo que incluirá estadísticas de frecuencia y promedio. Además, se utilizaron estadísticas de correlaciones, para examinar las relaciones entre las variables. Se emplearon los software estadístico Excel y PSPP para facilitar este proceso.

En el análisis cualitativo, se aplicaron enfoques de codificación abierta y axial para identificar patrones, temas y categorías emergentes en las transcripciones de las entrevistas y grupos focales. Se buscaron conexiones y relaciones entre los datos cualitativos para generar una comprensión profunda de las experiencias y perspectivas de los participantes.

La combinación de estos instrumentos de medición y técnicas de recolección de datos, junto con los procedimientos de procesamiento y análisis detallados, garantizó la obtención de información dinámica y confiable para abordar los objetivos de esta investigación.

#### **6.5.4. Integración de la información**

La integración de la información se realizó en dos niveles. En primer lugar, se compararon los hallazgos cuantitativos y cualitativos para obtener una comprensión completa y enriquecedora de la relación entre las ACE, los factores de riesgo y protección y el desarrollo de la resiliencia en los adolescentes. En segundo lugar, se combinaron los resultados de ambas fases del estudio para elaborar conclusiones y recomendaciones coherentes y fundamentadas.

El análisis se realizó por triangulación de datos. Consiste en utilizar múltiples fuentes, métodos o enfoques para recopilar y analizar datos con el objetivo de aumentar la validez y confiabilidad de los resultados. En este caso, se propone realizar una triangulación de datos utilizando un modelo estadístico correlacional que relaciona tres variables principales: Experiencias Adversas en la Adolescencia, Factores de Riesgo y Protección, y Resiliencia, se plantea que estas variables interactúan de la siguiente manera:

- a. **Mayor ACE y Factores de Riesgo -> Menor Resiliencia:** Esta relación implica que a medida que los adolescentes experimentan más Experiencias Adversas en la Adolescencia y están expuestos a más Factores de Riesgo en su entorno (como entorno familiar disfuncional, exposición a violencia, falta de apoyo social, etc.), es probable que su nivel de Resiliencia disminuya. En otras palabras, las dificultades y adversidades pueden socavar la capacidad de los adolescentes para afrontar y superar los desafíos.

- b. **Mayor Factores Protectores -> Mayor Resiliencia:** Por otro lado, se plantea que la presencia de Factores de Protección en el entorno de los adolescentes (como apoyo familiar, redes de apoyo social, oportunidades de aprendizaje significativas, etc.) está relacionada positivamente con su nivel de resiliencia. Esto significa que cuando los adolescentes cuentan con recursos y apoyos en su vida, tienen una mayor capacidad para adaptarse y recuperarse de las dificultades.
- c. **Mayor Resiliencia -> Mayor Bienestar:** Finalmente, se sugiere que un mayor nivel de resiliencia se relaciona positivamente con un mayor bienestar. Esto implica que los adolescentes que son más resilientes tienen una mayor probabilidad de experimentar un sentido de bienestar en su vida, que incluye aspectos como el optimismo sobre el futuro, la satisfacción con la vida y una buena salud mental.

#### 6.5.5. Recursos

##### a. Recursos Materiales

- Instalaciones del colegio: Aulas, salones de reuniones, espacios para entrevistas y grupos focales.
- Laboratorio de computación: Para el procesamiento y análisis de datos cualitativos y cuantitativos.
- Material audiovisual: Proyectores, pantallas, grabadoras, cámaras para registrar sesiones de intervención.
- Mobiliario: Sillas, pupitres para reuniones y sesiones con participantes.
- Acceso a copias: Para imprimir cuestionarios, documentos informativos y materiales de intervención.
- Materiales de escritura y papelería: Cuadernos, bolígrafos, marcadores, etc.

## b. Recursos Humanos

- Investigador principal; Mercedes Rivas: Encargada de diseñar, coordinar y ejecutar la investigación.
- Tutor universitario, MSc. Eduardo Navarrete: Asesoría en la planificación, diseño, desarrollo y revisión de la tesis.

Participantes: Estudiantes, padres y madres de familia, cuerpo docente y otras personas claves de la comunidad escolar.

- Psicóloga escolar Lcda. Janeysi Miranda: Apoyo y orientación en aspectos clínicos y psicológicos relacionados con la investigación.
- Docente de computación. Ing. Nancy Vargas: apoyo de estadística.

## c. Recursos Financieros

Tabla # 1  
Recursos financieros

Recurso	Precio Unitario	Cantidad estimada	Costo total
Impresiones	\$ 2.00	74	C\$ 148.00
Caja 42 lápices de colores	\$ 49.00	6	C\$ 294.00
Cartulinas	\$188.00	12	C\$ 2,256.00
Hojas de colores	\$ 52.00	2	C\$ 104.00
Transporte	\$ 3.00	300	C\$ 900.00
Merienda	\$ 100.00	21	C\$ 2100.00
<b>TOTAL</b>			<b>C \$ 3702.00</b>

Fuente: Elaboración propia con base a los recursos necesarios para la ejecución de la tesis, 2023.

#### **d. Software y Herramientas de Análisis de Datos**

- Google Suite: Para la comunicación, colaboración y almacenamiento de documentos.
- Excel: Para análisis descriptivos y visualización básica de datos.
- PSPP: Alternativa de código abierto para análisis estadísticos.
- JASP: Programa gratuito y de código abierto para el análisis estadístico.

#### **e. Otros Recursos:**

- Escalas y cuestionarios: Herramientas de medición para evaluar variables clave en la investigación.
- Equipo de grabación: Si se requiere grabar sesiones de intervención o entrevistas.
- Permisos y aprobaciones: obtener autorizaciones para llevar a cabo la investigación en la institución educativa.

## **6.6. Procedimiento**

El estudio se llevó a cabo en el Colegio María Auxiliadora en Masatepe durante el segundo semestre de 2023. Se estableció una colaboración con la dirección de la institución para obtener el permiso necesario para realizar la investigación en el entorno escolar. Se coordinaron reuniones informativas con los directivos, cuerpo docente, padres, madres, tutores de familia y adolescentes para explicar los objetivos del estudio. Se estableció una agenda de trabajo y cronograma para la recolección de datos y la implementación de las distintas fases del estudio.

### **6.6.1. Captación de la Información**

Para la parte cuantitativa, los cuestionarios estandarizados se aplicaron en el laboratorio de computación a todo el universo estudiantil durante las lecciones de computación con el previo consentimiento de dirección y coordinación académica. Según Hernández Sampieri (2014), este enfoque se considera un “censo” en el sentido de que se trabajará con todos los casos del universo estudiantil. Se



administrarán cuestionarios estandarizados y se recopilarán datos demográficos como edad, género y nivel socioeconómico.

Con relación a la medición de las Experiencias Adversas en la Adolescencia, se utilizaró la Escala de ACE. Asimismo, se empleó una escala de selección múltiple desarrollada por el Child Health and Development Institute para explorar los efectos conductuales y emocionales que experimentan los jóvenes. Para evaluar los factores de riesgo y protección, se utilizó un cuestionario de escala Likert desarrollado por especialistas de Curtin University. La medición de la resiliencia se llevó a cabo mediante la Medida de Resiliencia Infantil y Juvenil (CYRM). Finalmente, para evaluar el bienestar mental, se utilizó la Escala de Bienestar Mental de Warwick-Edinburgh (WEMWBS).

Se emplearon encuestas estandarizadas dirigidas a docentes y padres de familia para evaluar las manifestaciones de ACE en los adolescentes y las percepciones sobre las resiliencia de los mismos. Se compartieron estas encuestas a través de grupos de WhatsApp y otros canales de información abiertos en la institución educativa. Se utilizó la escala de resiliencia diseñada para la persona adulta más conocedora, junto con la escala de factores de riesgo y factores de protección.

Para la fase cualitativa, se realizaron entrevistas en profundidad y grupos focales con una muestra intencionada de estudiantes, docentes, padres y madres de familia y especialistas. Se utilizaron guiones de preguntas semiestructurados para explorar en detalle sus experiencias, perspectivas y opiniones sobre las ACE, la resiliencia y los factores de riesgo y protección. Las entrevistas se grabaron y transcribieron para su análisis posterior.

Para la selección de participantes en las entrevistas y el grupo focal, se siguió un proceso basado en criterios específicos. Dado que la investigadora mantiene una relación cercana con la población de estudio, se optó por un enfoque selectivo. Se identificaron docentes que han demostrado mantener relaciones positivas y

cercanas con los estudiantes, lo que se evidenció en su interacción y reputación en la comunidad escolar. Para la elección de padres y madres de familia, se contactó a aquellos que tenían dos o tres hijos estudiando en el colegio. El contacto se realizó a través de mensajes por medio de los canales de comunicación habituales. Respecto a los especialistas, se contactaron psicólogos educativos con sólida preparación y experiencia en intervenciones psicoeducativas. Se enviaron las preguntas con anticipación para asegurar una participación informada.

Para la conformación del grupo focal, se extendieron invitaciones personalizadas a una muestra que incluía a 8 estudiantes, 5 padres de familia y 5 docentes. Esta selección se basó en criterios específicos para garantizar una diversidad de perspectivas y experiencias.

Para evaluar la efectividad de las propuestas de intervención en el contexto educativo, se partió de los datos obtenidos a través de la escala de resiliencia y bienestar aplicada a los estudiantes de 11<sup>mo</sup> año. Posteriormente, se diseñó e implementó un programa de intervención que se extendió a lo largo de 5 semanas, con dos encuentros semanales programados. Una vez finalizada esta intervención, se volvieron a administrar las escalas de resiliencia y bienestar al mismo grupo de control para evaluar si se habían registrado cambios. Es importante tener en cuenta que medir el impacto de esta intervención en un período de tiempo tan breve presenta limitaciones, los estudios longitudinales, que capturan cambios significativos pueden requerir años de seguimiento.

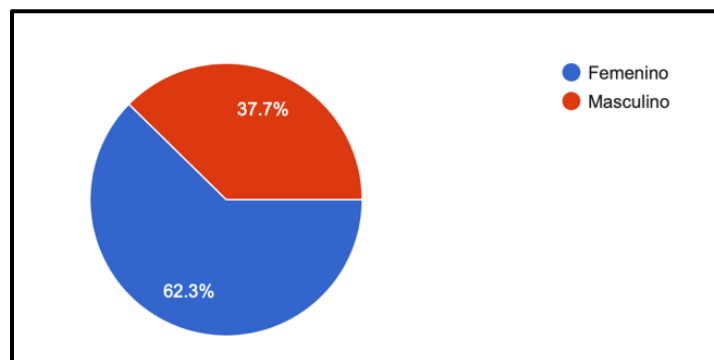
## CAPÍTULO 7: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 7. Resultados

#### 7.1. Datos demográficos de la muestra

Como se puede observar en la figura n.º 1 en la población se recogió una muestra de 147 estudiantes, de los cuales el 37.7% de la muestra es masculina y el 62.3% responde al género femenino.

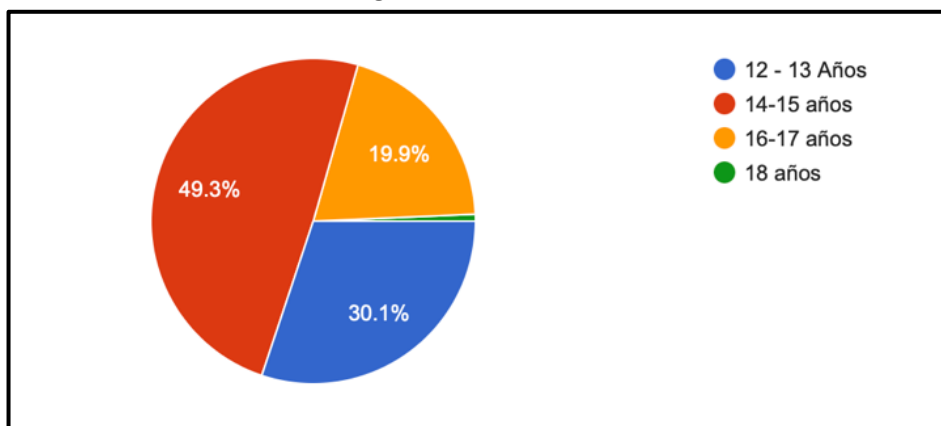
Figura 1  
Datos de género de la población



Fuente: Elaboración propia.

Los estudiantes tienen un rango de edad aproximada entre 12 y 13 años el 30.1%, entre 14 y 15 años el 49.3% y entre 16 y 17 años un 19.9%.

Figura 2  
Datos demográficos de acuerdo a edad.

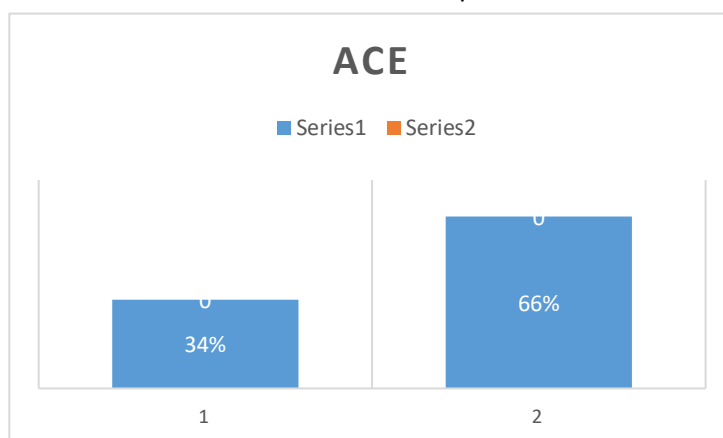


Fuente: Elaboración propia.

## 7.2. Experiencias adversas

De un total de 147 estudiantes que respondieron a la escala ACE el 66% reportan haber experimentado menos de 4 ACE, lo cual evidencia que un 66 % de los estudiantes no ha tenido a exposición a un número perjudicial de experiencias adversas, por ende, el 34 % de la población tiene riesgo de reportar consecuencias desfavorables en su desarrollo social y psicológico.

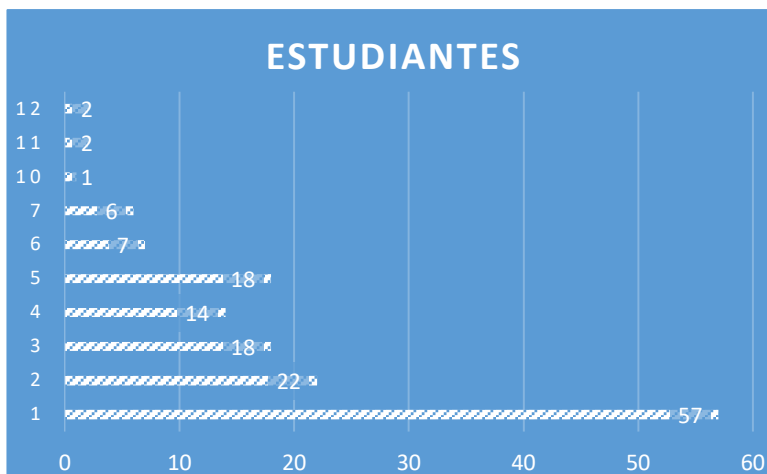
Figura 3  
Prevalencia de ACE en la población



Fuente: Elaboración propia.

En la siguiente gráfica se puede observar la frecuencia de los estudiantes en escala estandarizada de ACE, cabe mencionar que a esta escala no se suman los factores agregados y que forman parte de los desafíos propios del contexto.

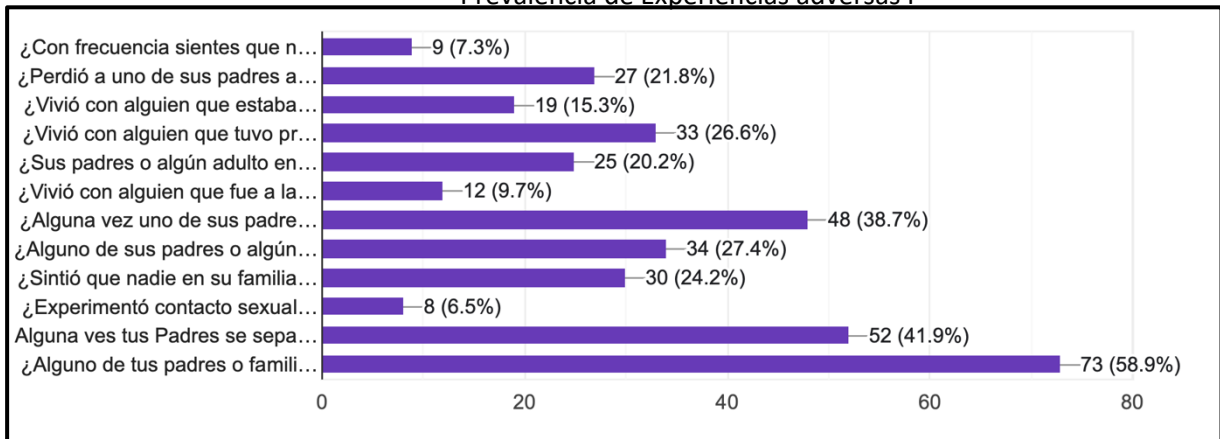
Figura 4  
Frecuencia escala ACE



Fuente: Elaboración propia.

Existe una prevalencia significativa de experiencias adversas entre adolescentes del colegio María Auxiliadora.

Figura 5  
Prevalencia de Experiencias adversas I

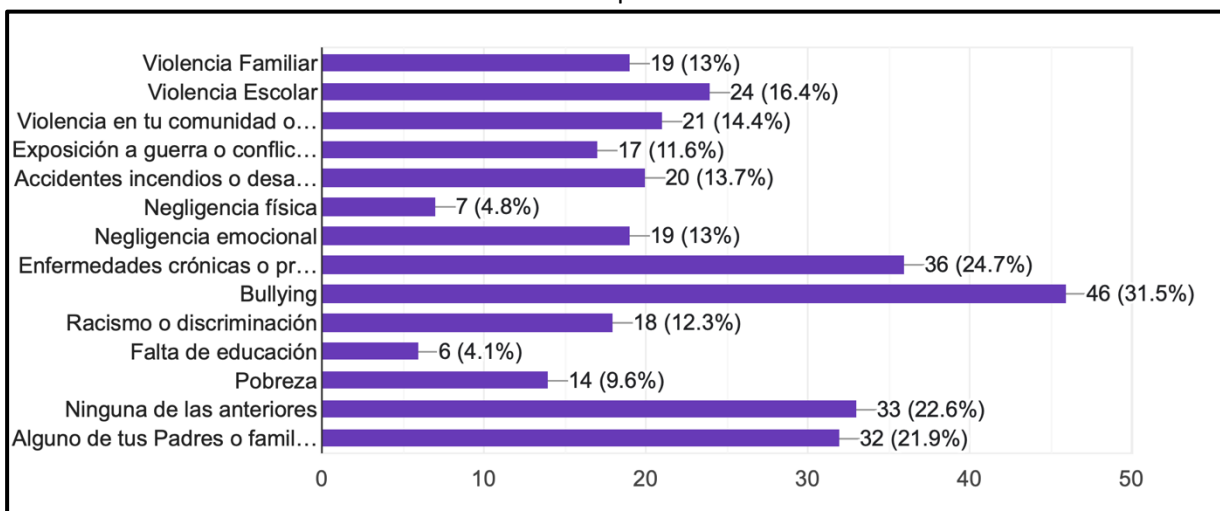


Fuente: Elaboración propia.

En la figura n.º 5, más del 50% de la muestra ha vivido la separación de los padres y madres ya sea por divorcio o migración, siendo la experiencia adversa con mayor prevalencia. Esto también se hizo evidente en los instrumentos aplicados a los padres y madres de familia, donde el 95.2% corresponde a madres de familia y el 4.8% a abuelos. No se registra ningún padre participando en la encuesta.

A la escala de experiencias adversas se agregaron otros valores que responden a la realidad específica del contexto social.

Figura 6  
Prevalencia de Experiencias adversas II



Fuente: Elaboración propia

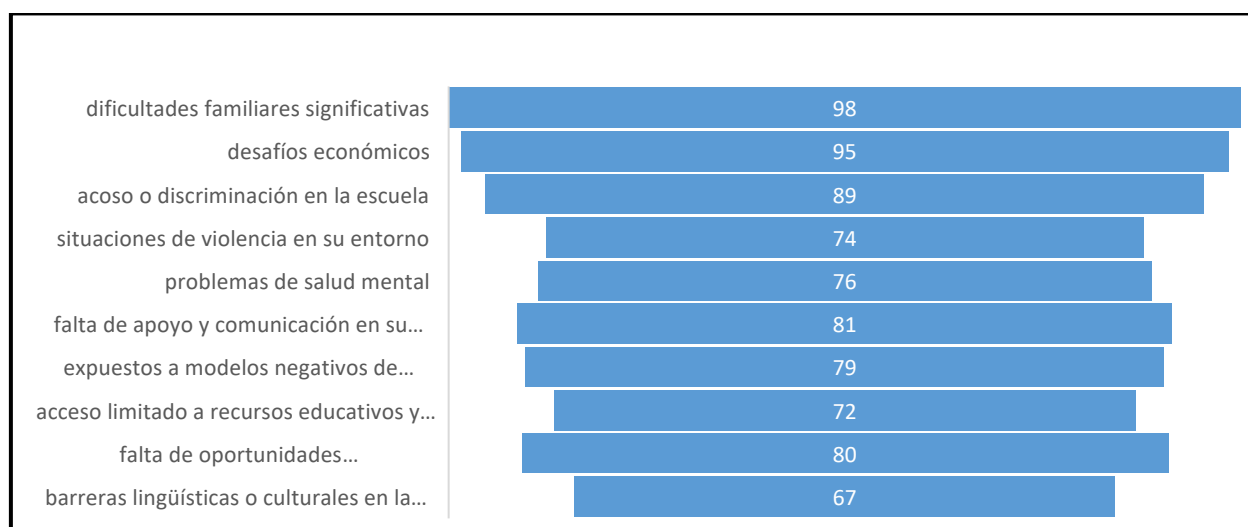
Como se puede observar en la figura n.º 6, las experiencias con mayor prevalencia corresponden al bullying con 31.5% de la muestra, y al padecimiento de enfermedades crónicas con un 24.7% de la muestra. La información obtenida de las entrevistas individuales y grupos focales refieren una alta frecuencia en este tipo de problemática.

El participante n.º 9 del grupo de Padres de familia refiere que: “En la mayoría de los casos en las escuelas se da el bullying y no se les da el seguimiento adecuado.”

En las entrevistas realizadas tanto estudiantes como docentes se refieren al bullying como un problema que afecta el desarrollo de la resiliencia de los estudiantes y lo identifican como uno de las principales experiencias adversas, siendo la primera y más marcada la desintegración familiar.

Como se puede observar en la siguiente gráfica que evalúa la percepción de los docentes sobre los desafíos o experiencias adversas también emerge como principal factor de adversidad los problemas familiares, económicos y en tercer lugar las experiencias de bullying.

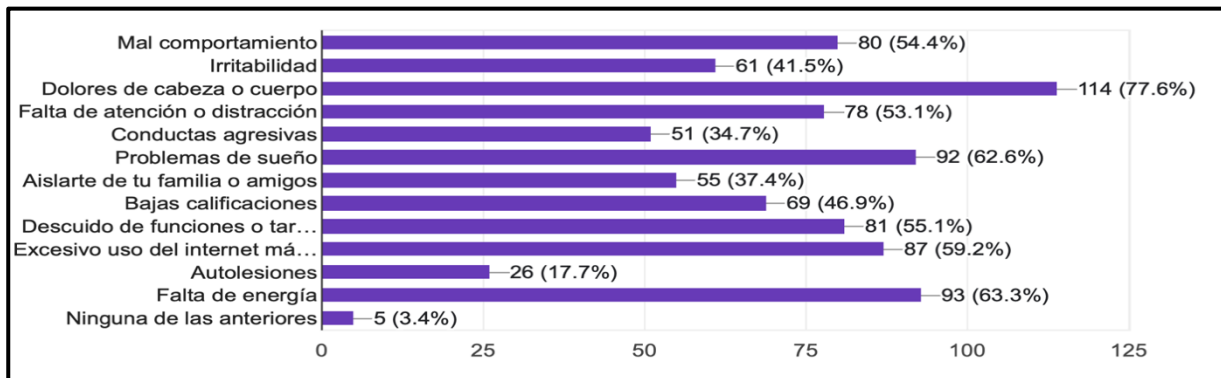
Figura 7  
Percepción de los docentes sobre los desafíos de los adolescentes



Fuente: Elaboración propia.

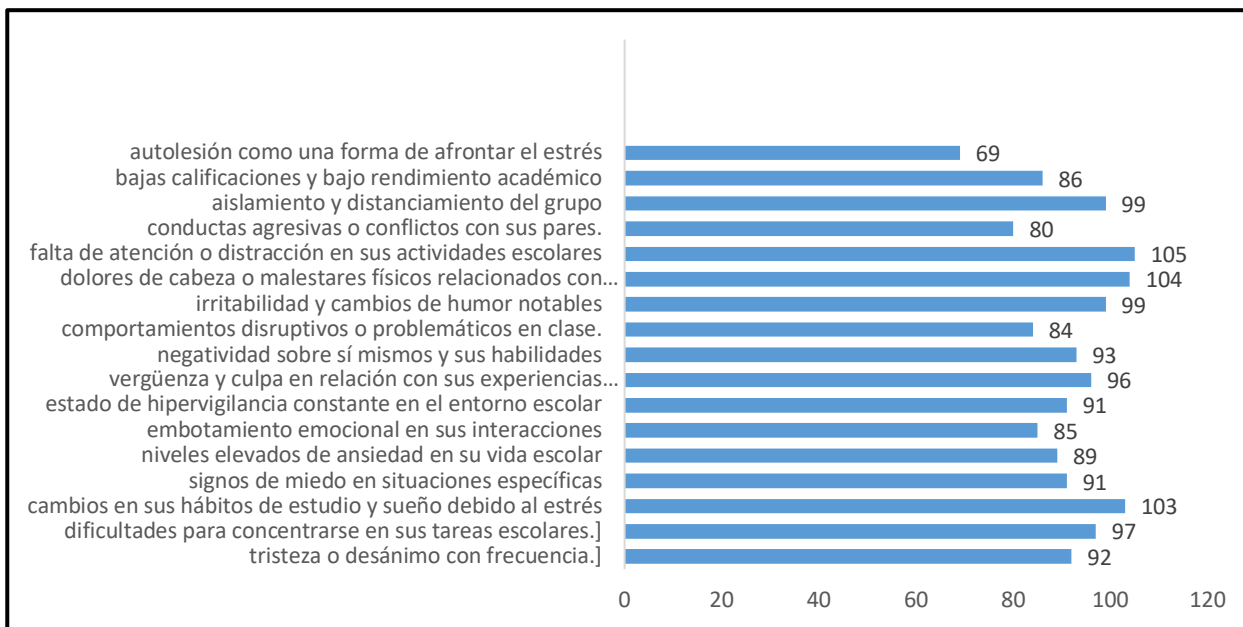
Los instrumentos aplicados revelan información importante de los mecanismos de afrontamiento de los estudiantes frente a las experiencias adversas, así como las reacciones conductuales y emocionales más marcadas. Como se muestra en la figura n.º 8 las más destacadas se encuentran en el grupo de afectaciones en el estado de ánimo, alteraciones de sueño y frecuentes dolores de cabeza.

Figura 8  
Mecanismos de afrontamiento



Fuente: Elaboración propia.

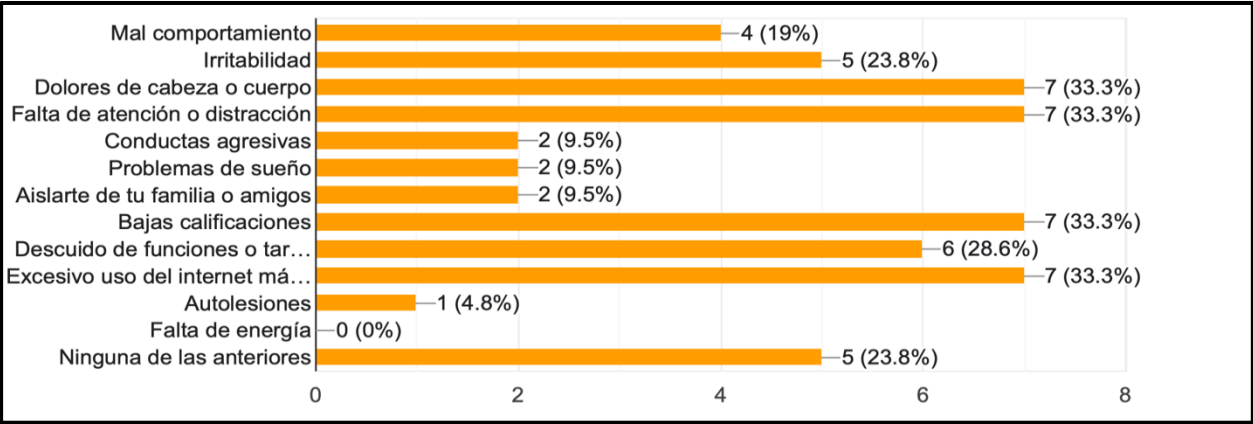
Figura 9  
Manifestaciones de ACE según docentes



Fuente: Elaboración propia.

Según la figura n.º 9 la información proporcionada por los estudiantes coincide con la percepción del cuerpo docente sobre las manifestaciones. Se ubican entre las más recurrentes, la falta de atención o distracción, dolores de cabeza y problemas de sueño.

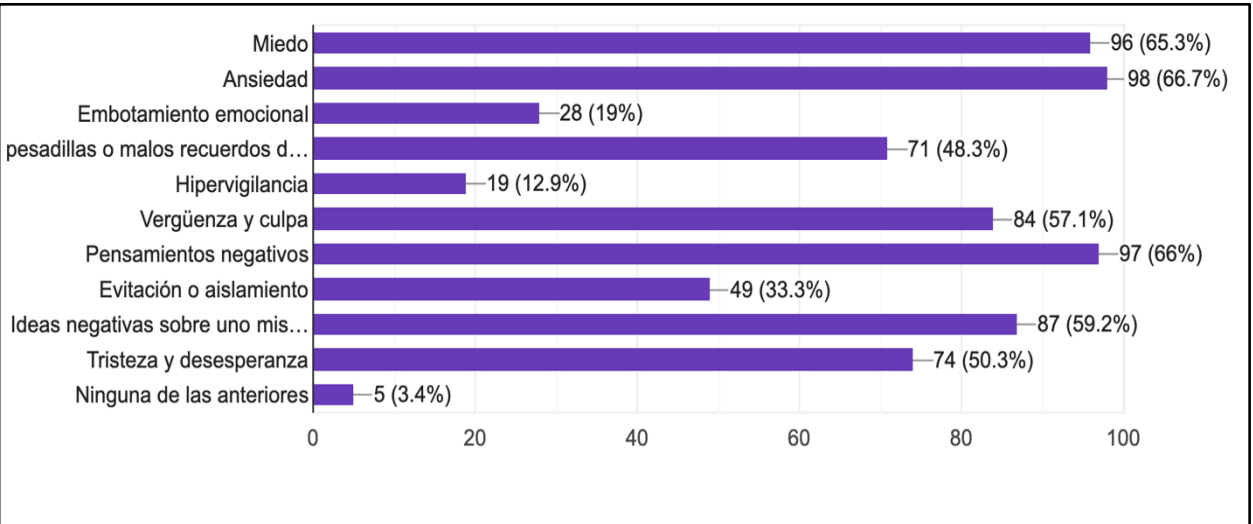
Figura 10  
Manifestaciones de ACE según Padres de Familia



Fuente: Elaboración propia.

La figura n.º 10, que corresponde a la percepción de los padres de familia, coincide con las fuentes anteriores con un 33.3% de la población total que manifiesta dolores de cabeza. Con respecto a manifestaciones en el nivel emocional los estudiantes reportan una alta prevalencia en ansiedad, miedo y pensamientos negativos, más del 65% de la población manifiesta experimentarlas.

Figura 11  
Manifestaciones de ACE según Padres de Familia



Fuente: Elaboración propia.



Los altos porcentajes de miedo y ansiedad evidenciados en la figura n.º 11 coincide con las entrevistas realizadas. El participante n.º 2 del grupo de especialista manifiesta:

Los adolescentes a menudo se enfrentan a desafíos significativos en la escuela, como la intensa presión académica que puede generar estrés y ansiedad, el acoso escolar que afecta su bienestar emocional, problemas familiares que pueden distraer su enfoque y la transición a la vida adulta que conlleva incertidumbre y cambios significativos.

La psicóloga educativa de la institución afirma que después del COVID-19 la incidencia de estudiantes que recurren al Departamento de Psicológica con cuadros ansiosos ha aumentado considerablemente, ella reporta: “Hay muchos jóvenes que solicitan atención por cuadros ansiosos manifestando sudoración, nervios, falta de respiración, taquicardia”.(Psicóloga Educativa)

De igual manera el 52% de los padres y madres de familia manifiestan que sus hijos se muestran ansiosos y un 34% expresan que sus hijos tienen miedo.

### **7.2.1. Principales hallazgos.**

En resumen, los principales hallazgos en el área de las Experiencias Adversas en la Adolescencia y sus consecuencias son los siguientes:

- a. **Prevalencia de ACE:** El 66% de los estudiantes informa haber experimentado menos de 4 ACE, lo que sugiere que la mayoría de ellos no ha estado expuesta a un número perjudicial de experiencias adversas. Sin embargo, el 34% de la población tiene un riesgo significativo de experimentar consecuencias desfavorables en su desarrollo social y psicológico debido a la exposición a un mayor número de ACE.
- b. **Experiencias Adversas más comunes:** La separación de los padres y madres, ya sea por separación, divorcio o migración, es la experiencia adversa más prevalente, seguida del bullying y el padecimiento de

enfermedades crónicas. Estas experiencias adversas plantean preocupaciones sobre el bienestar emocional de los estudiantes.

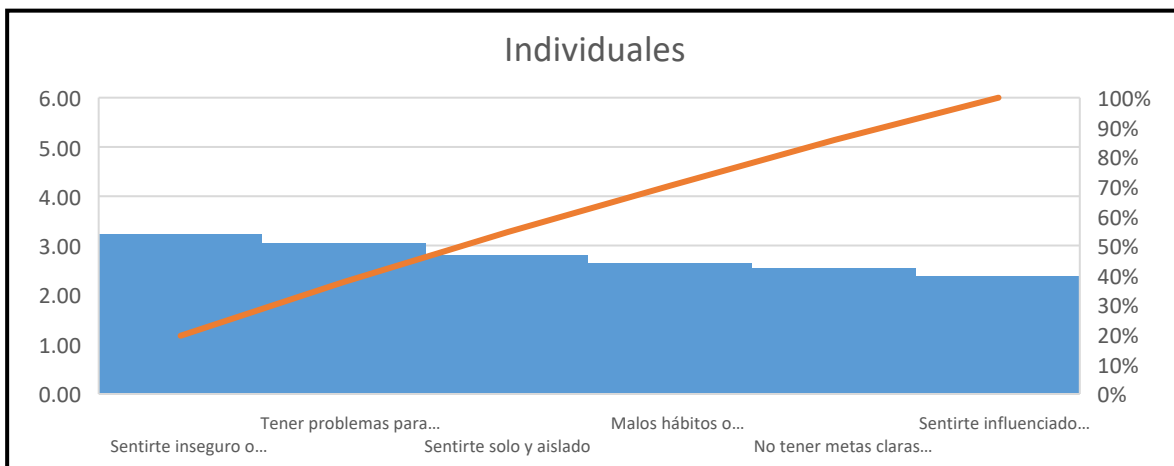
- c. **Manifestaciones de ACE:** Los estudiantes muestran una alta frecuencia de problemas de salud, como dolores de cabeza frecuentes, alteraciones del sueño y falta de energía. Estos problemas de salud ya están afectando a la población estudiantil y se han intensificado después del COVID-19.
- d. **Manifestaciones Emocionales:** Más del 65% de los estudiantes informa experimentar ansiedad, miedo y pensamientos negativos con frecuencia. Estos desafíos emocionales están relacionados con la presión académica, el acoso escolar, problemas familiares y la transición a la vida adulta.

### 7.3. Factores de riesgo.

En el grupo de factores de riesgo se exploraron los relacionados con rasgos individuales, familiares y de entornos, afortunadamente dentro de las categorías la incidencia es relativamente baja, de manera que nos superan el 20% de la población en ninguna de las tres áreas.

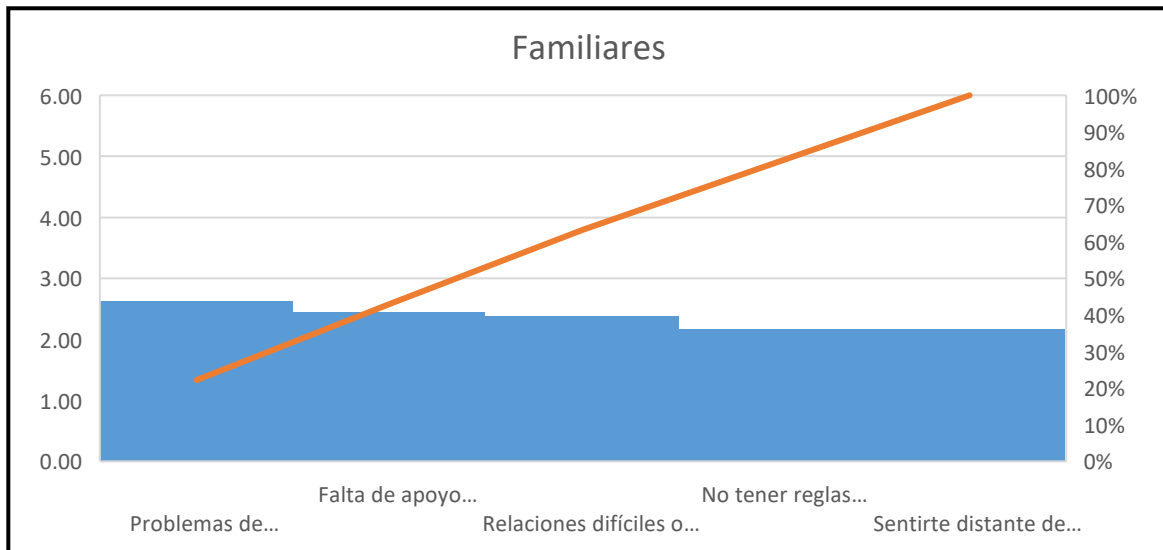
En una escala Likert, cuya puntuación máxima es 6 que equivale a siempre, los estudiantes refieren que el factor de riesgo más significativo en sentirse con bajo autoestima y tener problemas para comunicarse con los demás.

Figura 12  
Factores de riesgos individuales



Fuente: Elaboración propia.

Figura 13  
Factores de riesgo familiares



Fuente: Elaboración propia.

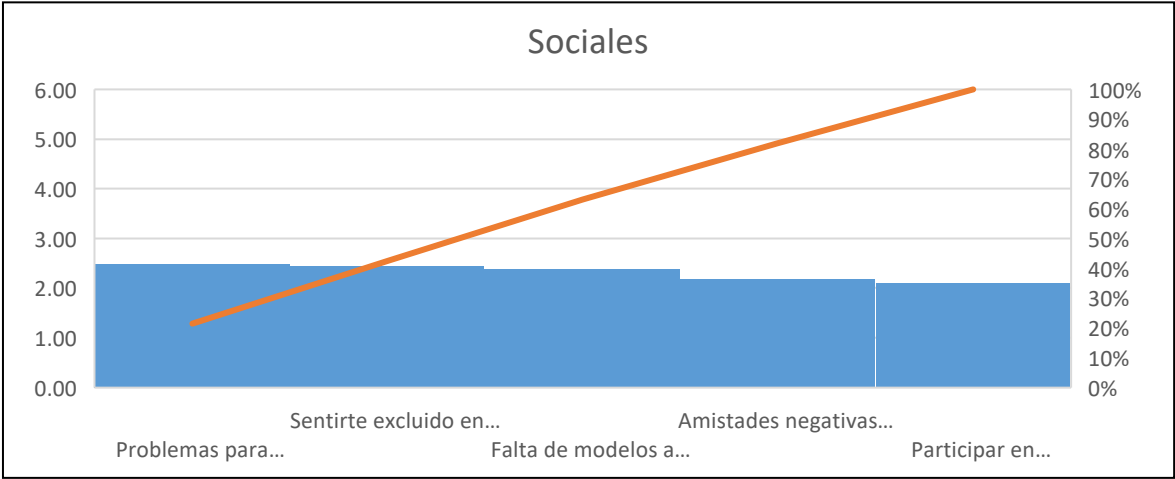
Con respecto a los factores de riesgo en la esfera familiar se destaca en más del 40% los problemas de comunicación, conflictos familiares y falta de apoyo emocional en casa. La falta de cohesión familiar emerge como uno de los desafíos más importantes en el desarrollo de la resiliencia.

En las entrevistas realizadas a los jóvenes, el participante n.º 2 refiere: “No hablo de lo que me pasa con mi padres por no [sic] quiere ser una preocupación más a las muchas que ya tienen, prefiero resolver mis problemas solo.” De igual manera los docentes que participaron de las entrevistas coinciden que el apoyo emocional que reciben los jóvenes en casa es mínimo, el participante n.º 1 del grupo de docentes refiere: “Lo primero que me preguntan los muchachos cuando hablo con ellos, es ¿le va a decir esto a mi mamá?, por favor no le diga nada”.

Cuando las familias no ofrecen un espacio seguro para la expresión de emociones y preocupaciones, los jóvenes pueden experimentar una sensación de aislamiento emocional y una incapacidad para gestionar adecuadamente el estrés y las adversidades.

En los factores de riesgo a nivel social se destacan, principalmente, la carencia de habilidades para resolución de conflictos y el sentirse excluido de la escuela o comunidad de pertenencia.

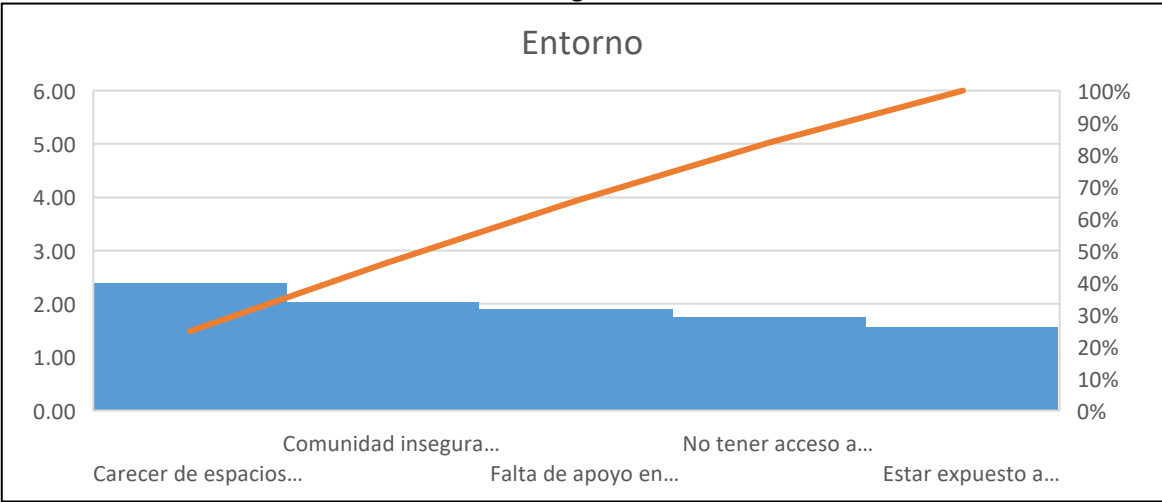
Figura 14  
Factores de riesgo sociales



Fuente: Elaboración propia.

Los problemas para manejar conflictos emergen como un factor de riesgo importante debido a que es una habilidad sumamente necesaria a lo largo de la vida que permitirá al joven negociar sobre situaciones importantes, por otro lado, la sensación de no sentirse parte o sentirse excluido trae consigo severas consecuencias.

Figura 15  
Factores de riesgo del entorno



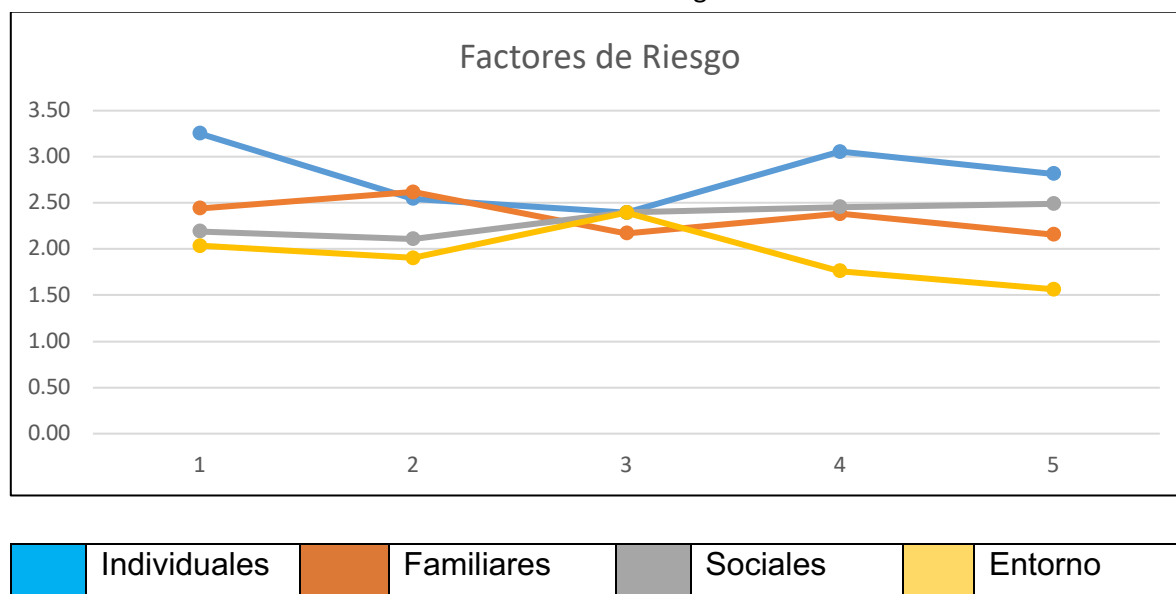
Fuente: Elaboración propia.

Con relación a los factores de riesgo presentes en el entorno, la carencia de espacios recreativos se presenta como un elemento de gran preocupación. La figura n.º 15 que refleja esta situación se alinea perfectamente con los testimonios recopilados durante las entrevistas a los jóvenes. Los adolescentes expresaron de manera consistente la necesidad de contar con espacios recreativos que les permitan no solo divertirse, sino también expresarse y ser escuchados.

La entrevista con la participante n.º 3, en particular, subraya la falta de lugares donde los jóvenes puedan compartir sus pensamientos e inquietudes.

La siguiente figura muestra los 4 factores de riesgo evaluados, emergiendo como el más vulnerable los aspectos individuales y familiares.

Figura 16  
Factores de riesgo



Fuente: Elaboración propia.

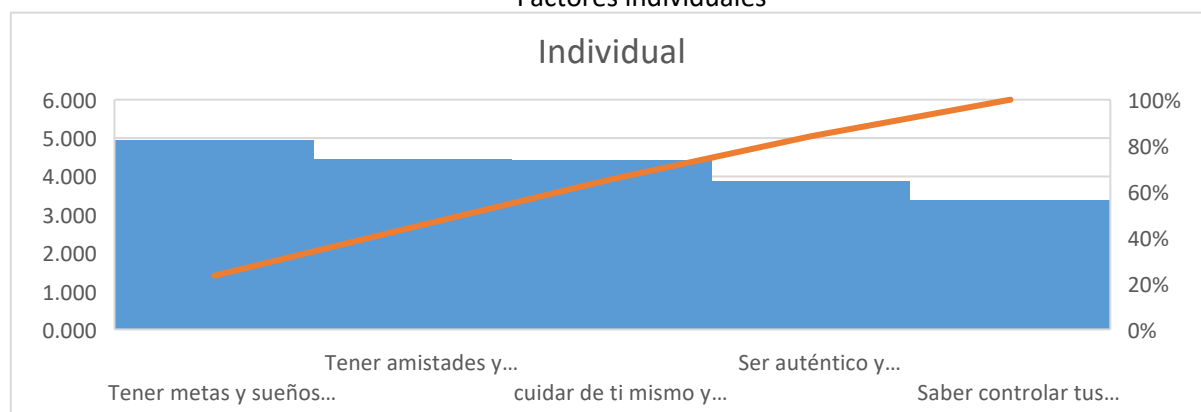
### 7.3.1. Principales hallazgos

- a. **Factores de riesgo individuales:** Baja autoestima y problemas de comunicación son preocupaciones clave.
- b. **Factores de riesgo familiares:** Problemas de comunicación, conflictos familiares y falta de apoyo emocional son áreas críticas.

- c. **Factores de riesgo sociales:** Dificultades en la gestión de conflictos y la sensación de exclusión social son destacados.
- d. **Factores de riesgo en el entorno:** La carencia de espacios recreativos es una preocupación significativa.

## 7.4. Factores protectores

Figura 17  
Factores individuales



Fuente: Elaboración propia.

Con respecto a los factores de protección individuales, la figura n.º 17 indica que los jóvenes, en su mayoría, tienen metas y sueños que los motivan a seguir adelante y desean cumplirlas.

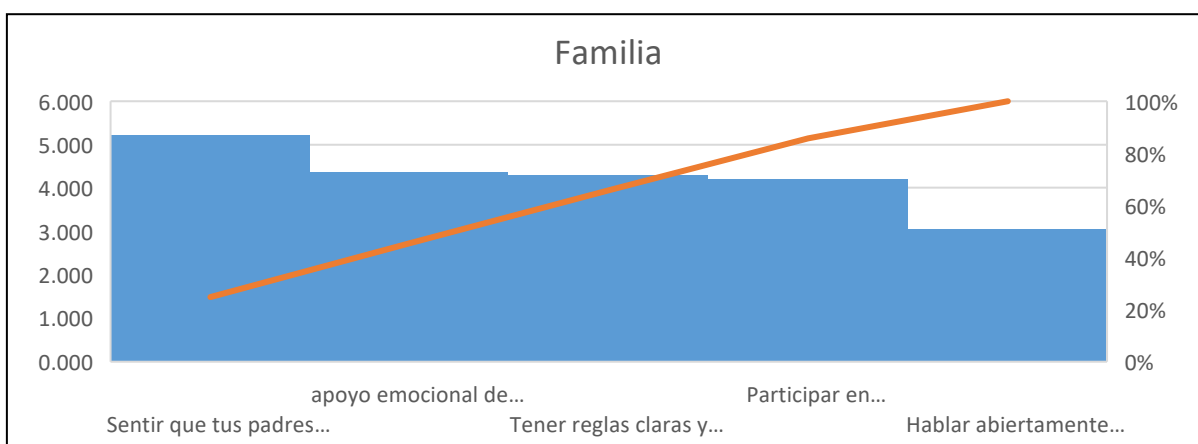
Recorriendo los testimonios de los jóvenes en la entrevista personal es evidente cómo el plantearse objetivos, los empuja a mejorarse a sí mismos, los impulsa hacia fuera del círculo de tensión, preocupación, conflictos familiares, pobreza y tristeza para poner sus energías en algo que desean, que han creado en su mentes y anhelan con fuerza. El participante n.º 1 del grupo de jóvenes relata:

Mi mamá lloraba todo el tiempo, cuando no estaba encerrada en su cuarto solo discutimos, la comunicación con ella se había vuelto difícil, decidí enfocarme en otras cosas, en sobresalir en lo que yo sé que puedo hacer bien, siempre me he sentido especial y segura de lo que quiero lograr.

Una gran mayoría de los jóvenes puntea cerca del 80% su habilidad para mantener relaciones positivas y la conciencia de cuidar de su salud como un factor positivo. Al respecto, el participante n.º 5 de la muestra de estudiantes, refiere: “La relación con mi novia, mis amigos, docentes y hermanas del colegio, que han acogido y me tienen cariño son un factor protector para mí.”

En el ámbito familiar, se observa una valoración considerablemente alta, superando el 90%, en lo que respecta al interés y preocupación de los padres y madres por la educación de sus hijos. Este compromiso parental se traduce en un apoyo significativo que contribuye positivamente al desarrollo de los jóvenes. Asimismo, la existencia de reglas claras en el entorno familiar proporciona un marco estructurado que favorece la formación de valores y la toma de decisiones responsables por parte de los adolescentes.

Figura 18  
Factores familiares

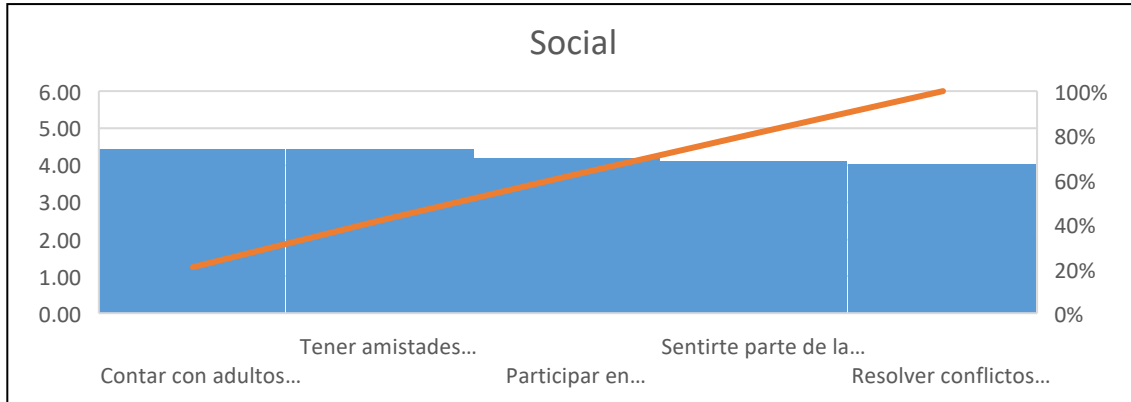


Fuente: Elaboración propia.

La perspectiva de los padres y madres de familia concuerda con la información proporcionada por los jóvenes, el participante n.º 19 de la muestra de padres de familia refiere que “Salir conversar con ella, decirle siempre que ella es única y cada quien tiene sus propias cualidades y manera de ser, decirle que cuando pasamos procesos dolorosos Dios siempre está con nosotros y sobre todo que siempre cuenta conmigo.” Evidencia el esfuerzo de algunos padres en mantener relaciones

abiertas y de confianza con sus hijos y el factor protector que representa en la vida de los jóvenes.

Figura 19  
Factores Sociales

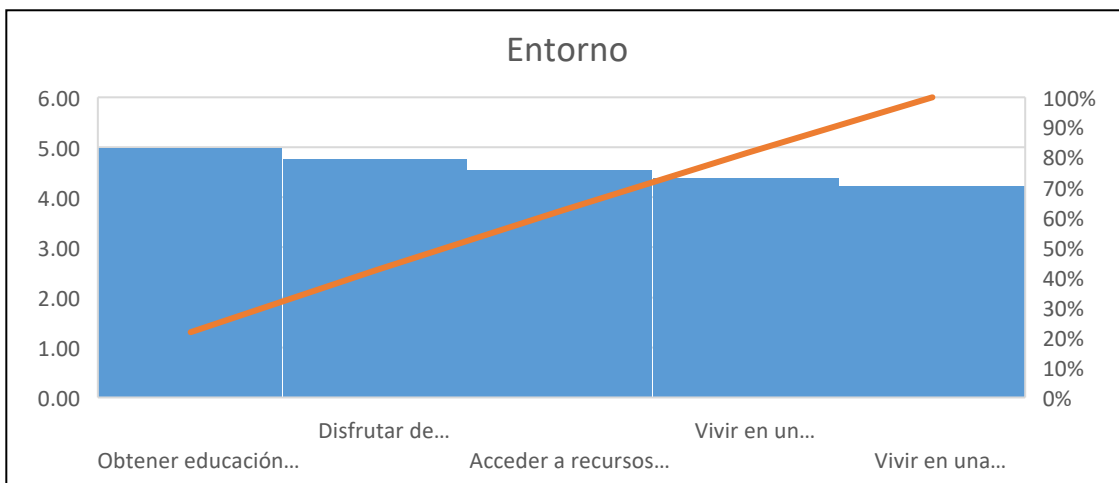


Fuente: Elaboración propia.

El ambiente social ofrece múltiples factores de protección, en la población evaluada todos los elementos de factores de protección sociales se sitúan sobre el 60%, siendo los de mayor incidencia y efecto positivo, contar con adultos que le apoyen y tener amistades positivas y saludables.

En el análisis cualitativo de los datos de los docentes, el participante n.º 1 refiere que: “Como docente es importante compartir y dialogar, ser uno mismo modelo de resiliencia, compartiendo desde mis experiencias personales les doy algo mío.”

Figura 20  
Factores Ambientales



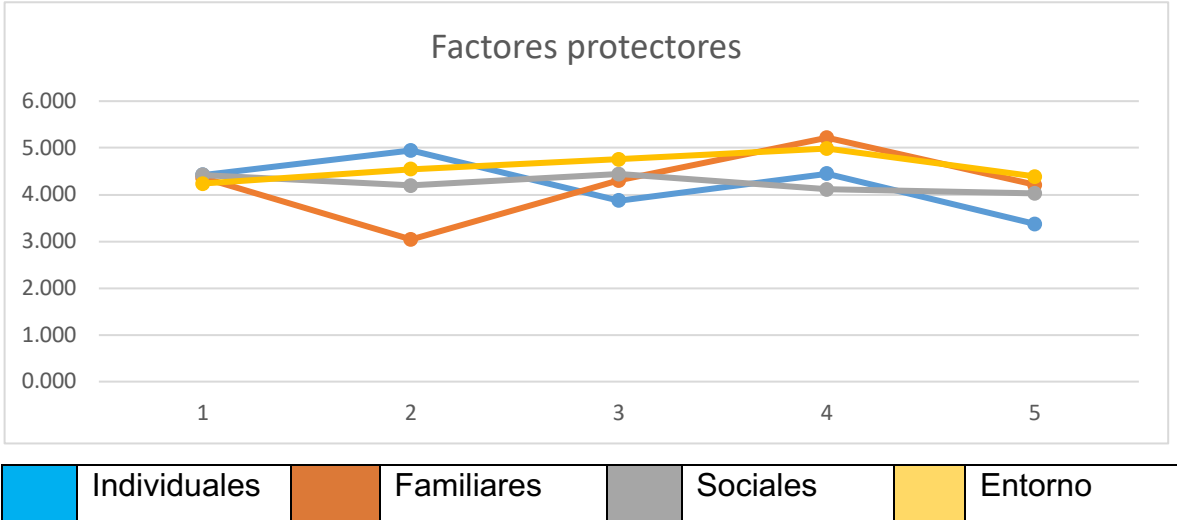
Fuente: Elaboración propia.



Con respecto a los elementos protectores presentes en el entorno de estos jóvenes, se destaca la percepción positiva que tienen acerca de su acceso a una educación de calidad, la cual es valorada en un 90%.

Además, es destacable que aproximadamente el 80% de los jóvenes informan que disfrutan de espacios naturales y recreativos en su entorno. Estos espacios proporcionan oportunidades para el esparcimiento, la actividad física y la conexión con la naturaleza, lo cual puede tener un impacto positivo en su bienestar físico y emocional. La presencia de áreas naturales y recreativas no solo les brinda un escape saludable del estrés cotidiano.

Figura 21  
Factores de protectores

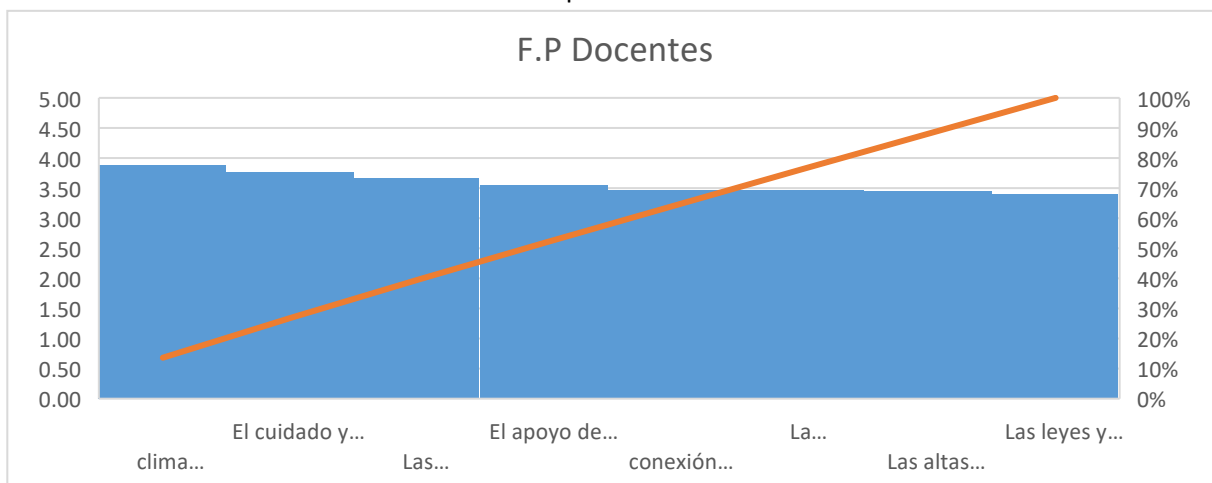


Fuente: Elaboración propia.

Según los datos presentados en la figura n.º 21, observamos que la mayoría de los factores protectores muestran una frecuencia e intensidad que se ubica en el rango 4, lo que corresponde a ocurrencia y frecuente y oscila entre el 70% y el 80% en términos de incidencia y presencia. Entre estos factores, destacan tres que los jóvenes consideran de mayor importancia: la percepción de que sus padres se preocupan por brindarles una educación de calidad; la existencia de metas y sueños que los motivan; y la obtención de una educación de calidad en sí misma.

En el instrumento aplicado a docentes para identificar factores protectores, destacaron que el factor protector más importante es un clima educativo positivo y de apoyo, así como la participación en actividades comunitarias.

Figura 22  
Factores protectores docentes



Fuente: Elaboración propia.

En el análisis cualitativo de los datos de los estudiantes entrevistados, se repiten con frecuencias elementos como: “Por fin me sentí importante para el equipo del vóley, el grupo juvenil y el voluntariado, lo sacaba todo allí”; “el año pasado me pasaron muchas cosas toqué fondo me ayudó estar en grupo de música y practicar los instrumentos”; “Me ayuda la motivación de personas a las que le importó saber que le importó a alguien me da motivación para seguir”; “El equipo de Voleibol es mi energía, lo que tengo dentro lo descargo jugando”; “Me estaba perdiendo de demasiado, así que decidí hacer [sic] nuevos, amigos, dejar que los demás me acojan, aconsejen y escucharlos a los profes y sores y me he sentido muchísimo mejor a como me sentía antes”.

La sensación de importancia, la motivación derivada del aprecio de otros y otras y la participación activa en grupos y actividades sociales emergen como impulsores clave para el bienestar emocional y la resiliencia de los jóvenes.

Es relevante señalar que los factores protectores con mayor incidencia están vinculados principalmente al entorno, mientras que los que obtienen puntuaciones más bajas corresponden a aspectos individuales.

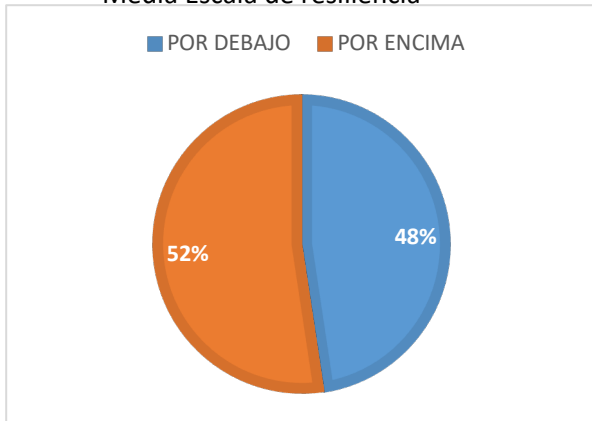
#### 7.4.1. Principales hallazgos

- a. **Apoyo familiar:** El apoyo de los padres y madres, su interés en proporcionar una educación de calidad y su involucramiento en la vida de los jóvenes son fundamentales para fortalecer su resiliencia. Esto crea un ambiente emocionalmente seguro y promueve habilidades de autorregulación y toma de decisiones responsables.
- b. **Metas y sueños:** Los jóvenes muestran una fuerte tendencia a establecer metas y sueños para sus vidas. Esta habilidad les motiva, les ayuda a mantener el enfoque en sus objetivos y fomenta una perspectiva optimista hacia el futuro.
- c. **Educación de calidad:** La percepción de una educación de calidad es altamente valorada por los jóvenes, ya que refuerza su autoestima y les proporciona herramientas cognitivas y socioemocionales cruciales para su desarrollo personal y futuro éxito.
- d. **Factores protectores sociales y relacionales:** La importancia de las relaciones interpersonales y la participación en actividades comunitarias se destaca como elementos clave en el fomento del bienestar emocional y la resiliencia de los jóvenes. Estos factores protegen y fortalecen su capacidad para afrontar desafíos.

#### 7.5. Resiliencia

En la escala de resiliencia aplicada, donde los puntajes varían de un mínimo de 28 a un máximo de 140, se observa que el valor medio de la muestra es de 100 puntos. Las puntuaciones superiores a 84 indican niveles más elevados de resiliencia. Es alentador notar que en varios aspectos, más del 50% de los estudiantes demuestran buenos niveles de resiliencia.

Figura 23  
Media Escala de resiliencia

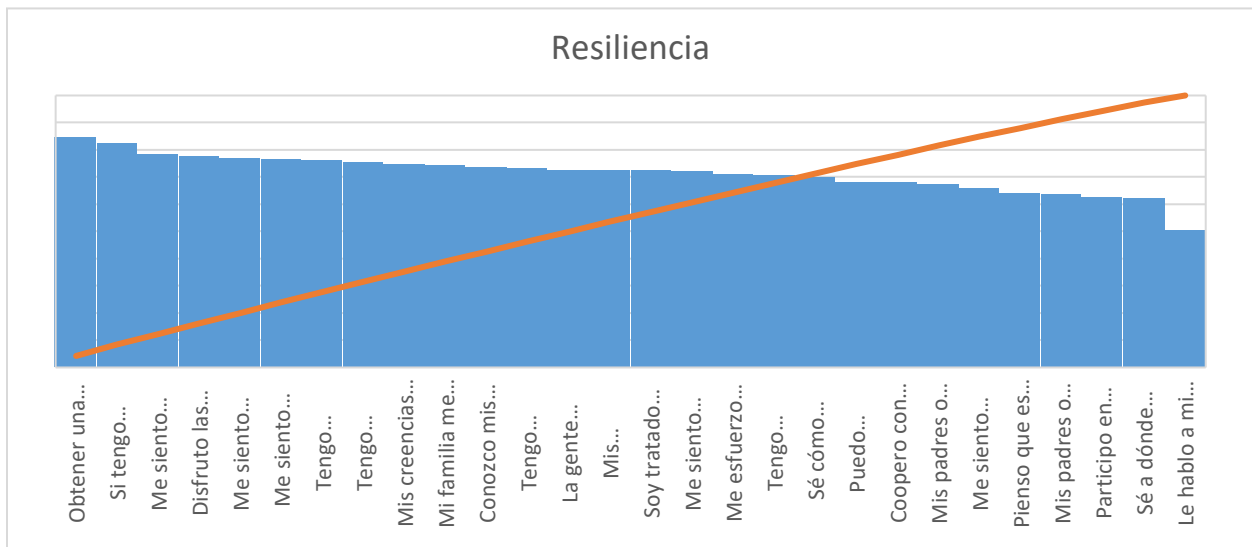


Fuente: Elaboración propia.

La siguiente figura presenta los resultados obtenidos en cada categoría de la CYRM/ARM. Se destaca que todos los valores se sitúan por encima del 50%, lo cual es positivo. Sin embargo, es crucial dirigir la atención hacia los valores que tienen una mayor incidencia en el grupo, que son los siguientes: “Obtener una

educación de calidad es importante para mí”, “Hay suficiente comida disponible en mi hogar”, “Me siento orgulloso de ser nicaragüense y disfruto las tradiciones culturales y familiares”. Por otro lado, en los valores que obtuvieron puntuaciones más bajas en la escala se encuentran: “Le hablo a mi familia acerca de lo que siento”, “Sé a dónde acudir en mi comunidad para recibir ayuda”, “Participo en actividades religiosas” y “Mis padres y encargados saben mucho de mí”. A partir de estos resultados, se deduce la importancia de mejorar la comunicación en la familia, proporcionar información sobre los servicios y recursos disponibles en la comunidad, así como fomentar la vida espiritual de los estudiantes.

Figura 24  
Escala de resiliencia



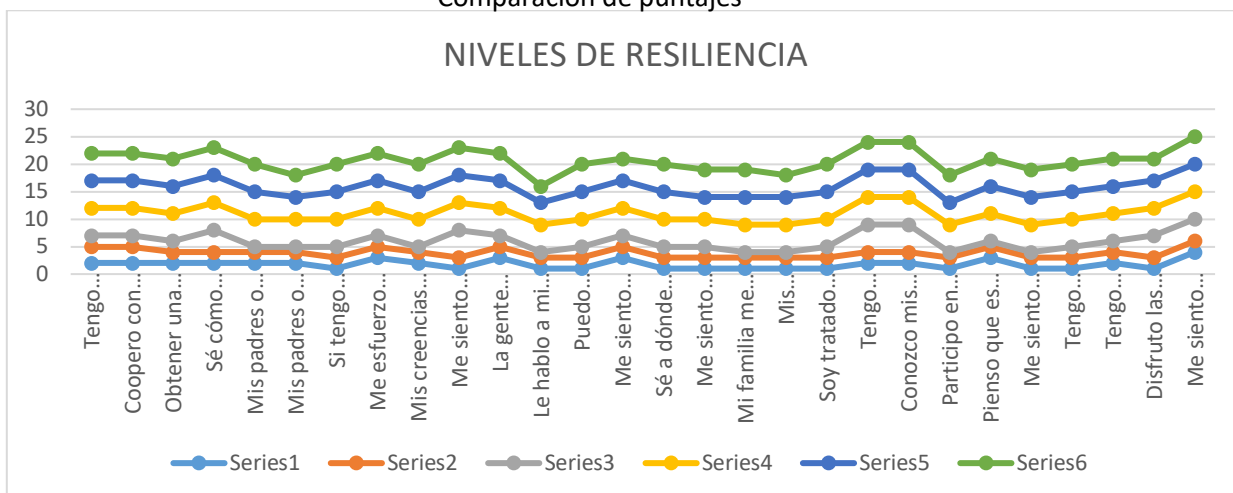
Fuente: Elaboración propia.

Los valores que se encuentran por debajo del 60%, como “Le hablo a mi familia acerca de lo que siento”, “Sé a dónde acudir en mi comunidad para recibir ayuda”, “Participo en actividades religiosas” y “Mis padres y encargados saben mucho de mí”, indican áreas donde los estudiantes pueden enfrentar dificultades. Además, la falta de conocimiento sobre dónde obtener ayuda en la comunidad y la participación limitada en actividades religiosas podrían indicar la necesidad de mejorar el acceso a recursos externos de apoyo y la promoción de la espiritualidad como un recurso de resiliencia.

Por otro lado, los valores que están por encima del 70%, resaltan áreas donde los estudiantes están experimentando factores protectores sólidos. Estos resultados sugieren que los jóvenes valoran la educación, tienen acceso adecuado a alimentos y se sienten arraigados en su identidad cultural y familiar. Esto puede indicar que estos factores contribuyen a su resiliencia y bienestar.

Comparar los valores de los estudiantes que puntuaron más alto en la escala con aquellos con valores más bajo tiene la finalidad de establecer una línea de comparación con los 3 puntajes que se ubican en los extremos de cada categoría. Al observar la siguiente figura se puede notar que el primero de los factores con mayor contraste entre las puntuaciones más bajas y las más altas, es la carencia de alimentos, la cual emerge como una variable que afecta significativamente no solo la resiliencia sino el bienestar y desarrollo general de la persona.

Figura 25  
Comparación de puntajes

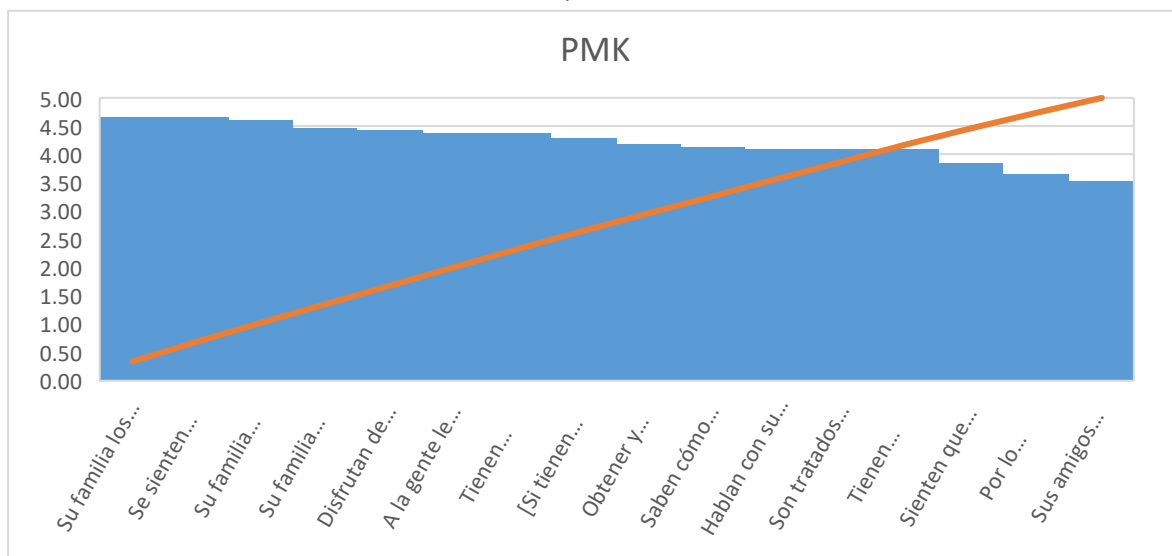


Fuente: Elaboración propia.

El segundo factor es el no sentirse orgulloso de su herencia. No sentirse orgulloso(a) de la herencia cultural puede tener un impacto significativo en el desarrollo de la resiliencia. Como tercer factor se evidencia hablar a su familia acerca de cómo se sienten. La falta de comunicación con la familia acerca de cómo se sienten puede tener varias consecuencias en el desarrollo de la resiliencia de un individuo. Por último, se puede identificar la incapacidad para resolver problemas sin recurrir a la autolesión o la agresión hacia otros, así como la falta de seguridad en presencia de la familia o encargados.

Para dar mayor validez a esta información, se muestra la escala PMK, aplicada a la persona más conocedora del joven.

Figura 26  
Datos de la escala persona más conocedora



Fuente: Elaboración propia.

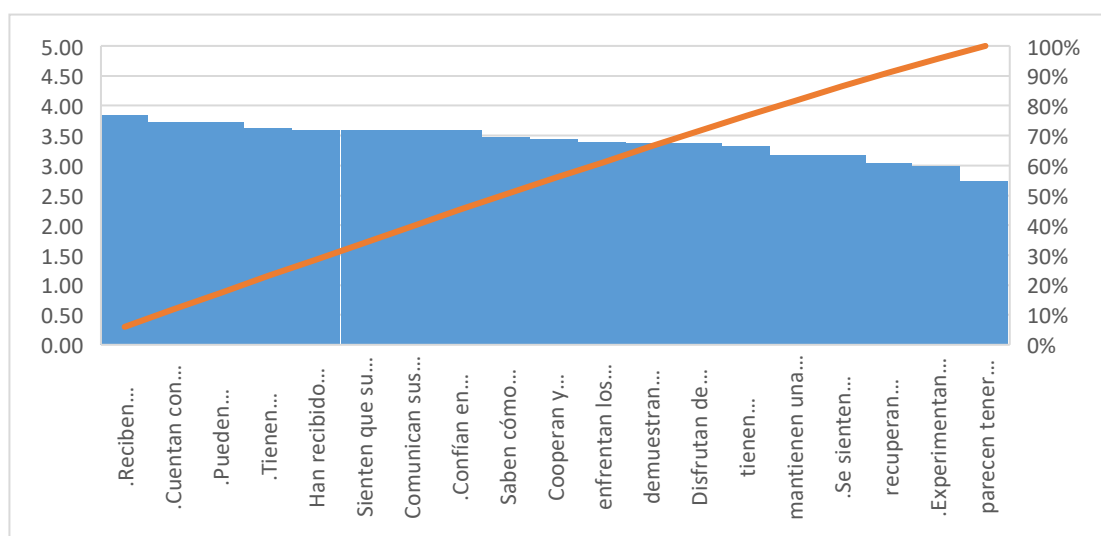
Los datos obtenidos a través de la escala PMK (Persona Más Conocedora del Joven) proporcionan información valiosa sobre la percepción de los padres y madres en relación con el desarrollo de la resiliencia de los jóvenes en su entorno familiar y social.

Es alentador observar que los valores que superan el 90%, como el respaldo de la familia durante los momentos difíciles y la sensación de seguridad en el entorno familiar, indican que la familia desempeña un papel fundamental en el sistema de apoyo.

Los valores por debajo del 70%, como la percepción de pertenencia a la comunidad y el apoyo de las amistades, señalan áreas de posible mejora en la red de apoyo social. La falta de un sentido sólido de pertenencia a la comunidad podría afectar su capacidad para buscar apoyo fuera del ámbito familiar en momentos de necesidad. Además, la importancia de la amistad y el apoyo entre pares en la adolescencia es evidente.

Con respecto a la percepción de la población del cuerpo docente, identifican como los factores de mayor recurrencia, el recibir respaldo y apoyo de su familia en momentos difíciles, contar con el apoyo constante de las amistades y que pueden aplicar sus habilidades en diversas áreas de su vida. Estos factores se ubican entre el 70 y 80% y por debajo del 60 % . Entre los de menor recurrencia, se encuentran: parecen tener sentido de control sobre sus vidas, experimentan un trato justo y equitativo en su comunidad y se recuperan rápidamente después de enfrentar dificultades académicas o personales.

Figura 27  
Percepción docentes sobre resiliencia.



Fuente: Elaboración propia.

Con respecto los factores con mayor recurrencia (70% - 80%) es evidente notar que el recibir respaldo y apoyo de su familia en momentos difíciles destaca la importancia del apoyo familiar en la vida de los estudiantes. También emerge con

fuerza el contar con el apoyo constante de los amigos y las amigas. Por último, se destaca que pueden aplicar sus habilidades en diversas áreas de su vida.

Con referencia a los Factores con menor recurrencia (por debajo del 60%) los estudiantes parecen no tener suficiente sentido de control sobre sus vidas, este factor sugiere que algunos estudiantes pueden sentir que tienen un control limitado sobre su vida, lo que podría afectar su capacidad para afrontar desafíos. De igual manera destaca entre los de menor recurrencia el no experimentar un trato justo y equitativo en su comunidad. También sobresale en este grupo las bajas puntuaciones sobre recuperarse rápidamente después de enfrentar dificultades académicas o personales.

En el análisis cualitativo de los datos recopilados en esta investigación, se han identificado una serie de elementos y rasgos que los jóvenes consideran como componentes clave de su resiliencia:

- a. **Enfoque en Metas y Logros:** Los jóvenes resaltan la importancia de dirigir su atención y esfuerzos hacia el logro de metas personales. Este enfoque proactivo les brinda un sentido de propósito y motivación para superar obstáculos.
- b. **Expresión emocional:** La capacidad de expresar sus emociones a personas de confianza emerge como un factor crucial. Al compartir sus sentimientos, los jóvenes encuentran apoyo emocional y una vía para procesar sus experiencias.
- c. **Autoconcepto positivo:** Mantener una imagen positiva de sí mismos es fundamental para la resiliencia. Los jóvenes que valoran su propio potencial y autoestima están mejor preparados para enfrentar desafíos.
- d. **Ampliación de redes sociales:** La expansión de su círculo social y la participación en actividades sociales y de voluntariado les proporciona conexiones significativas que contribuyen a su resiliencia.
- e. **Confianza en adultos de apoyo:** La confianza en adultos significativos en sus vidas, como mentores o figuras de apoyo, juega un papel vital en la resiliencia de los jóvenes.



- f. **Persistencia y mejora continua:** La perseverancia y la disposición para seguir esforzándose, incluso ante el fracaso inicial, son rasgos resaltados. La mejora constante de habilidades es una estrategia valiosa.
- g. **Perspectiva y visión a futuro:** Los jóvenes resaltan la importancia de mantener una perspectiva amplia y una visión a futuro, lo que les ayuda a superar los obstáculos actuales con la confianza en un mañana mejor.
- h. **Pensamiento analítico y solucionador:** La capacidad de analizar situaciones y buscar alternativas y soluciones efectivas es una habilidad que respalda su resiliencia.
- i. **Bienestar físico y mental:** El cuidado de su bienestar físico, incluida la alimentación saludable, el ejercicio y el descanso adecuado, se considera esencial.
- j. **Intereses y pasiones:** Cultivar intereses y pasiones personales les brinda satisfacción y un sentido de identidad que fortalece su resiliencia.
- k. **Fe y propósito:** La fe y la percepción de un propósito en la vida también se destacan como factores que impulsan su resiliencia y les fortalecen en momentos de difíciles.
- l. **Experiencia pasada:** La capacidad de reflexionar sobre desafíos superados en el pasado les proporciona confianza en su capacidad para enfrentar desafíos futuros.
- m. **Ayuda y enseñanza:** Brindar ayuda a las demás personas y participar en la enseñanza se considera beneficioso para su resiliencia al experimentar la satisfacción de contribuir a la comunidad.

#### 7.5.1. Resumen de hallazgos

##### a. Estudiantes:

- Más del 50% de los estudiantes muestran buena resiliencia.
- Necesidad de mejorar la comunicación familiar y el conocimiento de recursos de apoyo en la comunidad.

**b. Factores clave en la resiliencia estudiantil:**

- Influencia positiva de la valoración de la educación, acceso a alimentos y conexión con la cultura y familia.
- Desafíos relacionados con la comunicación familiar, acceso a recursos externos y participación en actividades religiosas.

**c. Comparación entre estudiantes con alta y baja resiliencia:**

- Estudiantes resilientes muestran conciencia de su desarrollo, autoevaluación positiva, habilidades sociales y orgullo en su herencia cultural.
- Estudiantes con baja resiliencia pueden carecer de estas habilidades.

**d. Percepción de los padres y madres:**

- Padres ven fuerte respaldo familiar y seguridad en el hogar en jóvenes resilientes.
- Necesidad de mejorar la pertenencia a la comunidad y el apoyo de amigos.

**e. Percepción de los Docentes:**

- Respaldo familiar y apoyo de amigos son factores clave en la resiliencia de estudiantes.
- Retos en el sentido de control, percepción de trato justo y capacidad de recuperación.

**f. Estrategias**

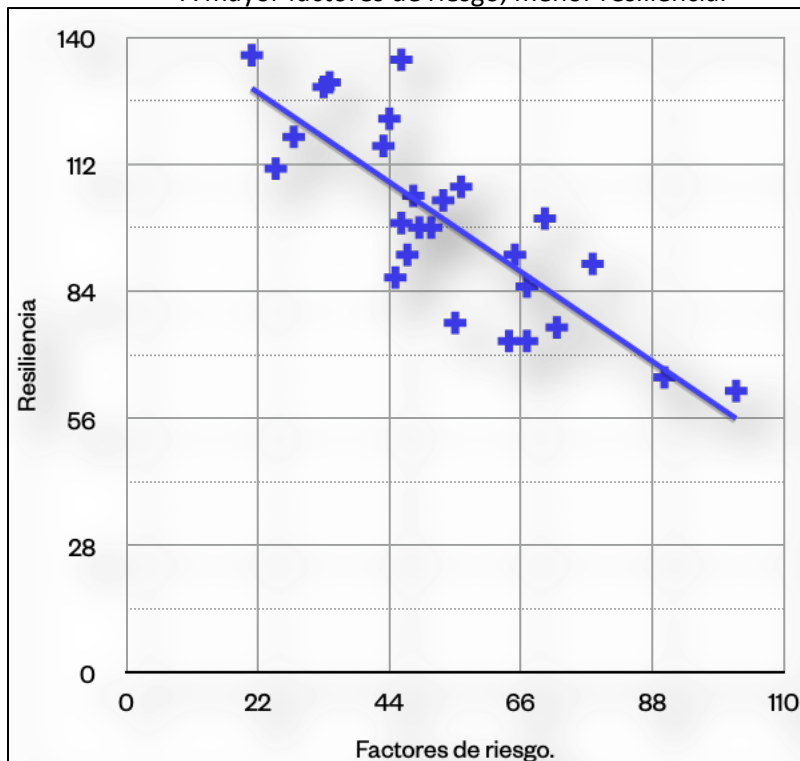
- Los jóvenes emplean estrategias como enfoque en metas, expresión emocional, autoconcepto positivo y cuidado de su bienestar físico y mental para fortalecer su resiliencia. También valoran la confianza en adultos de apoyo y la perspectiva a futuro.

## 7.6. Correlación de variables

### 7.6.1. A mayor factores de riesgo menor resiliencia

Figura 28

A mayor factores de riesgo, menor resiliencia.



Fuente: Elaboración propia.

riesgo, la resiliencia tiende a disminuir significativamente.

Este patrón es evidente al comparar ejemplos concretos de jóvenes en la muestra. Por ejemplo, un joven que obtiene una baja puntuación de 21 sobre 120 en factores de riesgo demuestra una notable resiliencia, con una puntuación de 136 sobre 140. En contraste, otro joven que puntúa más alto en factores de riesgo, con 102 sobre 120, muestra una disminución sustancial en su resiliencia, con una puntuación de solo 62 sobre 140. Estos resultados subrayan la importancia crítica de identificar y abordar los factores de riesgo en la vida de los jóvenes, ya que pueden tener un impacto significativo en su capacidad para enfrentar desafíos y adversidades con éxito.

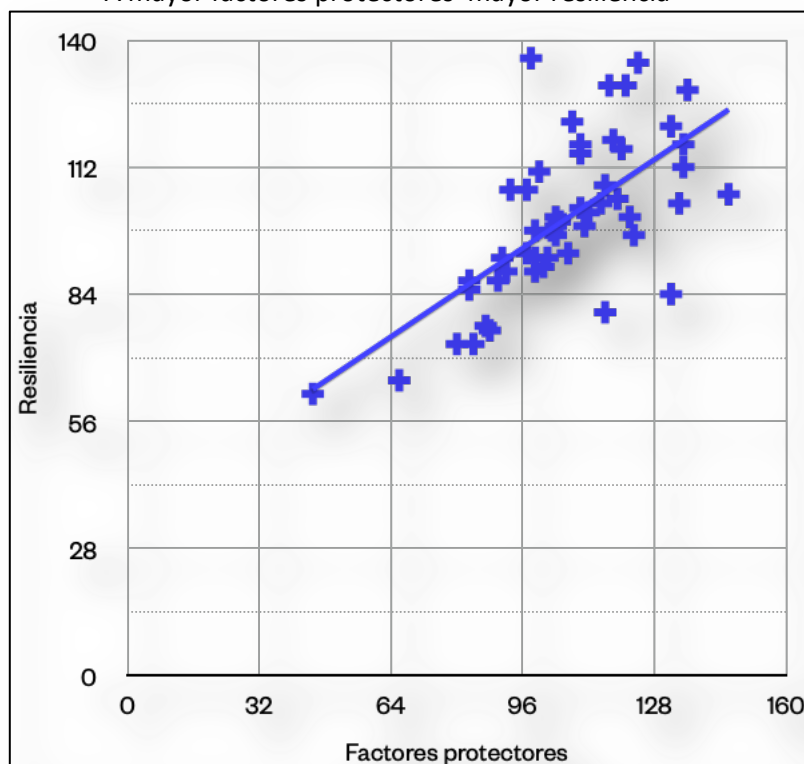
Los datos cuantitativos que se presentan en la gráfica demuestran que a mayor factores de riesgo menor resiliencia.

La gráfica revela una relación notable entre la presencia de factores de riesgo y los niveles de resiliencia en los jóvenes evaluados. De manera destacada, los datos muestran que a medida que aumenta la puntuación en factores de riesgo, la resiliencia tiende a disminuir.

### 7.6.2. A mayor factores protectores mayor resiliencia.

Figura 29

A mayor factores protectores mayor resiliencia



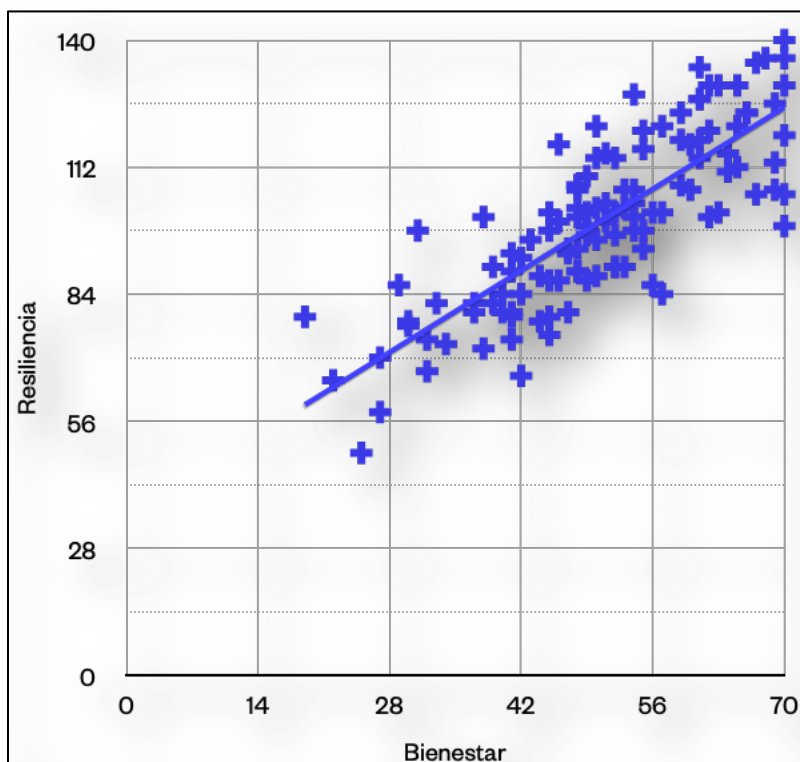
Fuente: Elaboración propia.

La gráfica revela una relación entre la presencia de factores protectores y los niveles de resiliencia en los jóvenes evaluados. Los datos muestran de manera consistente que a medida que aumenta la puntuación en factores protectores, la resiliencia tiende a aumentar significativamente.

Este patrón se ejemplifica con dos casos concretos en la muestra. Por un lado, un joven que obtiene una alta puntuación de 114 sobre 120 en factores protectores demuestra una destacada resiliencia, con una puntuación de 135 sobre 140. En contraste, otro joven que puntúa más bajo en factores protectores, con 61 sobre 120, muestra una resiliencia menor, con una puntuación de 70 sobre 140. Estos resultados resaltan la importancia crucial de fomentar y fortalecer los factores protectores en la vida de los jóvenes, ya que desempeñan un papel esencial en su capacidad para afrontar y superar desafíos con éxito. El apoyo familiar, el respaldo social y otros recursos protectores pueden ser elementos fundamentales para promover la resiliencia en la juventud.

### 7.6.3. A mayor resiliencia mayor bienestar.

Figura 30  
A mayor resiliencia mayor bienestar



Fuente: Elaboración propia.

La gráfica que muestra la relación entre los niveles de resiliencia y el bienestar de los jóvenes obtenidos con la *Escala de Bienestar Mental de Warwick-Edinburgh (WEMWBS)* ofrece una perspectiva esclarecedora.

Los datos demuestran de

manera concluyente que existe una correlación positiva entre la resiliencia y el bienestar. En otras palabras, a medida que aumenta la resiliencia, también lo hace el bienestar. Este vínculo se ejemplifica con dos casos en la muestra. Por un lado, tenemos a un joven que obtiene una puntuación relativamente baja de 22 sobre 70 en bienestar, lo que refleja un nivel de bienestar reducido. Sin embargo, este mismo joven demuestra una resiliencia deficiente, con una puntuación de 65 sobre 140. Por otro lado, un joven que puntúa la puntuación máxima de 70 sobre 70 en bienestar también alcanza una resiliencia máxima, con una puntuación de 140 sobre 140.

Estos resultados sugieren que los jóvenes que desarrollan altos niveles de resiliencia tienden a experimentar un mayor bienestar en sus vidas. La resiliencia les brinda las herramientas y estrategias necesarias para enfrentar y superar los desafíos, lo que a su vez contribuye a una sensación general de bienestar. Esto

implica que las intervenciones y programas diseñados para fortalecer la resiliencia en los jóvenes pueden tener un impacto positivo no solo en su capacidad para superar dificultades, sino también en su calidad de vida en términos de bienestar emocional y psicológico.

### **7.7. Estrategias de Intervención.**

Con respecto a las estrategias de intervención, se desarrolló una estrategia puntual que consistió en habilitar espacios formativos con un grupo control de estudiantes de 11<sup>mo</sup> año durante 6 semanas, con 2 sesiones semanales. En el periodo del 28 de agosto al 06 de octubre. Se diseñó esta estrategia con el propósito de abordar aspectos específicos relacionados con la resiliencia de los jóvenes y su bienestar emocional. A continuación, se presentan brevemente los temas desarrollados en el programa.

**Objetivo:** Proporcionar a los jóvenes de 11<sup>mo</sup> año herramientas que contribuyan al fortalecimiento de sus procesos de resiliencia, fomentando la identificación y gestión de factores de riesgo y protectores, el desarrollo de habilidades emocionales y sociales, y el compromiso con propósitos significativos.

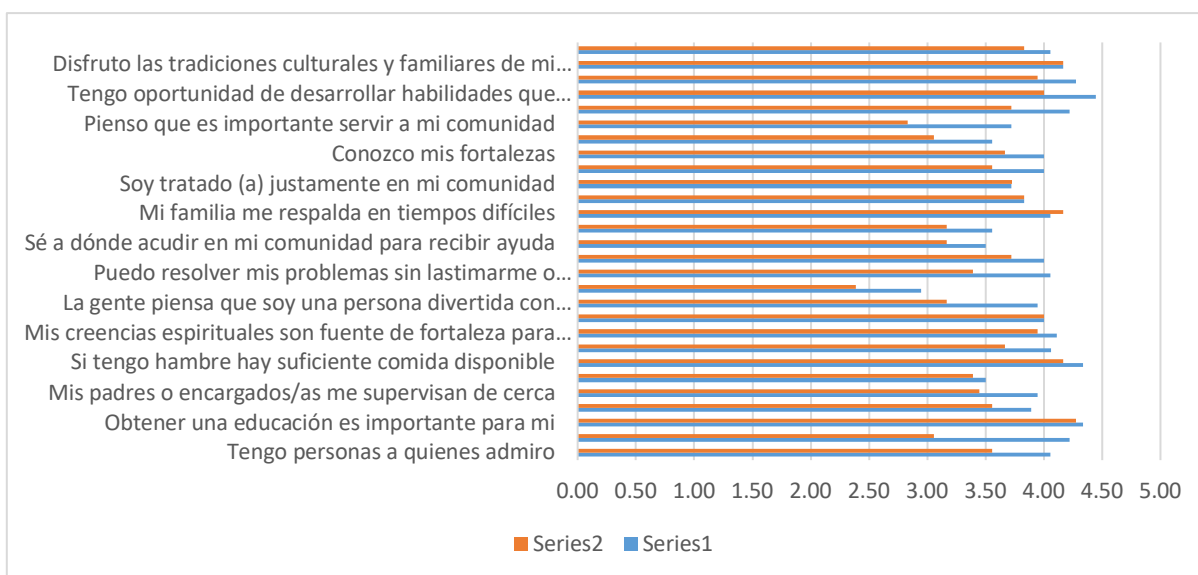
- a. **Mis factores de riesgo y mis factores protectores:** Esta estrategia permitió a los jóvenes identificar y comprender los factores que podrían representar desafíos para su resiliencia, al mismo tiempo que reconocían las fuentes de apoyo y protección en sus vidas.
- b. **Cultivando la Felicidad:** En este espacio formativo, se enfocó en ayudar a los estudiantes a identificar los momentos que les brindan mayor alegría en diferentes ámbitos, como la familia, el servicio a los demás, la comunidad, las amistades, la fe y sus sentidos. La teoría subyacente se basa en la idea de las emociones positivas, donde se reconoce que somos capaces de programar estas emociones a través de acciones y actividades en nuestra vida diaria. El énfasis radicó en la importancia de diseñar el día a día de manera consciente, incorporando estos elementos clave para cultivar la felicidad y el bienestar.

- c. **Los colores de mi vida:** Ampliar la comprensión y gestión de las emociones es esencial para la resiliencia. Esta estrategia ayudó a los jóvenes a explorar y expresar sus emociones de manera saludable y a planear las emociones que desean generar y cómo pueden hacerlo
- d. **El semáforo del estrés:** Proporcionar herramientas para identificar y gestionar el estrés es fundamental para la resiliencia. Esta estrategia permitió a los jóvenes reconocer los niveles de estrés y aplicar técnicas de afrontamiento.
- e. **Modelo ABC:** La identificación y modificación de patrones de pensamiento negativo contribuye a la resiliencia. Esta estrategia ayudó a los jóvenes a comprender cómo sus pensamientos influyen en sus emociones y comportamientos.
- f. **Reformulando pensamientos:** Continuando con la gestión del pensamiento, esta estrategia les proporcionó herramientas para cambiar pensamientos negativos por otros más positivos y constructivos.
- g. **Diario de eventos positivos:** Fomentar el enfoque en experiencias positivas y logros puede fortalecer la autoestima y el optimismo, así como dirigir el foco de atención a las experiencias positivas, personas significativas y actividades que disfrutan, aspectos clave de la resiliencia.
- h. **Ranking de felicidad:** Al evaluar y clasificar su propio bienestar, los jóvenes pueden tomar conciencia de las áreas que requieren atención y mejora.
- i. **Los 5 factores del bienestar:** Explorar áreas como la conexión social, la actividad física, la atención plena, el aprendizaje, el servicio y el compartir experiencias puede enriquecer la vida y aumentar la resiliencia.
- j. **Resolución de problemas:** Adquirir habilidades para abordar desafíos de manera efectiva es esencial para la resiliencia. Esta estrategia les proporcionó un marco para enfrentar problemas de manera constructiva.
- k. **Mi mapa de sueños y propósitos:** Ayudar a los jóvenes a establecer metas y propósitos en la vida les brinda un sentido de dirección y motivación, aspectos fundamentales de la resiliencia.
- l. **Bibliografía sobre resiliencia:** Discutir y confrontar con los jóvenes literatura y biografías sobre resiliencia, como "La bailarina de Auschwitz" y "El hombre en

busca de sentido", que les ofrece perspectivas y herramientas adicionales para fortalecer su resiliencia.

La figura N°.31 muestra las mejoras significativas en diversas áreas después de la aplicación del programa, lo cual es un indicador claro de la efectividad de la intervención. Las áreas que presentan un mayor rango de cambio se describen a continuación.

Figura 31  
Escala de resiliencia antes y después de la implementación de estrategias



Fuente: Elaboración propia.

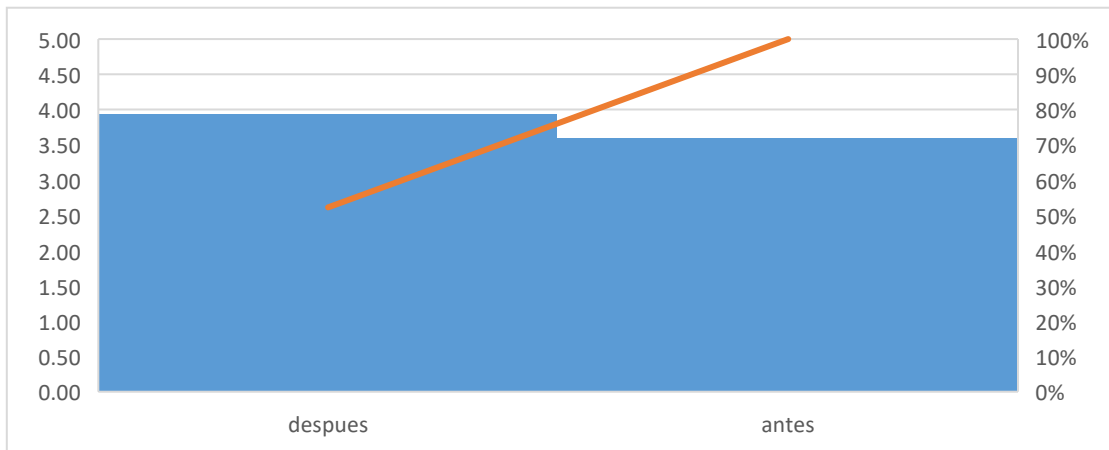
- **Cooperar con la gente que me rodea:** El aumento en la capacidad de cooperar con los demás es un indicador positivo de desarrollo de habilidades sociales y la disposición para trabajar en equipo. Esto sugiere que los jóvenes han mejorado en su capacidad para relacionarse y colaborar con sus compañeros y miembros de la comunidad.
- **Servir a la comunidad:** El incremento en el deseo y la capacidad de servir a la comunidad es un signo alentador de la creciente conciencia cívica y la disposición para contribuir al bienestar de otros, lo que puede fomentar un sentido de pertenencia y responsabilidad hacia la sociedad. La importancia del servicio a otros radica en el hecho de que nos hace sentir valiosos y capaces de aportar un bien al prójimo. La capacidad de servir viene acompañada de una



recompensa emocional significativa, ya que, según varios estudios, aumenta nuestro estado de ánimo, mejora la autoestima, fortalece el autoconcepto y la percepción de la propia eficacia. Además, añade una dimensión de propósito y significado a la vida al contribuir al bienestar de la comunidad.

- **Resolver mis problemas sin lastimarme o lastimar a otros:** Esta mejora indica un progreso significativo en la resolución de conflictos y la gestión de emociones asertivamente. Los jóvenes están aprendiendo a abordar sus problemas de manera más constructiva, evitando dañarse a sí mismos o a otros en el proceso.
- **Pensar que soy una persona con la que es agradable estar:** El aumento en la percepción positiva de sí mismos en términos de su atractivo social es un indicador de una mayor autoestima y autoconfianza. Esto puede tener un impacto positivo en su bienestar emocional y relaciones interpersonales.
- **Desarrollar habilidades que me serán útiles en el futuro:** La adquisición de habilidades prácticas y útiles para el futuro es esencial para la preparación de los jóvenes para la vida adulta. Esta mejora sugiere que el programa ha tenido éxito en capacitar a los jóvenes con habilidades que les serán beneficiosas en sus futuras carreras y vidas personales. A medida que se desarrollan estas habilidades, las personas adquieren un repertorio más amplio para descubrir y perseguir sus propósitos. Estas habilidades se convierten en un vehículo que las impulsa hacia el logro de metas y sueños, actuando como una brújula que las motiva a cultivar las destrezas necesarias para alcanzar sus objetivos. Los sueños ejercen una fuerza motivadora extraordinaria, ya que inspiran a las personas a encontrar significado y propósito en la vida, considerando cada experiencia como una valiosa oportunidad de aprendizaje que contribuye significativamente a su crecimiento personal.

Figura 32  
Porcentaje de mejora en escala de resiliencia



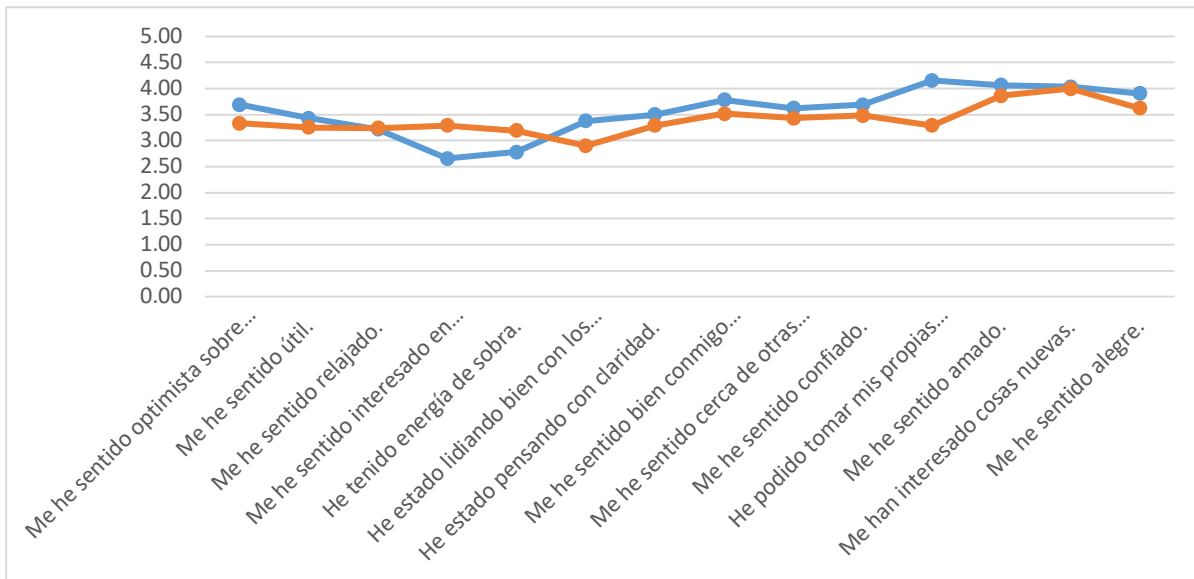
Fuente: Elaboración propia.

La figura N.º32 muestra un aumento de aproximadamente un 10% en el nivel de resiliencia. Es un resultado alentador de la intervención, dado que sugiere que los participantes experimentaron mejoras en su capacidad para enfrentar desafíos y adversidades, a pesar de haber sido a corto plazo se pudieron ver los efectos positivos.

Un aumento en la resiliencia puede traducirse en una mayor capacidad para recuperarse de situaciones difíciles, mantener una perspectiva positiva y desarrollar estrategias efectivas para enfrentar problemas. Esto es particularmente importante en la adolescencia, una etapa de la vida que a menudo presenta desafíos emocionales y sociales.

En cuanto a la mejora en los puntos de bienestar, es un indicador igualmente positivo. Un aumento en el bienestar general puede manifestarse en una mayor satisfacción con la vida, una actitud más positiva hacia uno mismo y las demás personas, y una mayor sensación de felicidad y propósito en la vida. Estos cambios son fundamentales para el desarrollo positivo de los jóvenes y pueden tener un impacto significativo en su bienestar a largo plazo.

Figura 33  
Niveles de mejora en la escala de Bienestar



Fuente: Elaboración propia.

Estos resultados respaldan la efectividad del programa de intervención en la mejora de la resiliencia y el bienestar de los participantes. El aumento en la resiliencia puede proporcionar a los jóvenes las herramientas necesarias para superar desafíos, mientras que la mejora en el bienestar contribuye a su satisfacción general con la vida.

Es notable que los puntos en los que se observaron las mayores mejoras son "He podido tomar mis propias decisiones" y "Me siento optimista sobre el futuro". Estos resultados son particularmente significativos, ya que indican un aumento en la autonomía y la confianza en uno mismo, así como una perspectiva más positiva hacia lo que les depara el futuro a los participantes.

Una experiencia particularmente destacable es la feria creativa "The Crazy Town," que se lleva a cabo en el colegio. Este evento proporciona a los estudiantes un espacio valioso para aplicar sus conocimientos, talentos y habilidades de liderazgo. La organización y liderazgo de esta feria, por parte de los propios estudiantes, les brindó un sentido de propósito, eficacia y autoconfianza. Les permitió creer en la

fuerza de sus propias capacidades y talentos, lo que es esencial para el desarrollo de la resiliencia.

En los datos obtenidos de las escalas de observación en el colegio, uno de los aspectos más notables es la participación activa de los estudiantes en equipos deportivos y talleres de música, danza, pintura, canto y baile ofrecidos por la institución educativa. Esta interacción diversificada contribuye a la creación de un clima educativo positivo, caracterizado por la colaboración y el apoyo mutuo. Además, eventos como las noches culturales, que involucran a la comunidad y la familia extendida de los jóvenes, fortalecen el sentimiento de cohesión y pertenencia, lo que a su vez impacta positivamente en su resiliencia.

### 7.7.1. Principales hallazgos

- a. **Mejoras en la resiliencia:** Después de la aplicación del programa de intervención, se observó un aumento de aproximadamente el 10% en el nivel de resiliencia de los participantes. Esto indica que los jóvenes experimentaron mejoras en su capacidad para enfrentar desafíos y adversidades.
- b. **Mejoras en el bienestar:** También se observaron mejoras en los puntos de bienestar general de los participantes. Esto incluye una actitud más positiva hacia uno mismo y los demás y una mayor satisfacción y propósito en la vida, así como una mayor sensación de felicidad.
- c. **Autonomía y optimismo:** Los puntos en los que se observaron las mayores mejoras fueron "He podido tomar mis propias decisiones" y "Me siento optimista sobre el futuro". Estos resultados son especialmente significativos, ya que indican un aumento en la autonomía y la confianza en uno mismo, así como una perspectiva más positiva hacia el futuro.

Las estrategias interconectadas abarcan diferentes niveles en el sistema educativo, contribuyen al desarrollo de habilidades y talentos individuales y también fomentan la autoestima, la colaboración y la confianza en uno mismo, elementos cruciales en la construcción de una resiliencia sólida y duradera en los estudiantes.

## 8. Discusión

En esta investigación, se ha examinado las Experiencias Adversas en la Adolescencia en el contexto de los estudiantes del Colegio María Auxiliadora de Masatepe y cómo estas experiencias se relacionan con su bienestar y desarrollo. De acuerdo con la bibliografía consultada, las personas que han experimentado cuatro o más ACE responden a la adversidad con un nivel de stress más profundo. Al respecto, Hughes (2020), indica que estas experiencias traumáticas se han relacionado con una amplia gama de efectos negativos en la salud y el bienestar a lo largo de la vida, incluyendo afecciones de salud física y psicológicas, así como un mayor riesgo de delincuencia juvenil.

La mayoría de los estudiantes no han estado expuestos a un número perjudicial de experiencias adversas. Sin embargo, se debe prestar especial atención a los que han experimentado más de 4 ACE, ya que tienen un riesgo significativo de enfrentar consecuencias desfavorables en su desarrollo social y psicológico debido a la exposición a un mayor número de ACE (Anda *et al.*, 2006).

Entre las ACE más comunes reportadas se encuentra la separación de los padres y madres, ya sea divorcio o migración, emerge como la experiencia adversa más prevalente. Este hallazgo es congruente con la teoría de la desintegración familiar (Bowlby, 1973), que sugiere que la separación de los padres y madres puede ser una fuente de angustia emocional y desafíos en la comunicación intrafamiliar. De hecho, los resultados también indican que la falta de apoyo emocional y los conflictos familiares son preocupaciones importantes, lo que se alinea con teorías sobre la importancia de las relaciones familiares en el desarrollo de los adolescentes (Bronfenbrenner, 1979).

Además, el bullying es identificado como una experiencia adversa común. Este hallazgo se relaciona con la teoría de la exclusión social (Olweus, 1993), que destaca cómo el acoso escolar puede dejar a los adolescentes sintiéndose excluidos y emocionalmente vulnerables. Los resultados refuerzan la idea de que la sensación de exclusión social es un factor de riesgo importante en esta población,

lo que se alinea con las teorías de la psicología social (Baumeister y Leary, 1995). Asimismo, los problemas de comunicación identificados en el hogar pueden verse como una manifestación de la incapacidad de los estudiantes para expresar sus emociones de manera efectiva, lo que es consistente con el marco teórico que enfatiza la importancia de la comunicación en el entorno familiar (McCubbin y McCubbin, 1989).

En lo que respecta a las manifestaciones de ACE, los hallazgos subrayan la alta frecuencia de problemas de salud, como dolores de cabeza frecuentes, alteraciones del sueño y falta de energía. Estos problemas de salud ya están afectando a la población estudiantil, lo que corrobora teorías sobre cómo el estrés crónico y la exposición a ACE pueden afectar negativamente la salud física (Shonkoff *et al.*, 2012). Además, la intensificación de estos problemas de salud después del COVID-19 resalta la necesidad de abordar las consecuencias a largo plazo de las ACE en un contexto de estrés adicional (Felitti *et al.*, 2019).

Con respecto a los dolores de cabeza de tipo tensional, a menudo referidos como dolores de cabeza por estrés. Nihir Shah y Sajid Hameed (2023), indican que son causados por contracciones musculares, especialmente cuando una mala postura provoca rigidez muscular, el estrés puede empeorar estos dolores de cabeza al interrumpir los patrones de sueño, aumentar la fatiga y activar el sistema nervioso simpático. Además, el estrés puede desencadenar cambios vasculares en el cerebro, ya que el cerebro libera ciertas sustancias químicas durante el estrés emocional, que pueden provocar dolores de cabeza: después de que termina el período de estrés, el cerebro libera neurotransmisores que afectan a los vasos sanguíneos, esto provoca la constricción y luego la dilatación de los vasos sanguíneos, lo que resulta en un dolor de cabeza.

Estos hallazgos respaldan los datos del presente estudio, donde los adolescentes informan sufrir frecuentes dolores de cabeza en un alto porcentaje. Lo cual sugiere que el estrés, como respuesta a las experiencias adversas, podría estar contribuyendo a la prevalencia de los dolores de cabeza en esta población. Por lo tanto, comprender cómo las experiencias adversas y el estrés están interconectados

y cómo afectan la resiliencia de los adolescentes se vuelve esencial para abordar eficazmente este problema de salud que ya se está generando. La alta prevalencia de dolores de cabeza, problemas de sueño, falta de energía hace evidente que los problemas de salud como consecuencia de las experiencias adversas, no se manifestarán a largo plazo, sino que ya se están manifestando.

Este análisis de datos favorece una visión preocupante de las Experiencias Adversas en la Adolescencia y sus consecuencias en el entorno del Colegio María Auxiliadora. Los resultados revelan que muchos de los estudiantes han experimentado múltiples ACE, lo que los coloca en un riesgo significativo de enfrentar desafíos en su desarrollo social y psicológico.

Los desafíos emocionales son evidentes, los estudiantes informan la experiencia frecuente de ansiedad, miedo y pensamientos negativos. Estos desafíos emocionales están relacionados con la presión académica, el acoso escolar, problemas familiares, tal como se discute en el marco teórico en relación con los efectos de las ACE en la salud mental y emocional (Perry, 1994; Turner *et al.*, 2010).

Estos hallazgos subrayan la importancia de abordar las ACE y sus efectos en el bienestar de los estudiantes. La desintegración familiar, el bullying y los problemas de salud son áreas críticas que requieren atención y estrategias de intervención para promover la resiliencia y el bienestar de los jóvenes, y los resultados subrayan la necesidad de intervenciones efectivas que aborden estas experiencias adversas y mitiguen sus impactos a lo largo del ciclo de vida de los individuos.

Los resultados de este estudio revelan que la baja autoestima y los problemas de comunicación son factores de riesgo individuales significativos entre los adolescentes del Colegio María Auxiliadora. Estos hallazgos pueden conectarse con teorías que exploran cómo las experiencias adversas en la adolescencia, como las ACE, pueden tener un impacto duradero en el bienestar psicológico.

La investigación, como el estudio de Hughes (2017) publicado en la revista "Child Abuse y Neglect," respalda la conexión entre ACE y la baja autoestima. Hughes y su equipo encontraron que los adolescentes que han experimentado ACE tienen

una probabilidad significativamente mayor de informar niveles más bajos de autoestima. Esto sugiere que las ACE pueden afectar negativamente la percepción de sí mismo en los adolescentes, lo que se alinea con la baja autoestima identificada como factor de riesgo en este estudio. Estos hallazgos respaldan la idea de que la baja autoestima es uno de los factores de riesgo individuales más significativos y que está relacionada con las experiencias adversas en la adolescencia.

La investigación también destaca problemas de comunicación, conflictos familiares y la falta de apoyo emocional como factores de riesgo familiares críticos. Estos resultados se conectan con teorías que subrayan la importancia de las relaciones familiares en el desarrollo de los adolescentes.

El marco teórico basado en las ideas de Bronfenbrenner (1979), destaca cómo el entorno familiar influye en el desarrollo de los adolescentes. La falta de apoyo emocional, los conflictos familiares y los problemas de comunicación están en consonancia con esta teoría, que enfatiza cómo las interacciones familiares pueden tener un impacto profundo en el bienestar de los adolescentes.

Los resultados señalan dificultades en la gestión de conflictos y la sensación de exclusión social como factores de riesgo sociales destacados. Estos hallazgos pueden vincularse con teorías de la psicología social y la exclusión social.

Los problemas de gestión de conflictos se conectan con las teorías de la psicología social (Baumeister y Leary, 1995), que sugieren que las dificultades en las interacciones sociales pueden tener un impacto negativo en la autoimagen y la salud emocional de los adolescentes.

Los datos de esta investigación refuerzan la convincente evidencia presentada por expertos como Julianne Holt-Lunstad, cuyo meta análisis ha arrojado luz sobre los profundos riesgos para la salud asociados con la desconexión social. Establecer paralelos entre los efectos perjudiciales del aislamiento social y los riesgos para la salud son similares a fumar 15 cigarrillos al día o lidiar con un trastorno por consumo de alcohol, esto subraya la gravedad de los hallazgos en la presente investigación.



Además, se enfatiza que la soledad y el aislamiento social superan incluso a la obesidad en cuanto a su impacto adverso en el bienestar físico y mental acentúa la urgencia de abordar estos problemas. Esta investigación destaca de manera efectiva la necesidad crítica de intervenciones centradas en fomentar conexiones sociales sólidas y redes de apoyo entre los adolescentes. Tales iniciativas tienen el potencial de desempeñar un papel fundamental en mejorar su bienestar general y su capacidad de resiliencia, especialmente cuando se enfrentan a experiencias adversas.

La falta de espacios recreativos se identifica como un factor de riesgo en el entorno. Esta preocupación se relaciona con teorías sobre cómo el entorno físico y social puede influir en el desarrollo de los adolescentes. La teoría del desarrollo ecológico de Bronfenbrenner (1979), enfatiza la importancia del entorno en el desarrollo de los adolescentes. La carencia de espacios recreativos refleja cómo la falta de oportunidades para la recreación y la interacción social puede afectar el bienestar de los adolescentes. Esta teoría sostiene que un entorno enriquecedor y accesible es crucial para el desarrollo saludable de los adolescentes, lo que respalda la preocupación por la falta de espacios recreativos como factor de riesgo en este estudio.

Con respecto a los factores protectores los resultados revelan una serie de hallazgos significativos que resaltan la importancia de los factores protectores en el desarrollo de la resiliencia en los jóvenes. Uno de los resultados más destacados de este estudio es el papel fundamental del apoyo familiar en el fortalecimiento de la resiliencia de los jóvenes. Los jóvenes que experimentan un alto nivel de apoyo de sus padres y la participación activa de estos en sus vidas muestran una mayor capacidad para afrontar desafíos. Esto se alinea con teorías contemporáneas del apego, como la teoría del apego socioemocional de Mikulincer y Shaver (2016), que subraya la importancia de las relaciones seguras y de apoyo con los padres y madres. Esta base emocional sólida proporciona a los jóvenes las habilidades necesarias para autorregular sus emociones y comportamientos, lo que, a su vez, fortalece su resiliencia.

Otro hallazgo significativo es la tendencia de los jóvenes a establecer metas y sueños para sus vidas. Esta habilidad de fijar metas personales es un impulsor clave de la resiliencia en los jóvenes de Nicaragua. Se relaciona con teorías modernas de la motivación, como la teoría de la autodeterminación de Ryan y Deci (2017), que enfatiza la importancia de la motivación intrínseca para el desarrollo de habilidades y la consecución de objetivos. Además, se alinea con la teoría del optimismo de Seligman (2018), que destaca cómo mantener una perspectiva positiva del futuro puede ayudar a los jóvenes a enfrentar desafíos con una actitud constructiva y persistente.

El estudio revela que la percepción de una educación de calidad es altamente valorada por los jóvenes en Nicaragua. Esto refuerza su autoestima y les proporciona herramientas cognitivas y socioemocionales esenciales para su desarrollo personal y éxito futuro. Estos hallazgos se alinean con teorías contemporáneas del capital humano, como la teoría de la inversión en capital humano de Heckman (2007), que subraya la importancia de la educación y el desarrollo de habilidades para el éxito a largo plazo. Además, la teoría de la autoeficacia de Bandura (2012) destaca que una educación de calidad fortalece la creencia de que los jóvenes son capaces de lograr sus metas, contribuyendo a su desarrollo personal y éxito futuro.

La importancia de las relaciones interpersonales y la participación en actividades comunitarias se destaca como elementos clave en el fomento del bienestar emocional y la resiliencia de los jóvenes en Nicaragua. Estos factores protegen y fortalecen su capacidad para afrontar desafíos. Estos hallazgos están respaldados por teorías actuales de la pertenencia, como la teoría de la pertenencia de Baumeister y Leary (2015), que resalta la necesidad innata de conexiones sociales y relaciones significativas. Además, la teoría del apoyo social de Cohen y Wills (2016) continúa enfatizando la importancia de contar con redes de apoyo sólidas para afrontar desafíos y superar situaciones estresantes.

Sobre la resiliencia, los hallazgos proporcionan una visión de cómo esta se relaciona con una serie de factores clave, tanto a nivel de los propios estudiantes como de

sus padres y docentes. Los estudiantes muestran un nivel adecuado de resiliencia. Este hallazgo refleja su capacidad para enfrentar y superar adversidades, lo que es fundamental para su bienestar y desarrollo. Según Smith *et al.* (2020), la resiliencia se manifiesta en la capacidad de adaptación positiva y el florecimiento a pesar de las dificultades, y los resultados son consistentes con esta definición. Sin embargo, se señala la necesidad de mejorar la comunicación familiar y la conciencia de los recursos de apoyo en la comunidad, lo que podría ayudar a elevar aún más los niveles de resiliencia. (Jones y Williams, 2018).

Los factores clave en la resiliencia estudiantil, como la valoración de la educación, el acceso a alimentos y la conexión con la cultura y la familia, son consistentes con la literatura científica. La valoración de la educación se relaciona directamente con el compromiso y la motivación de los estudiantes, como lo discute Johnson (2017). Además, la influencia positiva de la familia y la cultura en la resiliencia es respaldada por Masten (2014), quien enfatiza la importancia de los sistemas de apoyo y la herencia cultural en el desarrollo de la resiliencia.

El hecho de que los jóvenes informen que pueden tomar sus propias decisiones sugiere un crecimiento en su capacidad para ejercer el control sobre su vida y tomar medidas activas para lograr sus metas. Esta autonomía es un aspecto importante de la resiliencia, ya que les permite enfrentar desafíos de manera más efectiva y adaptarse a nuevas situaciones.

Por otro lado, el aumento en la sensación de optimismo hacia el futuro es una señal alentadora de que los jóvenes ven oportunidades y posibilidades en su camino. Este optimismo puede servir como un motivador poderoso para establecer metas y trabajar hacia ellas, lo que contribuye en gran medida a su desarrollo personal y resiliencia.

Con relación a los factores sociales y relacionales según Doll y Brehm (2010, p. 93): “La resiliencia en las aulas se considera como varios factores ecológicos o de

entorno que interactúan entre sí para promover fortalezas en las aulas y con el tiempo tienen resultados positivos en los estudiantes”.

La comparación entre estudiantes con alta y baja resiliencia revela diferencias significativas en términos de conciencia de su desarrollo, autoevaluación positiva, habilidades sociales y orgullo en su herencia cultural. Estos hallazgos están en línea con la investigación de Luthar (2015), que destaca la importancia de la autoconciencia y las habilidades sociales en la resiliencia. Además, el orgullo en la herencia cultural puede actuar como un factor de protección adicional (Williams *et al.*, 2019). La conciencia de estas diferencias podría ser útil para desarrollar estrategias específicas de apoyo para estudiantes con baja resiliencia.

Los jóvenes que participaron del estudio informan que pueden tomar sus propias decisiones sugiere un crecimiento en su capacidad para ejercer el control sobre su vida y tomar medidas activas para lograr sus metas. Esta autonomía es un aspecto importante de la resiliencia, ya que les permite enfrentar desafíos de manera más efectiva y adaptarse a nuevas situaciones. De igual manera el aumento en la sensación de optimismo hacia el futuro es una señal alentadora de que los jóvenes ven oportunidades y posibilidades en su camino. Este optimismo puede servir como un motivador poderoso para establecer metas y trabajar hacia ellas, lo que contribuye en gran medida a su desarrollo personal y resiliencia.

Las percepciones de los padres y docentes son fundamentales para comprender los factores que influyen en la resiliencia de los estudiantes. La percepción de los padres y madres sobre el respaldo familiar y la seguridad en el hogar en jóvenes resilientes es coherente con la investigación de Embury (2014), que destaca la importancia de los entornos familiares estables y seguros en la resiliencia. La necesidad de mejorar la pertenencia a la comunidad y el apoyo de amigos, mencionada por los padres y madres, coincide con la literatura que enfatiza la importancia de las redes de apoyo sociales (Ungar, 2011). Por otro lado, la percepción de los docentes sobre el respaldo familiar y el apoyo de amigos como factores clave en la resiliencia de los estudiantes también está respaldada por la literatura existente (Masten, 2006).

Las estrategias empleadas por los jóvenes para fortalecer su resiliencia, como el enfoque en metas, la expresión emocional, el autoconcepto positivo y el cuidado de su bienestar físico y mental, se alinean con la investigación de Rutter (2006) sobre las estrategias de afrontamiento. La confianza en adultos de apoyo y la perspectiva a futuro también se han identificado como factores clave para la resiliencia (Ungar, 2016). Estas estrategias son esenciales para empoderar a los jóvenes y les proporcionan herramientas para enfrentar, superar y resignificar situaciones difíciles.

Estos resultados son consistentes con la literatura científica existente y proporcionan información valiosa para el desarrollo de programas y políticas que fortalezcan la resiliencia en los jóvenes. La comprensión de la resiliencia desde una perspectiva sistémica, ofrece una base sólida para abordar de manera efectiva los desafíos que enfrentan y promover su bienestar y desarrollo continuo.

Con respecto a los resultados obtenidos después del programa de intervención, a pesar de no ser un estudio longitudinal los resultados son alentadores y sugieren que las estrategias de intervención diseñadas para mejorar la resiliencia en adolescentes pueden tener un impacto positivo y medible en su bienestar psicológico. Se presentan algunas consideraciones y puntos de discusión basados en los resultados mencionados:

- Los aumentos en la resiliencia son un indicador sólido de que las estrategias de intervención lograron su objetivo. Puede ser valioso explorar más a fondo cómo estas estrategias están fortaleciendo la capacidad de los adolescentes para afrontar desafíos.
- Mejoras en el bienestar: Las mejoras en el bienestar general, incluida la satisfacción con la vida, la actitud positiva y la sensación de felicidad, son esenciales. Lo cual sugiere que el desarrollo de la resiliencia implica una mejora en su calidad de vida en general.
- Autonomía y optimismo: Los cambios en la percepción de autonomía y optimismo son significativos, ya que estos factores pueden influir en el éxito futuro y la capacidad de afrontar desafíos.

La continuidad de estos resultados a largo plazo requiere un proceso de seguimiento para constatar si estas mejoras en la resiliencia y el bienestar se mantienen a largo plazo, si persisten estos efectos positivos en los adolescentes después de un período considerable de tiempo. Esto es importante para evaluar la durabilidad de las estrategias de intervención. Dado que las intervenciones pueden tener un impacto positivo en la resiliencia y el bienestar, la personalización y la adaptación de las intervenciones a las circunstancias y características de cada participante pueden aumentar aún más su efectividad.

La influencia positiva de la ayuda espiritual en el bienestar plantea la cuestión de si las estrategias de intervención deberían incorporar elementos espirituales o de desarrollo personal. Esto podría incluir la promoción de la autoaceptación y la definición de metas y proyectos personales. Estos hallazgos subrayan la importancia de implementar estrategias de intervención que mejoren la resiliencia y el bienestar de los adolescentes. Sin embargo, es fundamental seguir investigando y adaptando estas estrategias para garantizar su eficacia a largo plazo y su capacidad de abordar las necesidades individuales de los jóvenes en diferentes contextos. La combinación de enfoques de afrontamiento, mejora de la autoestima, apoyo social y aspectos espirituales puede contribuir a un bienestar emocional más sólido y al desarrollo de resiliencia en los adolescentes.

La promoción de la resiliencia sistémica lleva a la comprensión de que, en el contexto educativo, un enfoque puntual de intervención no es suficiente para nutrir la resiliencia de los jóvenes (Smith, J. 2023). Más bien, se requiere un enfoque integral y conectado que abarque diferentes niveles dentro del sistema educativo. Las estrategias interconectadas, como la promoción de actividades deportivas, culturales y eventos participativos liderados por los estudiantes, ofrecen oportunidades excepcionales para fortalecer la resiliencia de los jóvenes. La resiliencia sistémica reconoce que el bienestar de los jóvenes está intrínsecamente relacionado con su entorno y las interacciones dentro de ese entorno, por lo tanto, promover la resiliencia requiere un enfoque holístico y colaborativo en todo el sistema educativo.

## CONCLUSIONES GENERALES

---

En conclusión, esta investigación sobre las Experiencias Adversas en la Adolescencia y su impacto en el bienestar y desarrollo de los estudiantes del Colegio María Auxiliadora de Masatepe ofrece una visión general de cómo diversos factores influyen en la resiliencia de la juventud. Los resultados subrayan la necesidad de una comprensión sistémica de la resiliencia, que reconozca la interconexión entre factores individuales, familiares, sociales y del entorno en la vida de los adolescentes.

La investigación logró cumplir con el objetivo general, que consistía en analizar la interacción entre las Experiencias Adversas en la Adolescencia y el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes de Secundaria del Colegio María Auxiliadora en la ciudad de Masatepe durante el segundo semestre de 2023.

Los hallazgos de este estudio proporcionan una visión integral de cómo las ACE influyen en la resiliencia de los adolescentes en el contexto educativo específico. Se ha identificado que la interacción entre estas experiencias adversas y la capacidad de sobreponerse a ellas no es un proceso lineal, sino un fenómeno dinámico que se ve afectado por una serie de factores.

La comprensión de esta interacción no solo proporciona una perspectiva esclarecedora sobre los desafíos que enfrentan los adolescentes del Colegio María Auxiliadora, sino que también destaca la importancia de implementar estrategias específicas para fortalecer la resiliencia en este grupo durante el segundo semestre de 2023. Estas estrategias deben abordar de manera específica las ACE presentes en el entorno educativo y considerar los factores protectores y de riesgo identificados en el análisis.

Este estudio ha proporcionado una valiosa perspectiva sobre la resiliencia en jóvenes, destacando que no se trata de un rasgo excepcional reservado para algunas personas privilegiadas, sino más bien una habilidad que todos los individuos pueden cultivar y desarrollar. Como lo expresó Masten (2001) de manera

elocuente, la resiliencia se origina en la "magia cotidiana" de los recursos humanos normativos y comunes presentes en las mentes, cerebros y cuerpos de los jóvenes, así como en sus familias, sus escuelas y comunidades. Este enfoque subraya la importancia de crear ambientes enriquecedores en las esferas escolares, familiares y comunitarias, con el propósito de fortalecer la resiliencia desde una perspectiva preventiva.

Este estudio contribuye a la base de conocimientos sobre la resiliencia en adolescentes, ofreciendo información valiosa que puede guiar intervenciones educativas y políticas escolares para mejorar el bienestar y desarrollo de los estudiantes en el Colegio María Auxiliadora de Masatepe.

De acuerdo al primer objetivo específico de esta investigación, se logró una comprensión de los factores de riesgo asociados con las Experiencias Adversas en la Adolescencia. Los hallazgos destacan la prevalencia de ACE en esta población, lo que pone de relieve la importancia de abordar los desafíos relacionados con la desintegración familiar, el bullying, los problemas de salud, la poca comunicación en los entornos familiares y otros factores de riesgo. Estos elementos han sido identificados como elementos críticos que afectan la resiliencia de los adolescentes.

En consonancia con el segundo objetivo, se exploró la interconexión entre los factores protectores presentes en los sistemas (microsistema, mesosistema, macrosistema) y los factores de riesgo. Se evidenció que la relación entre estos elementos juega un papel fundamental en el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes de secundaria. La comprensión de esta dinámica permite abordar de manera más efectiva tanto los elementos que fortalecen como los que obstaculizan la resiliencia.

Esta interacción se manifiesta como un proceso intrincado. En su núcleo, la resiliencia es un constructo sistémico, arraigado en la formación de creencias que permiten a los jóvenes reevaluar sus experiencias y regular sus emociones. La idea de superar la adversidad y reconstruirse se traduce en tres principios fundamentales: la búsqueda de un propósito significativo en la vida, que se hace



evidente en la fuerza de los sueños; la convicción de poder influir en el entorno y en los resultados de los eventos, y la creencia en que tanto las experiencias positivas como las negativas conducen al aprendizaje y al crecimiento.

Este enfoque proporciona claridad sobre cómo los adolescentes pueden cultivar resiliencia, no como una respuesta pasiva a las adversidades, sino como una actitud activa y poderosa hacia la vida. Al fomentar estas creencias y desarrollar habilidades que les permitan reevaluar y afrontar desafíos, los adolescentes se convierten en arquitectos de su propia resiliencia. Esta comprensión no solo tiene implicaciones teóricas, sino que también reviste aplicaciones prácticas significativas en la promoción de la resiliencia en la juventud. Ofrece una ruta a los profesionales acerca de cómo pueden guiar a los adolescentes hacia un camino de crecimiento y adaptación ante las dificultades, proporcionándoles las herramientas para encontrar significado, ejercer influencia y aprender de cada experiencia. De esta manera, se sientan las bases para una vida más resiliente y exitosa.

Finalmente, en el tercer objetivo, se delinearon estrategias dinámicas de intervención destinadas a promover la resiliencia y el bienestar de los estudiantes de Secundaria en el Colegio María Auxiliadora. Se subraya la necesidad de un enfoque integral que abarque diferentes niveles del sistema educativo y que considere tanto factores de riesgo como protectores. La propuesta de intervenciones interconectadas refleja la comprensión de que un enfoque puntual no es suficiente para cultivar la resiliencia de manera completa y sostenible en los jóvenes.

Se enfatiza la necesidad de estrategias de intervención diversas que mejoren la resiliencia de los jóvenes. La influencia positiva de la ayuda espiritual específicamente la referida a la relación de amistad con Dios y el desarrollo de estrategias de afrontamiento, la autoestima y la autoconciencia son aspectos clave para fortalecer la resiliencia en los adolescentes.

Es importante señalar que las estrategias de intervención dentro del modelo de resiliencia sistémica deben comprender el diseño de experiencias más complejas,

donde se integren de forma interconectada diferentes agentes y sistemas que interactúan con el joven. Los datos arrojados en esta investigación son una evidencia para constatar que no es suficiente un programa de intervención puntual, el cual puede ser beneficioso, sin embargo, se requiere mucho más que eso para desarrollar la resiliencia de los jóvenes de manera completa y sostenible.

La conclusión clave es que promover la resiliencia requiere un conjunto esfuerzos colaborativos, donde se identifiquen los factores más influyentes en la población específica y se diseñen estrategias interconectadas que abarquen distintos niveles del sistema educativo y que aborden tanto los factores de riesgo como los factores protectores. La resiliencia sistémica se fundamenta en la comprensión de que un enfoque puntual de intervención no es suficiente. Se necesita un enfoque integral para fomentar la resiliencia duradera en los jóvenes y mejorar su bienestar emocional y desarrollo a lo largo de sus vidas.

La comprensión de resiliencia abre un horizonte optimista. Al enriquecer estos entornos con recursos y estrategias que promuevan la resiliencia, se brinda a los jóvenes la oportunidad de afrontar los desafíos futuros con mayor fortaleza y confianza. En última instancia, este enfoque preventivo representa una inversión en el bienestar y el futuro de la próxima generación. Para abordar de manera efectiva el desafío de promover la resiliencia en los jóvenes, se hace imperativo implementar estrategias interconectadas que abarquen diferentes niveles en el sistema educativo.

Los hallazgos de esta investigación respaldan la hipótesis planteada, evidenciando una relación significativa entre el incremento de Experiencias Adversas en la Adolescencia y la disminución de la resiliencia en estudiantes del Colegio María Auxiliadora. Los resultados revelan que a medida que las ACE se intensifican, los jóvenes enfrentan mayores desafíos para desarrollar y mantener niveles óptimos de resiliencia. Sin embargo, surge una perspectiva alentadora al considerar la posibilidad de implementar un enfoque sistémico en la enseñanza de estrategias resilientes. Un abordaje integral, que reconozca la interconexión entre factores individuales, familiares, sociales y ambientales, es fundamental para capacitarlos

en la construcción activa de resiliencia. Este enfoque no solo ofrece una respuesta preventiva frente a las ACE, sino que también proporciona herramientas valiosas para afrontar los desafíos con fortaleza y se embarquen en un camino hacia un desarrollo personal más saludable y sostenible.

En última instancia, la resiliencia en la adolescencia es un proceso dinámico y sistémico, en el cual las creencias y actitudes juegan un papel crucial. No solo poseen la capacidad de superar desafíos, sino también de prosperar a partir de ellos. Esta comprensión respalda la idea de que la resiliencia es inherentemente desarrollable, lo que ofrece un camino prometedor para empoderar a la juventud y allanar el camino hacia una vida más plena y satisfactoria.

## **RECOMENDACIONES**

---

### **Para la escuela:**

- Evaluación de los estudiantes: Implementar evaluaciones en el proceso de admisión que permitan identificar a los estudiantes que puedan requerir apoyo adicional en términos de resiliencia. Esto podría incluir cuestionarios que evalúen las experiencias adversas previas y la disposición para afrontar desafíos. Con la finalidad de brindar el acompañamiento pertinente
- Programas de resiliencia: Las instituciones procuren integrar a su diseño curricular programas de promoción de resiliencia interconectados a los saberes. Los cuales deben fomentar la autoestima, la comunicación efectiva y el desarrollo de habilidades de afrontamiento.
- Escenarios para el desarrollo de habilidades: Implementar proyectos y actividades que brinden a los jóvenes diversos escenarios para ejercer y potenciar sus diferentes habilidades. Esto podría incluir clubes, actividades deportivas, culturales y de voluntariado que promuevan la colaboración, la autoeficacia y la autoconciencia.
- Capacitación del personal: Proporcionar capacitación al personal educativo sobre la importancia de la resiliencia en el desarrollo de los estudiantes. Esto

podría incluir talleres sobre técnicas de screening que permitirá reconocer signos de alerta relacionados con la resiliencia, posibilitando la identificación temprana de los estudiantes que podrían necesitar apoyo adicional.

- Participación de la comunidad: Fomentar la colaboración con la comunidad para fortalecer las redes de apoyo. Invitar a padres y madres, líderes y lideresas comunitarias y organizaciones a participar en la promoción de la resiliencia de los estudiantes.
- Mentores de resiliencia: Establecer un programa de mentores, donde adultos o estudiantes más experimentados guíen a los jóvenes en el desarrollo de habilidades de resiliencia y estrategias de afrontamiento, brindando apoyo y orientación.
- Enfoque holístico en la educación: Introducir en el currículo educativo temas interdisciplinarios, como el desarrollo emocional y habilidades de afrontamiento, integrándolos con asignaturas existentes para promover un enfoque integral en la educación.
- Establecer protocolo de intervención: Es esencial el establecimiento de un protocolo específico para identificar y apoyar a los estudiantes con altos factores de riesgo. Este protocolo detallaría las acciones a seguir, desde la detección temprana hasta la derivación a los recursos de apoyo necesarios.

### **Para los Psicólogos que laboran en contextos educativos**

- Evaluación personalizada: Realizar evaluaciones personalizadas de los estudiantes para identificar sus necesidades específicas en términos de resiliencia. Esto permitirá un enfoque más dirigido en el acompañamiento y el apoyo emocional.
- Intervenciones efectivas: Diseñar e implementar intervenciones efectivas que se adapten a las necesidades individuales de los estudiantes, teniendo en cuenta su historia de adversidad y su nivel de resiliencia actual.

- Programas de prevención: Implementar programas de intervención temprana en las escuelas y comunidades para promover la resiliencia, abordando factores de riesgo y reforzando factores protectores.
- Creación de redes de apoyo: Establecer redes de apoyo en comunidades y escuelas, involucrando a profesionales de la salud mental, familias y educadores, para identificar y abordar posibles problemas de resiliencia tempranamente.

**Para Futuras Investigaciones:**

- Contextualización cultural: Investigar cómo los factores culturales y contextuales influyen en el desarrollo de la resiliencia en los adolescentes, reconociendo que las estrategias efectivas pueden variar según la cultura y el entorno.
- Herramientas de medición mejoradas: Desarrollar y validar herramientas de medición mejoradas para evaluar la resiliencia en adolescentes, que tengan en cuenta su complejidad multidimensional.
- Investigación de políticas públicas: Realizar investigaciones que aborden políticas públicas en el ámbito de la educación y la salud mental para promover la resiliencia en los adolescentes, abogando por enfoques preventivos y colaborativos.

Como recomendación fundamental, se destaca la necesidad de implementar y desarrollar estudios con un diseño longitudinal en el ámbito de la investigación de psicología educativa. Un diseño de este tipo permitiría evaluar y comprender los cambios, patrones y trayectorias a lo largo del tiempo en la relación entre las Experiencias Adversas y la resiliencia en el entorno educativo. Además, facilitaría la identificación de los factores protectores y de riesgo que influyen en el bienestar y desarrollo de los estudiantes a lo largo de su trayectoria académica.

## REFERENCIAS

---

- Anda, R. F., Felitti, V. J., Bremner, J. D., Walker, J. D., Whitfield, C., Perry, B. D., Dube, S. R. & Giles, W. H. (2006). The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood: A convergence of evidence from neurobiology and epidemiology. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 256(3), 174-186. <https://doi.org/10.1007/s00406-005-0624-4>
- Aneshensel, C. S. (2009). *Handbook of the sociology of mental health*. Springer.
- Asmundson, G. J. G. (2006). *Understanding adolescent anxiety: A psychosocial interpretation of anxiousness in adolescence*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Baumrind, D. (1996). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887-907.
- Bellis, M. A. (2014). *Adolescent health: Understanding and preventing risk behaviors*. Jossey-Bass.
- Berman, G. L., & Cutler, B. L. (1996). Effects of inconsistencies in eyewitness testimony on mock-juror decision making. *Journal of Applied Psychology*, 81(2), 170–177. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.81.2.170>
- Bottrell, D. (2009). *Understanding 'marginal' perspectives: Towards a social theory of resilience*. *Qualitative Sociology Review*, 5(1), 1-23.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology*, 22(6), 723-742.
- Burke, N. J., Hellman, J. L., Scott, B. G., Weems, C. F. & Carrion, V. G. (2011). The impact of adverse childhood experiences on an urban pediatric population. *Child Abuse & Neglect*, 35(6), 408-413. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2011.02.006>
- Bush, N. & Roubinov, D. S. (2021). Bringing a neurobiological perspective to resilience. In M. Ungar (Ed.), *Multisystemic resilience: Adaptation and transformation in contexts of change* (pp. 35–56). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780190095888.003.0003>

- Busuttil, R., Gillham, J. & Reivich, K. (2007). *Optimism, life satisfaction, and perceived academic achievement: The effects of hopelessness and depression*. *Journal of Happiness Studies*, 8(3), 347-355.
- Caldwell, L. L. & Boyd, C. P. (2009). *Coping and resilience in early adolescence*. *Advances in School Mental Health Promotion*, 2(3), 57-65.
- Collins, W. A. (2009). *Development during adolescence: The impact of stage-environment fit on young adolescents' experiences in schools and in families*. Psychology Press.
- Campbell, D. T. (2016). *Quasi-experimentation: Design and analysis issues for field settings*. Rand McNally College Publishing Company.
- Daddis, C. (2008). *Adolescents' perceptions of family belonging in stepfamilies*. *Journal of Marriage and Family*, 70(5), 1245-1256.
- Dahl, R. E. (2004). Adolescent brain development: A period of vulnerabilities and opportunities. Keynote address. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1021, 1-22. <https://doi.org/10.1196/annals.1308.001>
- Dahn, J. R. (2004). *Adolescent development*. McGraw-Hill Education.
- Dolbier, C. L., Smith, K. J. & Steinhardt, M. A. (2007). *Relationship of hardiness, coping strategies, and perceived stress to symptoms of illness*. *Journal of Behavioral Medicine*, 30(4), 311-319.
- Duckworth, A. L. & Seligman, M. E. P. (2006). *Self-discipline gives girls the edge: Gender in self-discipline, grades, and achievement test scores*. *Journal of Educational Psychology*, 98(1), 198-208.
- Dunst, C. J., Hamby, D. W., Trivette, C. M., Raab, M. & Bruder, M. B. (2000). *Everyday family and community life and children's naturally occurring learning opportunities*. *Journal of Early Intervention*, 23(3), 151-164.
- Elmore, R. F. (2020). *Schooling and student learning: School reform in the United States and Australia*. Psychology Press.
- Embury, S. & Saklofske, D. H. (Eds.). (2014). *Resilience interventions for youth in diverse populations*. Springer Science + Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4939-0542-3>.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.

- Farrel, A. K. (2017). *The impact of family relationships on adolescence*. Oxford University Press.
- Felitti, G. (1998). *Adolescence: An introduction*. SAGE Publications.
- Fergus, S. & Zimmerman, M. A. (2005). *Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk*. *Annual Review of Public Health*, 26, 399-419.
- Fuller, A. K., McGraw, L. A., Goodyear, M. D. & Kinner, T. E. (1998). *Adolescents and their parents: A critical review of measures*. *Journal of Adolescent Research*, 13(4), 423-458.
- Garnezy, N. (1991). *Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments*. *Pediatric Annals*, 20(9), 459-466.
- Geggie, S., Gilbert, S. & Dunkel Schetter, C. (2007). *Considering social support in the prevention of postpartum depression*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Grant, A. M. (2004). *The impact of life coaching on goal attainment, metacognition, and mental health*. *Social Behavior and Personality*.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill.
- Hetherington, E. M. (2003). *Intimate pathways: Changing patterns in close personal relationships across time*. *Family Relations*.
- Howard, J. & Johnson, B. (2000). *Resilient schools: Developing and sustaining capacity for change*. *School Effectiveness and School Improvement*.
- Hughes, M., Groenewold, M. R., Lessem, S. E., Xu, K., Ussery, E. N., Wiegand, R. E. y Stuckey, M. J. (2020). *Adolescent development and school achievement in urban communities: Resilience in the neighborhood*. Routledge.
- Instituto Nacional de Información de Desarrollo. (2008). *Fotografía y Portada: Fanix Urbina*. Diseño Gráfico: Fátima Pérez & Ana Raquel Martínez. Sitio de internet: [www.inide.gob.ni](http://www.inide.gob.ni).
- Jennings, P. A. (2003). *The effects of stress on the social-emotional learning of early adolescents in the inner city*. In J. E. Zins, R. P. Weissberg, M. C. Wang & H. J. Walberg (Eds.), *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?*. Teachers College Press.
- Johnson, M. K. & Lazarus, P. J. (2008). *Social and emotional education: An international analysis*. *Educational Psychology Review*.



- Jonker, C. S. & Greeff, A. P. (2009). *Value orientation and resilience as predictors of adjustment among adolescents in stepfamilies*. South African Journal of Psychology.
- Kalisch, R., Müller, M. B. & Tüscher, O. (2015). *A conceptual framework for the neurobiological study of resilience*. Behavioral and Brain Sciences, 38, e92.  
<https://doi.org/10.1017/S0140525X1400082X>
- Kopelman, P. G. (2000). Obesity as a medical problem. *Nature*, 404(6778), 635-643.  
<https://doi.org/10.1038/35007508>
- La Prensa. (2023, 22 de mayo). Pobladores de Masatepe alarmados por incremento de robos en sus calles. <https://www.articulo66.com/2023/05/22/pobladores-de-masatepe-alarmados-por-incremento-de-robos-en-sus-calles/>
- Laursen, B. & Collins, W. A. (2009). Parent-child relationships during adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology: Contextual influences on adolescent development*. John Wiley & Sons, Inc.  
<https://doi.org/10.1002/9780470479193.adlpsy002002>
- Luthar, S. S. (2015). *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*. Cambridge University Press.
- Martin, A. J. (2008). Personal bests (PBs): *A proposed multidimensional model and empirical analysis*. British Journal of Educational Psychology.
- Masten, A. S. (2006). *Developmental psychopathology: Pathways to the future*. International Journal of Behavioral Development.
- Masten, A. S. & Coatsworth, J. D. (1998). *The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children*. American Psychologist.
- Masten, A. S. & Shaffer, A. (2006). *How families matter in child development: Reflections from research on risk and resilience*. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (3rd ed). Guilford Press.
- McCusker, G. (2009). *Teacher stress and student stress: The relationships between the sources of stress for teachers and students in an English educational system*. Educational Research.

- McGraw, L. A., Horsch, K. A. & Fuller, A. K. (2008). *A qualitative analysis of perceived social support and barriers to care among illicit drug users in Houston, Texas*. Journal of Ethnicity in Substance Abuse.
- McLaughlin, K. A. & Gabard-Durnam, L. (2022). *Experience-driven plasticity and the emergence of psychopathology: A mechanistic framework integrating development and the environment into the Research Domain Criteria (RDoC) model*. Journal of Psychopathology and Clinical Science, 131(6), 575–587. <https://doi.org/10.1037/abn0000598>
- Meaney, M. J. (2001). *Maternal care, gene expression, and the transmission of individual differences in stress reactivity across generations*. Annual Review of Neuroscience.
- Munford, R. & Sanders, J. (2008). *Adolescent antisocial behaviour and antisocial personality disorder: An examination of the youth version of the Psychopathy Checklist*. Psychiatry, Psychology and Law.
- Neinstein, L. S. (2018). *Adolescent health care: A practical guide*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Noeker, M. & Petermann, F. (2008). *The development of social knowledge and emotional competence in adolescence: Evidence for situational specificity in social knowledge*. Journal of Adolescence.
- Organización Panamericana de la Salud. (2013). *Comprender y abordar la violencia contra las mujeres: Violencia sexual (WHO/RHR/12.357)*. Washington, DC: OPS. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/8123>.
- Papalia, D. E. (2019). *Human development*. McGraw-Hill Education.
- Parker, P. D. & Martin, A. J. (2009). *Coping and buoyancy in the workplace: Understanding their effects on teachers' work-related well-being and performance*. Teaching and Teacher Education.
- Piaget, J. (1972). *Intellectual evolution from adolescence to adulthood*. Human Development.
- Pineda Mendoza, J. M. (2007). *Autorregulación emocional y conductual: ¿Puede ser explicada por variables cognitivas y emocionales?* [Emotional and behavioral self-regulation: Can it be explained by cognitive and emotional variables?]. Revista de Psicología.
- Reivich, K. & Gillham, J. E. (2003). *Building resilience in children and teens: Giving kids roots and wings*. American Psychological Association.
- Ross, S. (2020). *The adolescent brain: A second window of opportunity*. Harvard University Press.

- Rutter, M. (2006). The Promotion of Resilience in the Face of Adversity. In A. Clarke-Stewart & J. Dunn (Eds.), *Families count: Effects on child and adolescent development* (pp. 26–52). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511616259.003>
- Sansone, R. A., Leung, J. S. & Wiederman, M. W. (2012). Five forms of childhood trauma: Relationships with aggressive behavior in adulthood. *Prim Care Companion CNS Disord*, 14(5), PCC.12m01353. <https://doi.org/10.4088/PCC.12m01353>
- Schonert-Reichl, K. A. (1999). *Students who participate in social justice clubs in high school: A qualitative case study*. *Journal of Youth and Adolescence*.
- Seligman, M. E. (2002). *Positive psychology, positive prevention, and positive therapy*. *Handbook of Positive Psychology*.
- Sharkey, J. D., You, S. & Schnoebelen, K. (2008). *Relations among school assets, individual resilience, and student engagement for youth grouped by level of family functioning*. *Psychology in the Schools*.
- Shonkoff, J. P., Boyce, W. T. & McEwen, B. S. (2009). *Neuroscience, molecular biology, and the childhood roots of health disparities: Building a new framework for health promotion and disease prevention*. *JAMA*, 301(21), 2252-2259. <https://doi.org/10.1001/jama.2009.754>
- Shonkoff, J. P. & Garner, A. S. (2013). *The Lifelong Effects of Early Childhood Adversity and Toxic Stress*. *Pediatrics*, 129(1), e232-e246. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-2663>
- Smith, J. (2021). *The psychology of adolescence*. Cambridge University Press.
- Spear, L. P. (2013). *Adolescent brain development: Vulnerabilities and opportunities*. Oxford University Press.
- Steinberg, & L. Chung, H. L., (2006 a). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.
- Steinberg, L. (2006 b). Relations between neighborhood factors, parenting behaviors, peer deviance, and delinquency among serious juvenile offenders. *Developmental Psychology*, 42(2), 319–331. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.319>
- Sterbenz, J. P. G., Hutchison, D., Çetinkaya, E. K., Jabbar, A., Rohrer, J. P., Schöller, M., & Smith, P. (2018). Resilience and survivability in communication networks: Strategies, principles, and survey of disciplines. *Computer Networks*, 54(8), 1245–1265. <https://doi.org/10.1016/j.comnet.2010.03.005>

- Stewart, A. L., Sun, J., Patterson, E. R., Lemerle, K. & Hardie, M. (2004). *Promoting positive development in adolescents: Development and pilot study of a social-emotional learning program in Melbourne, Australia*. *The Journal of Early Adolescence*.
- Suchman, N. E., DeCoste, C., Castiglioni, N., McMahon, T. J., Rounsaville, B. & Mayes, L. (2007). *The Mothers and Toddlers Program, an attachment-based parenting intervention for substance using women*. *Attachment & Human Development*.
- Turney, K. & Wildeman, C. (2017). Mental Health Among Jail and Prison Inmates. *American Journal of Men's Health*, 11(4), 900-909. <https://doi.org/10.1177/1557988316681339>
- Ungar, M. (2009). *The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct*. *American Journal of Orthopsychiatry*.
- Ungar, M. (2011). *Researching and theorizing resilience across cultures and contexts*. *Prevention & Treatment*, 12, Article 2.
- Ungar, M. (2016). *Practitioner review: Diagnosing childhood resilience—A systemic approach to the diagnosis of adaptation in adverse social and physical ecologies*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*.
- Ungar, M. (2019). *Designing resilience research: Using multiple methods to investigate risk exposure, promotive and protective processes, and contextually relevant outcomes for children and youth*. *Child Abuse y Neglect*. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104098>
- Ungar, M. (2022). *Multisystemic resilience: Adaptation and transformation in contexts of change*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780190095888.001.0001>
- Ungar, M., Dumond, C., & McDonald, W. (2005). *Risk, resilience, and resistance: Current research on the determinants of mental health in Canadian children*. *The Canadian Journal of Psychiatry*.
- UNICEF. (2021). *Estado Mundial de la Infancia 2021: En mi mente: Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia*. [https://doi.org/\[DOI\]](https://doi.org/[DOI]).
- Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience* (2nd ed.). Guilford Press.
- Wiener, A. (2000). *The value of family routines: A review of the literature*. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (3rd ed.). Guilford Press.
- Wolff, M., Jochim, J., Akyürek, E.(2017). Dynamic hidden states underlying working-memory-guided behavior. *Nat Neurosci*, 20, 864–871. <https://doi.org/10.1038/nn.4546>

Wolseth, J. (2010). *Friendship development among children and adolescents: A relational developmental systems perspective*. Journal of Social and Personal Relationships.

Worsley, L. (2006). *The Resilience Doughnut framework*, Y. (2021). *Towards resilient sustainable cities: Challenges and opportunities*.

### 1. Escalas aplicadas

#### 1.1. Escala para identificar experiencias adversas. Escala de ACE” desarrollada por el Dr. Vincent Felitti y el Dr. Robert Anda.

En la lista a continuación, coloque una marca de verificación junto a cada categoría de Experiencias adversas que has experimentado

\*

- ¿Con frecuencia sientes que no tienes suficiente para comer, tenía que usar ropa sucia o no tenía a nadi...
- ¿Perdió a uno de sus padres a causa de divorcio, abandono, muerte u otra razón?
- ¿Vivió con alguien que estaba deprimido, enfermo mental o intentó suicidarse?
- ¿Vivió con alguien que tuvo problemas del alcohol y/o drogas, incluyendo medicamentos recetados?
- ¿Sus padres o algún adulto en su casa alguna vez se golpearon o amenazaron con lastimarse?
- ¿Vivió con alguien que fue a la cárcel o prisión?
- ¿Alguna vez uno de sus padres o algún adulto en su casa le ha insultado o menospreciado?
- ¿Alguno de sus padres o algún adulto en su hogar alguna vez lo golpeó, pateó o lastimó físicamente de ...
- ¿Sintió que nadie en su familia lo quería o pensaba que era especial, no se cuidaba mutuamente, no era ...
- ¿Experimentó contacto sexual no deseado (como manosear / penetración oral / anal / vaginal)?
- ¿Alguna vez tus Padres se separaron o divorciaron ?
- ¿Alguno de tus padres o familiares muy cercanos han migrado al extranjero ?

## 1.2 Escala ampliada de ACE

⋮

Marca las casillas si has tenido alguna de estas experiencias \*

- Violencia Familiar
- Violencia Escolar
- Violencia en tu comunidad o barrio
- Exposición a guerra o conflictos armados
- Accidentes incendios o desastres naturales
- Negligencia física
- Negligencia emocional
- Enfermedades crónicas o procedimientos médicos dolorosos
- Bullying
- Racismo o discriminación
- Falta de educación
- Pobreza
- Ninguna de las anteriores

1.3. **Escala de selección múltiple desarrollada por el Child Health and Development Institute para identificar las manifestaciones de ACE.**

Marca la casilla si has experimentado alguna de estas emociones o conductas. \*

- Miedo
- Ansiedad
- Embotamiento emocional
- pesadillas o malos recuerdos de forma recurrentes (flashback)
- Hipervigilancia
- Vergüenza y culpa
- Pensamientos negativos
- Evitación o aislamiento
- Ideas negativas sobre uno mismo.
- Tristeza y desesperanza
- Ninguna de las anteriores

Marca las casillas si has tenido algunos de los siguientes problemas \*

- Mal comportamiento
- Irritabilidad
- Dolores de cabeza o cuerpo
- Falta de atención o distracción
- Conductas agresivas
- Problemas de sueño
- Aislarte de tu familia o amigos
- Bajas calificaciones
- Descuido de funciones o tareas diarias
- Excesivo uso del internet más de 7 horas al día.
- Autolesiones
- Falta de energía
- Ninguna de las anteriores



- 1.4. **Cuestionario de escala Likert desarrollado por especialistas de Curtin University para evaluación de los Factores de Riesgo y Protección presentes en el entorno de los estudiantes. Con una valoración de 6 puntos en los siguientes niveles: Nunca, Casi nunca, A veces, Frecuentemente, Casi siempre, Siempre.**

### **Nivel 1: Tu Propio Ser**

- Factores de Protección:
  1. Querer y cuidar de ti mismo y de tu salud.
  2. Tener metas y sueños que te motiven.
  3. Ser auténtico y aceptarte tal como eres y tener confianza
  4. Tener amistades y relaciones positivas.
  5. Saber controlar tus emociones, manejar el estrés y resolver problemas
  
- Factores de Riesgo:
  1. Sentirte inseguro o con baja autoestima.
  2. No tener metas claras o sentirte perdido.
  3. Sentirte influenciado por actividades arriesgadas.
  4. Tener problemas para comunicarte con los demás.
  5. Sentirte solo y aislado.
  6. Tener malos hábitos o problemas de salud.

### **Nivel 2: Familia y Hogar**

- Factores de Protección:
  1. Recibir apoyo emocional de tu familia.
  2. Hablar abiertamente sobre tus sentimientos y problemas.
  3. Tener reglas claras y límites adecuados en casa.
  4. Sentir que tus padres se preocupan por tu educación.
  5. Participar en actividades con tu familia.
  6. Tener relaciones positivas con los miembros de tu familia

- Factores de Riesgo:
- 1. Falta de apoyo emocional en casa.
- 2. Problemas de comunicación o conflictos familiares.
- 3. No tener reglas claras o límites en casa.
- 4. Relaciones difíciles o disfuncionales con tu familia.
- 5. Sentirte distante de tus padres en tu educación.
- 

### **Nivel 3: Amigos y Comunidad**

- Factores de Protección:
- 1. Tener amistades positivas y saludables.
- 2. Participar en actividades que te gusten o voluntariados
- 3. Contar con adultos que te apoyen.
- 4. Sentirte parte de la escuela y comunidad.
- 5. Resolver conflictos de manera pacífica.
  
- Factores de Riesgo:
- 1. Amistades negativas o influencias perjudiciales.
- 2. Participar en actividades arriesgadas.
- 3. Falta de modelos a seguir en la comunidad.
- 4. Sentirte excluido en la escuela o comunidad.
- 5. Problemas para manejar conflictos.

### **Nivel 4: Entorno y Oportunidades**

- Factores de Protección:
- 1. Vivir en una comunidad segura.
- 2. Acceder a recursos de apoyo como salud y orientación.

- 3. Disfrutar de espacios naturales y recreativos.
- 4. Obtener educación de calidad.
- 5. Vivir en un ambiente libre de violencia.
  
- Factores de Riesgo:
  - 1. Comunidad insegura o de difícil acceso.
  - 2. Falta de apoyo en salud y orientación.
  - 3. Carecer de espacios recreativos.
  - 4. No tener acceso a educación de calidad.
  - 5. Estar expuesto a violencia o abuso.

1.5. **Escala de Resiliencia (CYRM) para medir la resiliencia juvenil en individuales, relacionales, comunitarios y culturales.**

**Escala de Medida de la Resiliencia para Niños y Jóvenes (CYRM-28)**

Por favor, circule el número que mejor exprese su sentir acerca de cada aseveración (ítem)

	No/ nunca	Poco	Algunas veces/algo	Si/ Siempre	Una gran cantidad
1. Tengo personas a quienes admiro	1	2	3	4	5
2. Coopero con la gente que me rodea	1	2	3	4	5
3. Tener una educación es importante para mí	1	2	3	4	5
4. Sé cómo comportarme en distintas situaciones sociales	1	2	3	4	5
5. Mis padres o encargados/as me supervisan de cerca	1	2	3	4	5
6. Mis padres o encargados/as saben mucho acerca de mí	1	2	3	4	5
7. Si tengo hambre hay suficiente comida disponible	1	2	3	4	5
8. Me esfuerzo por terminar lo que empiezo	1	2	3	4	5
9. Mis creencias espirituales son fuente de fortaleza para mí	1	2	3	4	5
10. Me siento orgulloso (a) de mi herencia cultural	1	2	3	4	5
11. La gente piensa que soy una persona divertida con quien estar	1	2	3	4	5
12. Le hablo a mi familia acerca de cómo me siento	1	2	3	4	5
13. Puedo resolver mis problemas sin lastimarme o lastimar a otros/as (por ejemplo, usando drogas y/o siendo violento/a)	1	2	3	4	5
14. Mis amigos me apoyan	1	2	3	4	5
15. Sé a dónde acudir en mi comunidad para recibir ayuda	1	2	3	4	5
16. Me siento parte de mi escuela	1	2	3	4	5
17. Mi familia me respalda en tiempos difíciles	1	2	3	4	5
18. Mis amigos/as me respaldan en tiempos difíciles	1	2	3	4	5
19. Soy tratado (a) justamente en mi comunidad	1	2	3	4	5
20. Tengo oportunidades para mostrar a otros/as que me estoy convirtiendo en un adulto y que puedo actuar de manera responsable	1	2	3	4	5
21. Conozco mis fortalezas	1	2	3	4	5
22. Participo en diversas actividades religiosas	1	2	3	4	5
23. Creo que es importante ayudar en mi comunidad	1	2	3	4	5
24. Me siento seguro (a) cuando estoy con mi familia y/o encargados	1	2	3	4	5
25. Tengo oportunidad de desarrollar habilidades que después me serán útiles en la vida (por ejemplo, habilidades de trabajo o de cuidar por otros/as)	1	2	3	4	5
26. Disfruto de las tradiciones familiares con mis padres o tutores	1	2	3	4	5
27. Disfruto las tradiciones culturales y familiares de mi familia y/o encargado/a	1	2	3	4	5
28. Estoy orgulloso de ser ciudadano de _____ ?	1	2	3	4	5

1.6. **ESCALA DE BIENESTAR** “Escala de Bienestar Mental de Warwick-Edinburgh (WEMWBS)

Me he estado sintiendo optimista sobre el futuro.	1	2	3	4	5
me he estado sintiendo util	1	2	3	4	5
me he estado sintiendo relajado	1	2	3	4	5
Me he estado sintiendo interesado en otras personas.	1	2	3	4	5
He tenido energía de sobra	1	2	3	4	5
He estado lidiando bien con los problemas.	1	2	3	4	5
he estado pensando claramente	1	2	3	4	5
Me he estado sintiendo bien conmigo mismo	1	2	3	4	5
Me he estado sintiendo cerca de otras personas.	1	2	3	4	5
me he estado sintiendo confiado	1	2	3	4	5
He sido capaz de tomar mis propias decisiones sobre las cosas	1	2	3	4	5
me he estado sintiendo amado	1	2	3	4	5
me han interesado cosas nuevas	1	2	3	4	5
me he estado sintiendo alegre	1	2	3	4	5

## **2. Guías de grupos focales y entrevistas.**

### **2.1. Grupo focal**

#### **Influencia de ACES en el desarrollo de la resiliencia**

Guía de Preguntas para el Grupo Focal sobre Resiliencia:

**Fecha:** Viernes 01 de Septiembre.

#### **1. Introducción y Bienvenida:**

Presentación del propósito del grupo focal y sus objetivos: explorar en profundidad las percepciones, experiencias y estrategias relacionadas con la resiliencia en los participantes, incluyendo estudiantes, padres y docentes

Agradecimiento a los participantes por su tiempo y participación.

#### **2. Pregunta Inicial:**

¿Qué necesitas saber para crecer bien aquí en tu comunidad y en la escuela?

#### **3. Exploración de la Resiliencia:**

¿Cómo describirías a las personas que crecen bien aquí a pesar de los muchos problemas a los que se enfrentan?

¿Qué estrategias o actitudes crees que les permiten superar las dificultades?

#### **4. Significado de los Desafíos:**

Cuando ocurren cosas malas en tu vida ¿qué significa para ti, tu familia y tu comunidad?

¿Cómo influyen estos eventos en tu forma de enfrentar otros desafíos?

#### **5. Dificultades en el Crecimiento:**

¿Qué aspectos de crecer aquí son los más difíciles para ti?

¿Cómo te enfrentas a estas dificultades? ¿Qué estrategias utilizas?

## **9. Salud y Bienestar:**

¿Qué significa estar sano para ti y para los demás en tu familia y comunidad?

¿Qué haces para mantener tu bienestar mental, físico, emocional y espiritual?

## **7. Experiencias Compartidas:**

Los participantes comparten ejemplos personales de cómo han aplicado la resiliencia en su vida.

## **8. Reflexión Final:**

¿Qué aprendizajes puedes llevar contigo después de esta conversación sobre resiliencia?

Agradecimiento a los participantes por compartir sus experiencias y opiniones.

## **Estructura de la Sesión de Grupo Focal:**

- Participantes: Un grupo diverso de estudiantes (6), padres (4) y docentes (4) de la comunidad educativa.
- Duración: Aproximadamente 60-90 minutos.
- Lugar: Sala de reuniones.
- Se concluye con una Merienda
- Análisis: Después de la sesión, se analizan las respuestas de los participantes para identificar patrones, temas clave y ejemplos significativos.

## 2.2. Entrevista Semiestructurada para Estudiantes

### Introducción:

Saludo y agradecimiento por su participación.

Explicación breve del propósito de la entrevista: explorar sus experiencias, percepciones y estrategias relacionadas con la resiliencia y el bienestar en el entorno escolar y comunitario.

### Preguntas:

1. ¿Puedes compartirme algunas de las situaciones o desafíos difíciles que has enfrentado en tu vida o en la escuela?
2. ¿Cómo sueles enfrentar y superar estos desafíos? ¿Qué estrategias o recursos utilizas?
3. ¿Qué significa para ti crecer bien a pesar de las dificultades? ¿Qué crees que se necesita para crecer bien en este entorno?
4. ¿Has observado a otras personas que enfrentan dificultades pero aún así parecen estar bien? ¿Cómo describirías a esas personas?
5. ¿Cómo crees que las dificultades que enfrentas afectan a tu familia y a tu comunidad?
6. ¿Qué tipo de apoyo o recursos consideras más útiles para mantener tu bienestar y resiliencia? (Mental, físico, emocional, espiritual)
7. ¿En qué momentos te sientes más fuerte y capaz de afrontar los desafíos?
8. ¿Qué actividades o pasatiempos te ayudan a relajarte y sentirte mejor cuando estás bajo presión?
9. ¿Cómo te imaginas a ti mismo en el futuro? ¿Qué logros o metas esperas alcanzar?
10. ¿Hay algún consejo o experiencia que te gustaría compartir con otros estudiantes que enfrentan dificultades similares?
11. Acceso a recursos



## **2.3. Entrevista Semiestructurada para Padres o Tutores**

### **1. Introducción**

### **2. Información de Fondo**

¿Podría hablarme un poco sobre su relación con [nombre del estudiante] y su papel como padre o tutor? ¿Cómo describiría su involucramiento en la comunidad escolar?

### **3. Percepción sobre el Desarrollo del Estudiante**

¿Qué habilidades y características cree que son importantes para que un estudiante se desarrolle bien a pesar de los desafíos? ¿Ha notado algún cambio en [nombre del estudiante] en términos de resiliencia, adaptabilidad o afrontamiento en situaciones difíciles?

### **4. Importancia de la Salud Mental y la Resiliencia**

¿Qué significa para usted la salud mental en el contexto de [nombre del estudiante]? ¿Cree que la resiliencia es importante para que [nombre del estudiante] supere los desafíos que enfrenta?

### **5. Estrategias de Apoyo y Promoción de la Resiliencia**

¿Qué acciones o enfoques ha utilizado para apoyar a [nombre del estudiante] en momentos difíciles? ¿Qué consejos o estrategias compartiría con otros padres que también quieran fomentar la resiliencia en sus hijos?

### **6. Relación entre la Familia y la Comunidad Escolar**

¿Cómo ha sido su experiencia al trabajar con la escuela para apoyar el desarrollo de [nombre del estudiante]?

¿Cree que existe una colaboración efectiva entre los padres y madres y la institución educativa para fomentar la resiliencia y el bienestar de los estudiantes?

## **2.4. Entrevista Semiestructurada para Docentes y Personal Escolar**

### **1. Introducción**

### **2. Experiencia Laboral y Contexto Escolar**

¿Podría hablarme un poco sobre su rol y experiencia en el colegio?

¿Cómo describiría la comunidad escolar y los desafíos a los que se enfrentan los estudiantes?

### **3. Percepción sobre el Desarrollo de los estudiantes**

¿Qué habilidades y características cree que son importantes para que los estudiantes se desarrollen bien a pesar de los desafíos?

¿Puede compartir alguna experiencia en la que haya observado a estudiantes demostrando resiliencia ante dificultades?

### **4. Apoyo y Promoción de la Resiliencia**

¿Qué enfoques o recursos ha utilizado en su rol para fomentar la resiliencia y el bienestar de los estudiantes?

¿Ha trabajado en colaboración con otros miembros del personal escolar para implementar estrategias de apoyo?

### **5. Rol de la Familia y Comunidad Escolar**

¿Cómo ve la colaboración entre los padres y madres y la escuela en el fortalecimiento de la resiliencia de los estudiantes?

¿Cree que hay oportunidades para mejorar la conexión entre la familia y la comunidad escolar en este aspecto?

### **6. Desafíos y Oportunidades**

¿Cuáles son los desafíos más importantes que ha enfrentado al intentar promover la resiliencia de los estudiantes? ¿Qué recomendaciones o estrategias considera que podrían fortalecer el enfoque en la resiliencia ?

## 2.5. Entrevista Semiestructurada con Expertos en Resiliencia

**Objetivo:** Obtener perspectivas y conocimientos expertos sobre la promoción de la resiliencia en entornos educativos y su importancia en el desarrollo de los adolescentes.

**Participantes:** Expertos en psicología, educación o investigación en resiliencia.

### **Preguntas:**

1. ¿Cuál es su definición de resiliencia en el contexto de la educación y el desarrollo de los adolescentes?
2. Desde su perspectiva como experto, ¿cuáles son los principales desafíos que los estudiantes enfrentan en términos de adversidades y estrés en el entorno escolar?
3. ¿Cómo considera que la resiliencia puede beneficiar a los estudiantes en su capacidad para enfrentar estas adversidades?
4. ¿Cuáles son algunas estrategias o enfoques efectivos que ha observado para promover la resiliencia en estudiantes de secundaria?
5. ¿Cómo se puede involucrar de manera efectiva a los padres y madres, docentes y la comunidad escolar en la promoción de la resiliencia?
6. ¿Qué papel juega el entorno escolar en la formación de la resiliencia en los estudiantes? ¿Qué prácticas o políticas pueden fomentar un ambiente resiliente en las escuelas?
7. ¿Puede proporcionar ejemplos de programas o intervenciones exitosas que haya observado para promover la resiliencia en entornos educativos?
8. En su experiencia, ¿cómo se pueden medir los efectos de las intervenciones de promoción de la resiliencia en el desarrollo de los estudiantes?
9. ¿Cuáles son algunas de las áreas en las que se necesita más investigación o enfoque en relación con la resiliencia en entornos educativos?
10. ¿Tiene alguna recomendación o consejo para los investigadores y profesionales que buscan promover la resiliencia en estudiantes de secundaria?

### 3. Consentimientos



Istituto Figlie di Maria Ausiliatrice

Salesiane di Don Bosco

Colegio María Auxiliadora  
Masatepe - Nicaragua

#### HOJA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

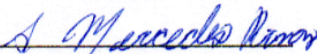
Viernes 28 de agosto 23 de 20 23

Yo, \_\_\_\_\_ epto voluntariamente

Que mi hij@ \_\_\_\_\_ Participe de la Investigación "Interacción entre las experiencias adversas (ACE) y el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes del Colegio María Auxiliadora de la ciudad de Masatepe, durante el segundo semestre 2023. Autorizo que \_\_\_\_\_ comparta información en los siguientes test.

1. Escala para identificar experiencias adversas. Escala de ACE" desarrollada por el Dr. Vincent Felitti y el Dr. Robert Anda.
2. Escala de selección múltiple desarrollada por el Child Health and Development Institute para identificar las manifestación de ACE.
3. cuestionario de escala Likert desarrollado por especialistas de Curtin University para evaluación de los Factores de Riesgo y Protección presentes en el entorno de los estudiantes.
4. Escala de Resiliencia (CYRM) para medir la resiliencia juvenil en los niveles individuales, relacionales, comunitarios y culturales.
5. Escala de Bienestar Mental de Warwick-Edinburgh (WEMWBS) para medir el nivel de bienestar mental de los estudiantes.
6. "Encuesta ClassMaps (CMS)" para medir el clima escolar.

Firman de común acuerdo:

  
Firma del Psicólogo

  
Firma de Padre o tutor

Asociación Instituto de las Hijas de María Auxiliadora en Nicaragua  
Ruc N° J0810000092810 - N° Perpetuo 190  
Del Parque Central 3c al Oeste. Tel: (505) 2523 2242  
E-mail: auxitepe@gmail.com,  María Auxiliadora Masatepe

### 3.2. Formulario de Contacto para la Persona Más Informada sobre la Medida de Resiliencia Infantil y Juvenil (CYRM)

Me gustaría contactar a una persona que te conozca bien y pueda comentar sobre algunos de los desafíos y oportunidades que encuentras en tu vida. Al igual que tu participación, la participación de ellos será completamente voluntaria, y no tienes que nominar a alguien si te sientes incómodo haciéndolo. Tus respuestas en el cuestionario son confidenciales, por lo que la persona/personas mencionadas a continuación no tendrán acceso a tus respuestas, y tus respuestas al cuestionario no serán discutidas con ellos. Es posible que solo podamos contactar a una persona, pero siéntete libre de nominar hasta tres personas que te conozcan bien.

Nombre: \_\_\_\_\_

Relación (madre, tío, trabajador social, etc.): \_\_\_\_\_

Información de contacto: \_\_\_\_\_

### 3.3. Medida de Resiliencia Infantil y Juvenil Persona Más Informada sobre la Medida (CYRM-PMK)

#### INSTRUCCIONES

Ha sido contactado porque \_\_\_\_\_ lo ha nominado como alguien que lo conoce bien y sabe mucho sobre su vida. En las páginas siguientes, encontrará algunas preguntas sobre su vida. Estas preguntas están diseñadas para ayudarnos a comprender mejor cómo afronta la vida diaria y qué papel desempeñan las personas a su alrededor para enfrentar los desafíos cotidianos. No hay respuestas correctas ni incorrectas.

1. ¿Cuál es su relación con el niño mencionado anteriormente (madre, padre, tía, maestro, etc.)?:

\_\_\_\_\_

2. ¿Con quién vive el niño? (Por ejemplo: Madre, padre, tía, tío, abuelo, amigos, etc.)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### 4. Fotografías estrategias de Intervención

**My Daily Emotions...**

**Colors of Me**

**Key**

Enojo	Furia
Ansiedad	contenta
Aflicción	Tristeza

**My Future Emotions...**

**Key**


Satisfacción	Felicidad
paaz	Placer
tranquilidad	Discreción

Estrategia los colores de mi vida.



Ira	Tristeza	Miedo	Alegría
Rabia	Autoconpasión	Angustia	Gozo
Enojo	Soledad	Aprensión	Contenta
Resentimiento	Desaliento	Fobia	Deleite
Furia	Melancolía	Temor	Diversión
Exasperación	Depresión	Pánico	Placer
Indignación	Aflicción	Preocupación	Gratificación
Animosidad	Peña	Desasosiego	Satisfacción
Irritabilidad	Desconsuelo	Incertidumbre	Euforia
Hostilidad	Pesimismo	Ansiedad	Éxtasis
Odio	Desesperación	Inquietud	Felicidad
Violencia		Terror	

Desagrado

Emotion	Ranking (1-6)	Color
Peña	4	
Ansiedad	2	
Felicidad	6	
Satisfacción	3	
Diversión	5	
Resentimiento	1	

Estrategia los colores de mi vida.

Escríbe algunas situaciones o desafíos difíciles que han enfrentado en la escuela y en la vida. he pasado muchas situaciones difíciles pero nunca pensé que una de ellas fuera más dolorosa, triste y difícil para mí puesto que a los 9 años de edad fue como una pérdida por que perdí a lo más querido y apreciado que he conocido en esta vida cuando fue la muerte de mi abuelo eso no lo supe superar fue muy doloroso puesto que el me crió desde que tenía 9 meses de vida.

¿Cómo suelen enfrentar estos desafíos?

Con ayuda, fe, inteligencia y por supuesto con el apoyo, cariño, amor de mis padres y familiares puesto que yo agradezco hoy y siempre por que son mi mayor apoyo que he podido recibir.

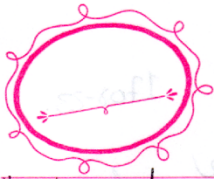
¿Qué crees que se necesita para crecer bien en este entorno?

• puede ser inteligente, valioso,  
• optimista, alegre, cariñoso y pensar  
• hacer las cosas bien sin necesidad  
• de lastimar a otra persona.

credeal

Para la actividad el semáforo del stress





¿Qué tipo de recurso consideras más útiles para mantener nuestro bienestar?

Recurso económico puesto que gracias a ello podemos comprar alimentos básicos y fundamental para crecer fuerte, inteligente, con capacidad y salud.

¿Qué actividad o pasatiempo te ayudan a relajarte o sentirte mejor bajo presión?

El juego de Baloncesto tanto que me relaja, me anima me siento feliz, alegre con ganas de seguir adelante y escuchando con los oídos que me pasan.

¿Cómo te imaginas en el futuro a ti mismo que logras o metas esperas alcanzar me veo siendo doctor puesto que ha sido mi mayor pasión desde pequeño



credeal

Reflexión sobre bibliografía de resiliencia.

A veces me siento enojada porque mucho hablan y no dejan escuchar.

Me divierto mucho con mis amigos porque además que hablan mucho son super divertidos.

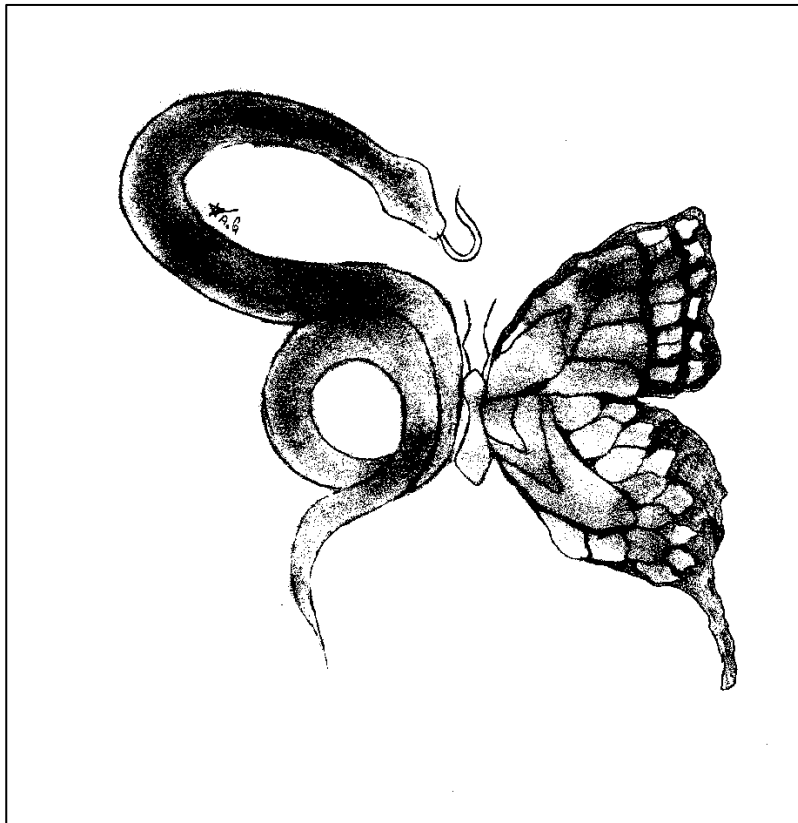
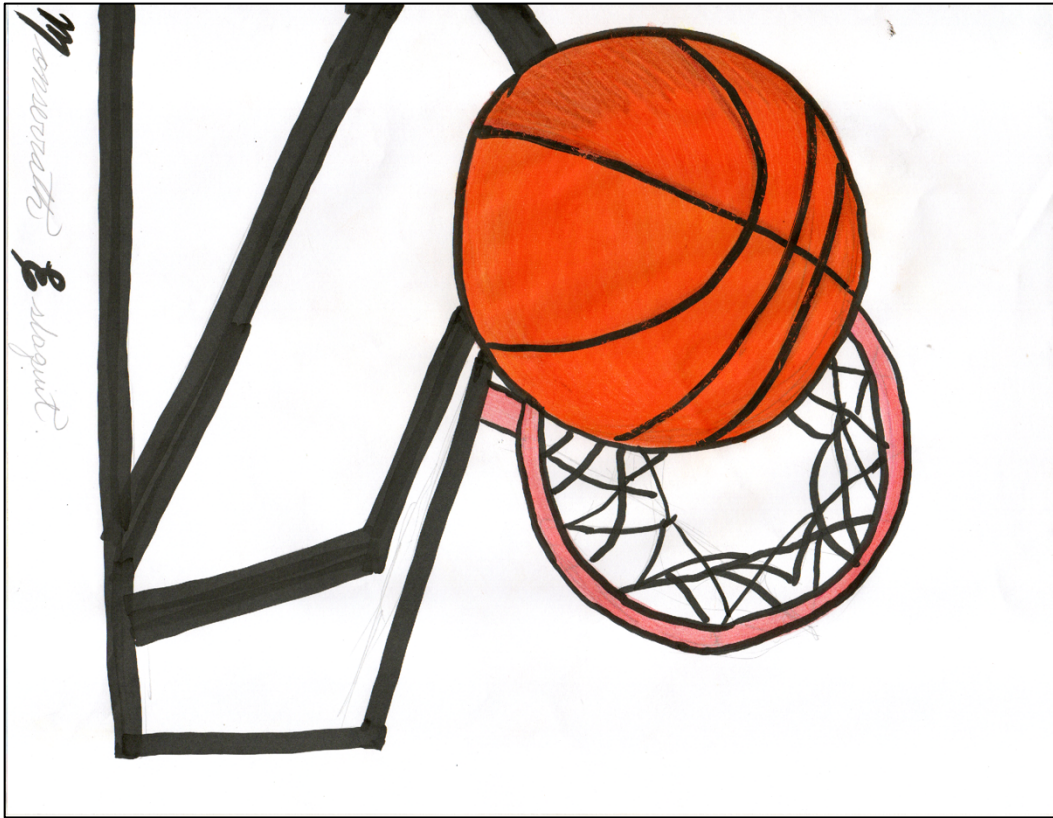
Hablo con mi grupito de amigos y nos reimos fuerte hasta que la profe nos regaña o se pone a reír por nuestras risas.

Cuando estoy muy confundida con algún tema o no vine el día que lo explicaron, mis maestros toman un tiempo y me expl. con hasta que le entienda.

A veces los profesores se enojan demasiado con un niño o agarran con todos.

Aporte sobre estrategia MAAPS





Mi mapa de sueños y propósitos



Actividad para resolución de problemas



Actividad para los colores de mi vida



Reformulación de pensamientos





Semáforo del estrés



Modelo ABC





Jóvenes respondiendo las escalas y test



Experiencia de feria creativa.

The CRAZY TOWN

FOTOGRAFIA

TRANSMISION: 26 DE OCTUBRE

La fotografía es una manera de expresar emociones, sentimientos y pensamientos.

FUTBOL

BASKET BALL

the Crazy town

Objetivos

THE CRAZY TOWN CONSISTE EN CREAR UNA EXPERIENCIA Y CREATIVA Y DESTINADA EN DONDE LOS ESTUDIANTES MOSTRAN SUS HABILIDADES.

¿recuerdas que... LA DIVERSIÓN ES LO QUE CUENTA!!!

the Crazy town

ARTISTAS

16 AÑOS coordinador DIEGO ALEJANDRO Bajo & guitarra

15 AÑOS músico PAULA IRIS S. Violin

14 AÑOS músico DIEGO CHAVARRIA Q. Guitarra & tambor

OCTUBRE 26

The Crazy Town

Síguenos:

@cmam2022

María Auxiliadora Masatepe

@thecrazytown\_cma

THE CRAZY TOWN



## 5. Carta declaración de autoría y cesión de derechos de publicación

Yo Mercedes Auxiliadora Rivas Campos con número de carné 20190199 egresada de la Carrera de Psicología declaró que:

El contenido del presente documento es un reflejo de mi trabajo personal, y toda la información que se presenta está libre de derechos de autor, por lo que, ante cualquier notificación de plagio, copia o falta a la fuente original, me hago responsable de cualquier litigio o reclamación relacionada con derechos de propiedad intelectual, exonerando de toda responsabilidad a la Universidad Católica Redemptoris Mater (UNICA).

Así mismo, autorizó a UNICA por este medio, publicar la versión aprobada de mi trabajo de investigación, bajo el título **Interacción entre las experiencias adversas (ACEs) y el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes del Colegio María Auxiliadora de la ciudad de Masatepe, durante el segundo semestre 2023.** en el campus virtual y en otros espacios de divulgación, bajo la licencia Atribución-No Comercial-Sin derivados, irrevocable y universal para autorizar los depósitos y difundir los contenidos de forma libre e inmediata.

Todo esto lo hago desde mi libertad y deseo de contribuir a aumentar la producción científica. Para constancia de lo expuesto anteriormente, se firma la presente declaración en la ciudad de Managua, Nicaragua a los 9 días del mes Diciembre del 2023.

Atentamente,

Apellidos, Nombre: Rivas Campos, Mercedes Auxiliadora

Correo electrónico: mrivas18@unica. Edu.ni

Firma: