

Estudio Comparativo de las Fortalezas Asociadas a la Resiliencia en Estudiantes y Profesionales del Trabajo Social

Master en Intervención y Mediación Familiar,
Social y Comunitaria.

Autora: Leila Quintero González.

Tutora: M. Rosaura González Méndez

Dpto. de Psicología Cognitiva, Social y Organizacional

Fecha: 2018/2019

Índice

Resumen	2
Introducción.....	3
Marco Teórico.....	4
1.1 Resiliencia.....	4
1.2 Modelo del Portafolio de la Resiliencia:	5
1.3 La Resiliencia y el Trabajo Social.....	7
Método	9
1. Participantes	9
2. Medidas	10
3. Procedimiento	12
Resultados	13
Discusión de los resultados	16
Conclusión	17
Bibliografía.....	18

Resumen

El objetivo de esta investigación se centra en conocer el nivel de resiliencia tanto en los profesionales del trabajo social como en el alumnado de la Universidad de la Laguna que cursa dicho grado. Mediante un diseño transversal, se ha analizado la asociación entre diferentes fortalezas (regulatorias, interpersonales y de creación de significado) e indicadores de resiliencia (bienestar y el crecimiento post-traumático). Del total de participantes (N = 110), el 41.8% eran profesionales y el 58.2% el alumnado. El ANOVA realizado para comparar ambos grupos solo indicó diferencias en bienestar y apoyo informal, cuyas medias eran más altas entre los profesionales. Un segundo ANOVA mostró que aquellos participantes con mayor nivel de resiliencia mostraban mayores puntuaciones en varias fortalezas (independencia, propósito, persistencia, optimismo y apoyo social informal). Los resultados pueden ser útiles para el desarrollo de programas de intervención dirigidos a promover la resiliencia entre el estudiantado.

Palabras claves: resiliencia, Trabajo Social, bienestar profesional.

Abstrac

The objective of this investigation is focused on knowing the level of resilience in both social work professionals and college students who attend this degree in the University of La Laguna. By means of the transversal design, the association between the different strengths (regulatory, interpersonal, and meaning making) and the indicators of resilience (well-being and post-traumatic growth) have been analyzed. Of the total of participants (N = 110), 41.8% were professionals and 58.2% students. The ANOVA conducted to compare both groups only indicated differences in well-being and informal support, finding the highest averages among the professionals. A second ANOVA showed that those participants highest in resilience also showed higher results in various strengths (independence, purpose, persistence, optimism and informal social support). The results can be useful for the development of intervention programs directed to promoting resilience among college students.

Keywords: resilience, social work, professional well-being

Introducción

El trabajo social es una disciplina de especial relevancia en nuestra sociedad, ya que su objetivo principal es promover el cambio y el desarrollo personal y social. Los profesionales que practican esta disciplina se enfrentan de manera cotidiana a diversas situaciones que entrañan grandes dificultades. Por esta razón, es importante analizar la capacidad resiliente que tienen tanto los profesionales como en el alumnado que cursa dicho grado. Esto permitirá ayudar a los usuarios y usuarias a hacer frente a la adversidad y salir fortalecidos. Para ello, es importante investigar el nivel de resiliencia en los profesionales del trabajo social, así como en el alumnado, puesto que es clave para el completo desarrollo de la profesión.

La investigación que se muestra a continuación, forma parte del Master en mediación e intervención familiar, social y comunitaria. La cual se centra en el estudio de los distintos factores de protección que ayudan a salir fortalecidos de situaciones adversas. Por esta razón, este trabajo de Fin de Master está orientado en el análisis de las fortalezas resilientes tanto personales, sociales y familiares que permitan el bienestar, el crecimiento post- traumático así como, el poder hacer frente a las situaciones adversas. Lo que permitiría no solo mejorar la práctica profesional de los trabajadores y trabajadoras sociales, sino que también favorecerá el desarrollo personal y social de los mismos.

Marco Teórico

Las personas que ejercen el Trabajo Social se enfrentan de forma cotidiana ante situaciones que entrañan una gran dificultad, lo que no se debe únicamente a la sobrecarga inherente al desempeño profesional. Al igual que otros profesionales que tienen que lidiar con el dolor humano, los trabajadores y trabajadoras sociales se enfrentan a las historias de vida de los usuarios/as, que frecuentemente están llenas de adversidad. Entre las funciones del Trabajo Social está la de reforzar la capacidad de resiliencia de las personas con las que se trabaja. Esto ayudaría a conseguir estabilidad emocional y mejorar el comportamiento pro-social (Sheppard y Clibbens, 2015). Sin embargo, no es posible orientar a los demás si no se dispone de estrategias y recursos para evitar el desgaste de la profesión y determinados problemas como la fatiga de compasión. Los trabajadores y trabajadoras sociales necesitan ser resilientes para superar las dificultades y salir fortalecidos de ellas (Crowder y Sears, 2016).

1.1 Resiliencia

Los estudios sobre resiliencia surgen por el afán de la comunidad científica de entender y determinar qué hace resistentes a algunas personas frente a la adversidad. En los años sesenta, surgió el interés por analizar los factores protectores que se encontraban en la base de la adaptación positiva. Los primeros estudios analizaron a niños y niñas pertenecientes a la población de Hawái que parecían “invulnerables” a las duras condiciones de vida a las que se enfrentaban (García y Domínguez, 2012). Inicialmente, se pensó que esta capacidad de adaptación solo podía explicarse a partir de rasgos intrínsecos al individuo, ya fuera genéticos o de personalidad. Se inició así una primera etapa en la investigación, orientada a detectar los factores individuales asociados a la resistencia ante la adversidad. Se buscaban factores de carácter estático, ya que no se esperaba que fueran susceptibles de modificación.

Con el paso del tiempo, fue evidente que la capacidad para hacer frente a la adversidad requería algo más que disponer de ciertas características individuales. Las condiciones del entorno también parecían jugar un papel importante en la protección de las personas que lograban adaptarse. Lo relevante ya no eran los factores individuales o las características del entorno por separado, sino en interacción. De esta manera, se sustituyó el término invulnerabilidad por el de resiliencia. A partir de este momento,

aparecen algunos modelos teóricos que intentan integrar los factores individuales, ambientales y familiares (García y Domínguez, 2012). Se asume igualmente que muchos de esos factores pueden ser modificados, permitiendo así el diseño de intervenciones para promover la resiliencia (Regalado, 2017).

Algunos investigadores también subrayan que la resiliencia es una capacidad común a los seres humanos. Esta les permite hacer frente a la adversidad, aprender de ella, superarla y salir transformado (Grotberg, 1995). Según la *American Psychological Association* (2019), la resiliencia es un proceso de adaptación a distintas circunstancias adversas y fuente de estrés, que permite un crecimiento frente a experiencias difíciles.

La resiliencia se ha definido de distintas maneras de acuerdo a la evolución que ha seguido dicho concepto. Sin embargo, la mayoría de las definiciones hacen referencia a dos ideas centrales, la existencia de algún grado de adversidad y la adaptación frente a la misma (Fletcher y Sarkar, 2013). Según Grych, Hamby y Banyard (2015), el término de resiliencia hace referencia al funcionamiento saludable de los individuos después de experimentar distintas situaciones adversas que pueden variar en intensidad. En algunos casos, esta adaptación positiva va más allá, e implica también un crecimiento personal tras haber vivido dicha experiencia. La resiliencia supone aprovechar y/o desarrollar distintas capacidades y recursos para lograr adaptarse con éxito o progresar frente a las situaciones que entrañan una dificultad significativa.

1.2 Modelo del Portafolio de la Resiliencia:

El Modelo del Portafolio de la Resiliencia (Grych et al., 2015) ofrece un marco integrador que permite explicar cómo se combinan distintas fortalezas para hacer posible la resiliencia. Según este modelo, cada persona cuenta con un conjunto de fortalezas, lo que se traduce en cualidades que promueven un funcionamiento saludable y recursos en los que apoyarse frente a la adversidad. Según el modelo, una mayor densidad de fortalezas (intensidad) y una mayor diversidad (variedad) predicen un mayor grado de resiliencia. Otros investigadores también han señalado la importancia de estos dos índices (Schnell, 2011).

Según el modelo, para adaptarse mejor a la adversidad es más importante la intensidad y variedad de fortalezas que la presencia de alguna fortaleza en particular.

Sin embargo, algunos estudios indican que pueden existir algunas fortalezas más ventajosas que otras como, por ejemplo, la resistencia, el optimismo, regulación emocional, entre otras. (Hamby, Grych y Banyard, 2018). Igualmente, se ha encontrado que mientras las cualidades que permiten afrontar la adversidad pueden interiorizarse con el paso del tiempo haciéndose estables, cualquier cambio que se produzca tanto en los recursos como en las fuentes de estrés, puede alterar el funcionamiento en los individuos haciéndolos más indefensos ante situaciones de adversidad (Grych, 2015).

El modelo propone que cada individuo dispone de un portafolio de resiliencia individualizado. En dicho portafolios está incluido un número variable de características que contribuyen a facilitar un funcionamiento saludable y las fuentes de apoyo con las que cuenta cada persona (Gonzalez-Mendez, Ramírez-Santana y Hamby, 2018). Este modelo clasifica las fortalezas en tres grandes grupos, las fortalezas interpersonales, las regulatorias y las de creación de significado.

Las fortalezas interpersonales, hacen referencia a las características del individuo que fomentan las relaciones cercanas y mantienen las redes de apoyo (Grych, et al 2015). Entre ellas se encuentran el apego, la compasión, el soporte comunitario, el perdón, la integración laboral, el apoyo social, etc. (Hamby, Grych, y Banyard, 2015).

Las fortalezas regulatorias involucran componentes emocionales, cognitivos, conductuales y fisiológicos que permiten controlar los impulsos y las emociones, que interfieren en las acciones del individuo (Grych, 2015). Entre dichas fortalezas se encuentran, por ejemplo, el control de la ira, la resistencia, la conciencia emocional y la regulación emocional (Hamby, et al, 2015).

Las fortalezas asociadas a la búsqueda de significado agrupan aquellas capacidades que permiten dar significado a la experiencia, incluso la que tiene carácter traumático (Grych, 2015). Alguna de las fortalezas incluidas en este grupo son: darle significado al cuidado familiar y a la moral, el optimismo, el propósito y a las creencias religiosas (Hamby, et al, 2015)

1.3 La Resiliencia y el Trabajo Social

El concepto de resiliencia tiene una gran importancia para el trabajo social. Sin embargo, solo existen algunos estudios que analicen dicha relación. La resiliencia de los y las profesionales es especialmente relevante en algunos ámbitos donde es necesario lidiar con personas expuestas a traumas (ej. víctimas de violencia) o personas en exclusión social. La exposición continuada a este tipo de situaciones puede poner en riesgo el bienestar físico y psicológico de los y las profesionales (Palma y Hombrados, 2013).

La Federación Internacional del Trabajo Social define el trabajo social como una profesión basada en la práctica, que promueve el cambio y el desarrollo personal, la cohesión social, y el fortalecimiento de las redes sociales y comunitarias. De esta manera, los trabajadores y trabajadoras sociales son considerados los encargados de promover el cambio tanto en la sociedad como en la vida de las personas que la integran. Para poder desarrollar esta función, esta disciplina cuenta con una serie de principios y un sistema de valores relacionados entre sí (Juárez, A, 2012).

Para Palma y Hombrados (2013), las destrezas que necesitan los y las profesionales del trabajo social pueden agruparse en tres categorías: yo tengo, yo soy y yo puedo.

“Yo tengo”, hace referencia a los apoyos externos que requieren los profesionales. En este sentido, el Trabajo Social requiere de coordinación, trabajo en equipo e interdisciplinariedad. Además, también es importante la actuación de cada profesional. Todos estos aspectos favorecen el ejercicio de la profesión.

“Yo soy”, se refiere a las fortalezas internas, es decir, las capacidades y habilidades adquiridas en el desarrollo de la actividad laboral como son la empatía, la ayuda, escucha activa, motivación hacia el cambio, el compromiso social, entre otros.

Por último, el “yo puedo”, se relaciona con las competencias personales de los profesionales, como son la organización, gestión del tiempo, la distribución de los recursos, etc.

Tal como señalan Romero-Chavez, Álava-Barreiro, Alcivar-Mendrandá y Moraira-Chica (2018), el trabajo social que pretenda promover la resiliencia debe partir de las potencialidades de las personas, asumiendo que deben ser ellas las verdaderas

protagonistas del cambio. En este sentido, los y las profesionales deben incidir en fortalecer las capacidades y recursos de los usuarios.

Estas mismas autoras (Palma y Hombrados, 2013) han relacionado la resiliencia en la actividad profesional con el género, destacando que las que las profesionales del trabajo social tienden a mostrar mayor resiliencia que los hombres. Este hecho, sin embargo, no es ajeno a la feminización del trabajo social, ya que esta profesión está integrada por un mayor número de mujeres que de hombres. De igual forma, Palma y Hombrados (2013) afirman que el grado universitario de Trabajo Social está dotando al alumnado de una serie de capacidades fuertemente relacionadas con la resiliencia. Estas son: la capacidad de trabajar de manera conjunta con los usuarios/as y sus propias necesidades, para así tener un mayor éxito en la implementación de las mismas; la capacidad de apoyar a las personas para que sean capaces de manifestar sus necesidades; la capacidad de actuar hacia la resolución de conflictos tanto con los usuarios como con los propios compañeros y fomentar la capacidad de ser responsable respecto a la práctica profesional. Estas autoras consideran que los estudiantes de trabajo social no solo adquieren conocimientos profesionales, sino que adquieren de forma gradual los tres factores resilientes mencionados anteriormente: yo puedo, yo soy y yo tengo (Palma y Hombrados 2013).

Desde otro punto de vista, estas autoras han analizado los factores de personalidad asociados a la resiliencia en los estudiantes y profesionales del trabajo social. Así, por ejemplo, encontraron que los Trabajadores y Trabajadoras Sociales tienen niveles más bajos de neuroticismo que los estudiantes y niveles más altos de extroversión. A pesar de que se trata de factores estables, estas autoras también indicaron cambios relevantes en estos grupos, a medida que se enfrentaban a las demandas de la profesión. En el caso de los estudiantes se observaron mejoras en apertura, responsabilidad, extraversión y amabilidad durante el transcurso de todo el grado universitario. Cabe destacar, que en los trabajadores y trabajadoras sociales mostraban estos mismos rasgos de personalidad (Palma y Hombrados, 2014).

A pesar de estos resultados, la promoción de la resiliencia no puede descansar en cambios de personalidad. Tal y como propone el modelo de portafolio de la resiliencia, la intervención debe centrarse en aquellas fortalezas que puedan ser mejoradas. En este sentido, es necesario conocer qué fortalezas podrían ser objeto de intervención, entre

aquellas que ayuden al alumnado y a los profesionales a enfrentarse a situaciones de adversidad futura, tanto en su vida personal como laboral. En esta línea, se han señalado algunas dimensiones que pueden ayudar a la regulación emocional y la capacidad de recuperación de los profesionales del trabajo social a la hora de hacer frente a situaciones adversas, tanto en el ejercicio de su profesión como en su vida personal. (Biggart, Ward, Cook y Schofield, 2017). Algunas de estas dimensiones son la aceptación de la situación, el control y manejo de los sentimientos y la cooperación.

El objetivo de este estudio fue comparar el nivel de resiliencia de los profesionales y del alumnado de Trabajo Social, así como las fortalezas asociadas a dicha capacidad. En este sentido, esperábamos que los profesionales del trabajo social mostraran mayor resiliencia (crecimiento post-traumático) que el alumnado (Hipótesis 1). Además, esperábamos que los niveles altos de crecimiento post-traumático presentaran mayor puntuación en distintas fortalezas.

Método

1. Participantes

Para la realización de esta investigación se contó con un total de 110 participantes, clasificados en dos grupos. El primero estaba formado por 64 estudiantes del grado de Trabajo Social de la Universidad de la Laguna (8 hombres y 56 mujeres), con edades comprendidas entre los 18 y los 29 ($M = 21.9$; $DT = 2.6$). Este grupo cursaba desde primero a cuarto curso. El segundo grupo estaba integrado por 46 profesionales del trabajo social (3 hombres y 43 mujeres), con edades comprendidas entre los 23 y los 55 años ($M = 38.1$; $DT = 9.0$). La media de tiempo que llevaban ejerciendo su profesión fue de 13.2 años ($DT = 9.5$).

2. Medidas

Además de preguntas dirigidas a obtener información sociodemográfica, el cuestionario incluyó una serie de escalas para medir distintas fortalezas, así como varias medidas de bienestar, adversidad y crecimiento post-traumático. A continuación, se describen las escalas usadas en este estudio, que forman parte del *Life Paths Research Measurement Packet* (Hamby, Grych y Banyard, 2013). Todas estas escalas tienen el mismo rango de respuesta, de 1 (*poco de acuerdo*) a 4 (*muy de acuerdo*).

Crecimiento post-traumático. La escala utilizada para medir el crecimiento post-traumático consta de nueve ítems (ej. Han cambiado mis prioridades de lo que es importante en mi vida; soy capaz de apreciar mejor lo que vale en mi vida), que permiten evaluar el cambio percibido después de haber experimentado situaciones adversas. El alpha de Cronbach alcanzó una puntuación de .85.

Bienestar subjetivo. Para medir el bienestar subjetivo se utilizó una escala de 13 ítems (ej. Gran parte de mi vida se acerca a mi ideal; las condiciones de mi vida son excelentes). En este caso, la consistencia interna de la escala fue .88.

Adversidad. Se elaboró un índice de adversidad a partir de respuestas (sí/no) a un conjunto de experiencias adversas vividas. Se añadió también la opción otras para recoger otro tipo de situaciones. Las experiencias fueron distintas para cada grupo. Por ejemplo, en el caso de los profesionales se les preguntó por problemas económicos, problemas graves con usuarios/as, conflictos con compañeros de trabajo y otro tipo de situaciones adversas. En el caso de los alumnos se les preguntó si habían sufrido acoso antes o después de entrar en la universidad, si habían sufrido malos tratos y si les había afectado el divorcio de sus padres.

Persistencia. Para medir la persistencia se utilizó una escala de ocho ítems (ej. Me doy prisa por volver a levantarme cuando me siento abatido/a; las personas se apoyan en mí tanto en momentos buenos como en los malos). La consistencia interna alcanzada fue 0.70.

Propósito. El propósito se midió a través de tres ítems (ej. Tengo claro mi propósito en la vida; en general confío en que me pasen más cosas buenas que malas). La consistencia interna obtenida fue .77.

A continuación, se describen otras escalas incluidas en el cuestionario. En este caso, se trata de algunos de los instrumentos desarrollados por Calvete y López, 2016. Todas las escalas utilizadas tienen un rango de respuestas de 1 (*poco de acuerdo*) a 4 (*nada de acuerdo*).

Proyectos y metas. Para medir los proyectos y metas se utilizó una escala de cinco ítems. De los cinco ítems originales, eliminamos “tengo a otras personas a quienes cuidar”, lo que permitió alcanzar un alpha de .79.

Optimismo. La escala para medir el optimismo consta de de cinco ítems (ej. a menudo pienso en las cosas buenas que tiene la vida; tengo la facilidad de buscar el lado positivo a las situaciones negativas). En este caso, el alpha de Cronbach alcanzó una puntuación de .070.

Perdón a uno mismo. El perdón a uno mismo se midió a través de una escala de cinco ítems (ej. Me perdono, no me culpo, por haber vivido experiencias negativas; no guardo rencor ni rabia a las personas que me hicieron daño). La consistencia interna de la escala alcanzó una puntuación de .70.

Sentido del humor. La escala utilizada para medir el uso del sentido del humor para superar las situaciones adversas. Esta escala consta de cinco ítems (ej. A pesar de las dificultades tengo la capacidad de reírme; soy una persona alegre que se ríe con frecuencia). La consistencia interna fue .88.

Centrarse en el presente. Para medir la tendencia a centrarse en el presente se utilizó una escala con cinco ítems (ej. Tengo como lema “yo vivo el presente”; vivo el día a día). La consistencia interna obtenida fue .88.

Apoyo informal. El apoyo informal con el que cuenta los encuestados, se ha medido a través de una escala de cinco ítems (ej. Tengo relaciones de confianza con algunas personas de mi entorno; puedo contar con personas a las que llamar cuando me encuentro mal). La consistencia interna de la escala fue .90.

Independencia. Para medir la percepción de independencia personal que los encuestados perciben en sus vidas, se utilizó una escala con cinco ítems (ej. Siento que controlo mi vida; yo elijo las decisiones que tomo en mi vida). La consistencia interna de la escala fue .89.

Ejercicio físico: Para medir la frecuencia con la que se practica ejercicio físico, se planteó una única pregunta: ¿Con qué frecuencia realizas ejercicio físico? a lo que los encuestados podían responder de 1(casi nunca) a 4 (todos los días de la semana), en función del tiempo dedicado a hacer deporte.

3. Procedimiento

La recogida de datos se realizó a través de un cuestionario online, que se distribuyó a través de mensajes de texto y de correo electrónico entre los dos colectivos de interés (profesionales del trabajo social y alumnado del grado de trabajo social). El cuestionario permaneció abierto aproximadamente un mes. En la primera página del cuestionario, se informó del objetivo del estudio. Además, se pidió el consentimiento informado antes de comenzar a responder el cuestionario. Se utilizó el SPSS 22 para los análisis.

Resultados

A partir de las respuestas al cuestionario, se procedió a calcular los factores de las escalas y a transformar los datos en puntuaciones típicas. Lo que nos permitió trabajar con las puntuaciones percentiles. A partir de aquí, se llevó a cabo un análisis descriptivo. En la tabla 1 pueden verse las correlaciones de Pearson entre los distintos factores analizados. Se observa que el bienestar y el crecimiento post-traumático correlacionan positivamente con todas las fortalezas utilizadas. En cambio, el índice de adversidad no correlaciona con ninguna de las medidas.

Tabla 1

Correlaciones de Pearson entre los factores analizados

Fortalezas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Crecimiento		,340**	,190	,431**	,480**	,471**	,476**	,491**	,327**	,442**	,334**	,250**
2. Bienestar			-,168	,620**	,589**	,633**	,408**	,638**	,449**	,551**	,566**	,485**
3. Adversidad				-,077	,158	-,047	,191	,275	,000	,033	,014	,080
4. Independencia					,587**	,570**	,302**	,691**	,428**	,562**	,549**	,394**
5. Propósito						,618**	,417**	,653**	,298**	,429**	,633**	,297**
6. Optimismo							,390**	,619**	,583**	,485**	,517**	,435**
7. Persistencia								,308*	,325**	,342**	,417**	,273**
8. Centrarse en el Presente									,602**	,465**	,488**	,497**
9. Humor										,468**	,273**	,411**
10. Apoyo informal											,352**	,367**
11. Proyectos y metas												,273**
12. Perdón a uno mismo												

Nota. * $p < 0.5$. ** $p < 0.1$.

Para comparar las distintas medidas en los dos grupos (profesionales y alumnado), se realizó un primer ANOVA de un factor. Se utilizó la prueba de Levene para comprobar la homogeneidad de las varianzas. En los casos donde las varianzas no eran homogéneas se usó el estadístico robusto de Welch. Las únicas diferencias detectadas entre ambos grupos se refieren al nivel de bienestar y a la percepción de apoyo informal. Concretamente, los profesionales puntuaron más alto en ambas fortalezas.

Tabla 2

Descriptivos y ANOVA comparando los distintos niveles analizados según los profesionales y el alumnado de trabajo social.

	Alumnos		Profesionales		F(1,109)	p ²
	M	DT	M	DT		
Independencia	.01	.99	-.01	1.02	.01	-
Propósito	-.12	1.04	.17	.91	2.44	-
Persistencia	.06	.97	-.09	1.04	.73	-
Optimismo	-.13	.91	.18	1.09	2.79	-
Humor	.09	.95	-.13	1.05	1.52	-
Crecimiento	-.02	.90	.03	1.12	.101	-
Apoyo informal	-1.5	1.07	.21	.85	4.17*	.04*
Proyectos y metas	-.05	.88	.07	1.14	.49	-
Perdón a uno mismo	-.12	.97	.17	1.02	2.47	-
Bienestar	-.16	.98	.23	.98	4.47*	.03*

Nota: * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Por otro lado, clasificamos a los participantes según su nivel de crecimiento post-traumático a partir de sus puntuaciones percentiles. Así, agrupamos en el grupo bajo a los participantes que puntuaron por debajo del percentil 33; en el grupo medio a los que puntuaron entre los percentiles 33 y 66; y en el grupo alto a los que puntuaron por encima del percentil 66. Tras comprobar la homogeneidad de las varianzas, realizamos un nuevo ANOVA, en el que usamos estos tres grupos como factor. En los casos donde la prueba de Levene indicó que las varianzas no eran homogéneas, se usó el estadístico robusto de Welch. Las diferencias significativas se observan en todos los factores, salvo en tres de ellos (Tabla 3). Finalmente, se llevaron a cabo análisis post hoc comparando los tres grupos de crecimiento post-traumático. Como puede verse en la tabla 3, el nivel alto de crecimiento post-traumático mostró mayores puntuaciones en

independencia, propósito, persistencia, centrarse en el presente, optimismo, humor, apoyo informal, proyectos y metas, perdón a uno mismo y bienestar. Además, el grupo medio mostró mayor persistencia que el grupo bajo, y menor propósito que el grupo alto.

Tabla 3

Descriptivos y ANOVA comparando los distintos factores analizados según el nivel de crecimiento post-traumático.

	Bajo (B)		Medio (M)		Alto (A)		<i>F</i> (2,109)	μp^2	<i>B-M</i>	<i>B-A</i>	<i>M-A</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>					
Independencia	-.32	1.12	.02	.92	.40	.74	5.12**	.14	-	-.73**	-
Propósito	-.31	1.16	-.11	.78	.55	.75	7.99**	.08	-	-.86**	-.66*
Persistencia	-.47	1.02	.20	.86	.40	.85	9.43***	.11	-.67**	-.88**	-
Centrarse en el presente	-.45	1.08	.18	.94	.26	.85	2.53	.10	-	-	-
Optimismo	-.41	1.12	.05	.77	.49	.83	8.44***	.09	-	-.90***	-
Humor	-.30	1.15	.12	.93	.25	.73	3.43*	.07	-	-	-
Apoyo informal	-.35	1.27	.17	.80	.27	.56	4.09**	.10	-	-.63*	-
Proyectos y metas	-.09	1.08	-.20	.95	.36	.83	3.19*	.02	-	-	-
Perdón a uno mismo	-.24	1.00	.04	1.01	.27	.92	2.54	.15	-	-	-
Bienestar	-.20	1.12	.06	.99	.20	.77	1.65	.04	-	-	-

Nota. η^2 Test de Welch

* $p < 0.5$. ** $p < 0.1$. *** $p < 0.001$.

Discusión de los resultados

El objetivo de este estudio fue comparar el nivel de resiliencia de los profesionales y del alumnado de Trabajo Social, así como las fortalezas asociadas a dicha capacidad.

Los análisis realizados para comparar a profesionales y alumnado no permitieron confirmar la hipótesis 1. A pesar de que la evidencia revisada hacía esperar que los profesionales mostrarían mayor número de fortalezas que les permitieran hacer frente a situaciones adversas, solo encontramos diferencias en bienestar y apoyo informal. Esto podría deberse a que el alumnado que elige la carrera de trabajo social disponga de entrada de fortalezas por haber estado expuesto a situaciones adversas.

En cuanto a la segunda hipótesis, los resultados confirmaron que las personas con mayor nivel de crecimiento post-traumático presentan también mayor puntuación en distintas fortalezas. En concreto, aquellos con mayor nivel de crecimiento destacaron en independencia, propósito, persistencia, centrarse en el presente, optimismo, humor, apoyo informal, proyectos y metas, perdón a uno mismo y bienestar. Estos resultados son coherentes con los hallazgos de otros estudios. Tal como indican los trabajos de Hamby (2018), algunas fortalezas como la persistencia, el crecimiento post-traumático, el bienestar y el propósito, se asocian a la resiliencia. Por otra parte, Calvete y López, (2016), también encontraron relación entre la resiliencia y el optimismo, el apoyo informal y la independencia.

Este trabajo tiene algunas limitaciones que deben tenerse en cuenta. Por un lado, el tamaño de la muestra puede haber dificultado encontrar diferencias significativas entre ambos grupos. De ahí, que no podamos afirmar que estas diferencias no existan en la población. Por otro lado, no hemos comparado los resultados de nuestra muestra con otras profesiones, por lo que no se puede afirmar que el nivel de resiliencia observado en este estudio sea diferente al de otros profesionales y estudiantes. Por lo que en futuras investigaciones se podría realizar comparaciones entre los profesionales del trabajo social y el alumnado de dicho grado con otras profesiones.

Los resultados pueden servir a los profesionales para orientar a los usuarios a potenciar su capacidad de resiliencia. En el alumnado, los resultados pueden contribuir a reforzar la idea de que su formación va más allá de la adquisición de las competencias que se abordan habitualmente en el curriculum formativo.

Conclusión

En definitiva, los resultados confirman la asociación entre distintas fortalezas (independencia, propósito, persistencia, centrarse en el presente, optimismo, humor, apoyo informal, proyectos y metas, perdón a uno mismo y bienestar) y el nivel resiliencia, medido a través del crecimiento post-traumático. En cuanto a la comparación realizada entre profesionales y alumnado, solo encontramos diferencias en dos de las medidas utilizadas, el apoyo informal y el bienestar que eran más altos entre los profesionales.

Bibliografía

- APA. (2019). The road to resilience. Recuperado de: <https://www.apa.org/helpcenter/road-resilience>
- Biggart, L; Ward, E; Cook, L; y Schofield, G. (2017). The team as a secure base: Promoting resilience and competence in child and family social work. *Children and Youth Services Review*, 83, 119-130. doi. 10.1016/j.childyouth.2017.10.031
- Calvete, E., y López, I. (2016). Desarrollo del inventario de factores de resiliencia ante la adversidad. *Ansiedad y estrés*, 22, 110-117. doi./10.1016/j.anyes.2016.10.003
- Crowder, R., y Sears. A. (2016). Building resilience in social workers: An exploratory study on the impacts of a mindfulness-based intervention. University of Calgary. doi: 10.1080/0312407X.2016.1203965
- Federación Internacional del Trabajo Social. (2019). Definición global de trabajo social. p.1. Recuperado de: <https://www.ifsw.org/es/what-issocial-work/global-definition-of-social-work/definicion-global-del-trabajosocial/>
- García-Vegas, C., y Domínguez-de la Ossa, E. (2012). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11,63-77.
- González-Mendez, R., Ramírez-Santana, G., y Hamby, S. (2018). *Analyzing spanish adolescents through the lens of the resilience portfolio model*. Journal of Interpersonal Violence. doi: 10.1177/0886260518790600.
- Grotberg, E. H. (1995). A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit. Netherlands: The Bernard van Leer Foundation.
- Grych, J., Hamby, S., y Banyard, V. (2015). The resilience portfolio model: Understanding Healthy Adaptation in Victims of Violence. *American Psychological Association*, 5, 345-347.

- Hamby, S, Grych, J., y Banyard, V. L. (2013). Life Paths Research measurement packet: Finalized scales. Sewanee, TN: Life Paths Research Program.
- Hamby, S, Grych, J., y Banyard, V. (2018). Resilience portfolios and polystrengths: Identifying protective factors associated with thriving after adversity. *Psychology of Violence*, 8, 172-183. doi:10.1037/vio0000135.
- Juárez, A. (2012). Construir desde las fortalezas: trabajo social y resiliencia. *Revista de Ciencias humanas y sociales*. 70, 5-36.
- Palma, M., y Hombrados, I. (2014). *Resilience and personality in social work students and social worker. International Social Work*. 1, 9-12. doi: 10.1177/0020872814537856.
- Palma, M., y Hombrados, I. (2013). Trabajo social y resiliencia: Revisión de elementos convergentes. *Portularia*. 8, 89-96. doi: 10.5218/prts.2013.0021C.
- Regalado, J. (2017). *Sin hogarismo y Resiliencia. Estudio de la interrelación, el nivel y el perfil de la Resiliencia*. (Tesis Doctoral). Universidad de La Laguna.
- Romero-Chavez, S., Álava-Barreiro, L., Alcivar-Mendranda, E. y Moraira-Chica, T. (2018). Resiliencia y trabajo social. En S. Romero-Chavez et al. (Eds.), *Resiliencia: Experiencias investigativas y prospectivas*. (pp.69-79). Alicante: Área de innovación y desarrollo S.L.
- Schnell, T. (2011). Individual differences in meaning-making: Considering the variety of sources of meaning, their density and diversity. *Personality and Individual Differences*, 51,667–673. doi: 10.1016/j.j.paid.2011.06.006
- Sheppard, T; Clibbens, J. (2015). Preventive therapy and resilience promotion: an evaluation of social work led skills development group. *Child & Family Social Work*, 20, 288-289. doi 10.1111/cfs.12077

