

TRABAJO DE FIN DE GRADO

La Resiliencia en personas que han sufrido violencia

Revisión teórica

Convocatoria julio 2020

4º en Grado de Trabajo Social

Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación

Universidad de La Laguna

Tutor: Manuel Hernández Hernández

Realizado por:

Marta Barrios Afonso

Paula Pérez Barreto

RESUMEN

La presente revisión bibliográfica o ensayo teórico tiene como objetivo principal indagar sobre diversas investigaciones que existen acerca del concepto de resiliencia, así como analizar y conocer los principales factores que hacen posible que una persona desarrolle niveles de resiliencia tras haber vivido una experiencia traumática en relación con la violencia, abordando así, diferentes tipos de violencia como la violencia escolar, violencia de género, violencia sexual y violencia comunitaria. Se destacan factores de protección y riesgo, así como aquellas características que hacen a una persona resiliente dentro de un contexto de violencia.

Se analiza la influencia que tiene el Trabajo Social con el concepto de resiliencia conociendo la relación entre los contenidos y practicas comunes. Se aborda también los modelos teóricos y metodológicos que giran en torno al concepto de resiliencia.

Con la finalidad de dar con el objetivo principal de este trabajo se analizaron y compararon diversos estudios y/o investigaciones de diferentes autores que trataran el tema en cuestión. Dichas investigaciones se encuentran en los resultados de esta revisión bibliográfica para destacar aquellas características que poseen las personas resilientes tanto a nivel personal como comunitario.

Finalmente, se expone un análisis de los diferentes resultados obtenidos, concluyendo de esta manera con la importancia que aporta la resiliencia a aquellas personas que han vivido una experiencia complicada en sus vidas, todo ello con el objeto de conocer cuales son las características más importantes que estas poseen.

PALABRAS CLAVES: resiliencia, violencia, trabajo social, factores, características y experiencia traumática.

ABSTRACT

The main objective of the present bibliographic review or theoretical essay is to investigate various existing researches on the concept of resilience, as well as to analyze and understand the main factors that make it possible for a person to develop levels of resilience after having lived through a traumatic experience in relation to violence, thus addressing different types of violence such as school violence, gender violence, sexual violence and community violence. Protection and risk factors are highlighted, as well as those characteristics that make a person resilient in a context of violence.

The influence of Social Work with the concept of resilience is analyzed, knowing the relationship between content and common practices. The theoretical and methodological models that revolve around the concept of resilience are also studied.

In order to find the main objective of this work, various studies and / or investigations by different authors dealing with the subject in question were analyzed and compared. Such investigations are found in the results of this bibliographic review in order to highlight those characteristics that resilient people possess, both at a personal and community level.

Finally, an analysis of the different results obtained is shown, concluding in this way with the importance that resilience brings to those people who have suffered a complicated experience in their lives. All of this aims to understanding which are the most important characteristics that they possess.

KEYWORDS: resilience, violence, social work, factors, features and traumatic experience.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	4
2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	5
2.1. <i>QUÉ ES LA RESILIENCIA.....</i>	<i>5</i>
2.2. <i>FACTORES DE PROTECCIÓN Y RIESGO.....</i>	<i>10</i>
2.3. <i>FACTORES Y/O CARACTERÍSTICAS QUE HACEN QUE UNA PERSONA SEA RESILIENTE EN CONTEXTOS DE VIOLENCIA</i>	<i>12</i>
3. OBJETIVOS.....	20
3.1. <i>OBJETIVO GENERAL</i>	<i>20</i>
3.2. <i>OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....</i>	<i>20</i>
4. MÉTODO	21
5. RESULTADOS.....	23
5.1. <i>RESILIENCIA Y VIOLENCIA ESCOLAR</i>	<i>23</i>
5.2. <i>RESILIENCIA Y VIOLENCIA DE GÉNERO.....</i>	<i>26</i>
5.3. <i>RESILIENCIA Y VÍCTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL.....</i>	<i>31</i>
5.4. <i>RESILIENCIA Y VIOLENCIA COMUNITARIA</i>	<i>35</i>
6. DISCUSIÓN	39
7. CONCLUSIONES.....	44
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	46

1. INTRODUCCIÓN

A partir de la realización de esta investigación teórica, se pretende demostrar aquellos factores que influyen en la capacidad de resiliencia de las personas que han sufrido un tipo de violencia. Es decir, que, si el hecho de tener una capacidad resiliente se ve condicionada por ciertos factores, tanto a nivel individual como comunitario.

Para ello se realiza una revisión de diversos estudios con el objetivo de recoger aquellos factores más importantes presentes en la capacidad de las personas para ser resilientes.

La resiliencia se trata de un concepto que se relaciona con el bienestar de las personas, pues se trata del conjunto de habilidades que permite a los seres humanos superar situaciones traumáticas, así como también salir fortalecidos frente a posibles problemas en el futuro. Al tratarse de un mecanismo de supervivencia, este empuja a las personas a salir adelante, y es por ello por lo que resulta importante determinar cuáles son aquellos factores que influyen en la resiliencia para poder modificar o reforzar a estos, con el objeto de que las personas logren adaptarse.

En este sentido, se abordarán los conceptos que giran en torno a la Resiliencia. Nos centraremos en la relación entre la Resiliencia y los factores de personas resilientes dentro de distintos ámbitos dentro de la violencia, tales como la violencia de género, la violencia hacia los menores en contextos escolares, y la violencia en contextos comunitarios.

Son estas y otras características las que interesa identificar con claridad con resultados fiables, y se intentan determinar en esta investigación, apoyándonos en diversas investigaciones científicas.

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Son muchas las características identificadas, tanto a nivel personal como a nivel comunitario, es decir, factores internos propios de la persona o, por el contrario, externos que configuran la resiliencia. Sobre esta premisa tratará este TFG. Naturalmente, para su estudio, se abordará previamente el concepto de resiliencia, así como la importancia de esta para lograr que una persona que haya sufrido un episodio traumático relacionado con la violencia tenga la capacidad de ser resiliente, logrando adquirir una transformación positiva. Además, se expondrán aquellos factores de protección y riesgo dentro de ese ámbito de violencia, así como la importancia del Trabajo Social para la resiliencia.

2.1. QUÉ ES LA RESILIENCIA

Se puede decir que se conoce la resiliencia como aquella capacidad que poseen las personas para soportar ciertas crisis y adversidades de manera positiva, logrando recuperarse con éxito de un hecho traumático (Pereyra, 2011). No obstante, a pesar de que esta puede considerarse como una definición global de lo que se conoce por resiliencia o ser resiliente, existen ciertos matices en las definiciones, por lo que se concluye que se trata de un fenómeno complejo.

Es importante hablar del origen de la resiliencia. Forés y Grané (2008) hacen alusión a la historia de este concepto, que proviene del término latín *resilium* que significa volver atrás, volver al estado inicial, rebotar de una experiencia difícil, como si la persona fuera una bola o un resorte. En un principio fue un término adoptado por la física y la mecánica, designando la resistencia de un material a presión y los golpes, es decir, la elasticidad, pero también, este concepto se utilizaría más tarde en las Ciencias Sociales, la Psicología, la Pedagogía, el Trabajo Social, la Sociología, entre otras, con el significado

de que ser resiliente significa avanzar después de haber padecido una situación traumática.

Grotberg (1995) define a esta como la capacidad que posee el ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e incluso salir transformado o fortalecido de ellas. Consideraba la Resiliencia como parte del proceso evolutivo y que debía ser promovido desde la niñez.

Masten y Powell definen a la resiliencia desde ‘patrones de adaptación positiva en el contexto de riesgos o adversidades significativas’, además de destacar que ‘la resiliencia no es un rasgo de un individuo, aunque los individuos manifiesten la resistencia en su comportamiento y patrones de vida’ (2003, p.4), puesto que declaran la resiliencia como algo comunitario y social, a su vez.

Fergus y Zimmerman (2005), hacen referencia a la resiliencia como el proceso que trata la superación de los efectos negativos de la exposición al riesgo, el afrontamiento exitoso de experiencias traumáticas y la evitación de las trayectorias negativas asociadas con el riesgo. Declaran que para que la resiliencia aparezca tienen que haber tanto factores de riesgo como de protección.

En este sentido, cabe destacar que los factores de riesgo son aquellas características personales, hechos o situaciones propias o de un entorno, que aumentan la posibilidad de vulnerabilidad y/o riesgo del individuo. Por otro lado, los factores protectores son las características propias del individuo o del entorno en que se encuentran, que reducen el impacto negativo de las situaciones que lo provoquen (familiares, sistema educativo, relaciones de amistad, etc.).

En la actualidad se puede decir, quizá, que una de las definiciones más aceptadas sea la de Luthar, Cicchetti y Becker (2000; p.543), que aluden a la resiliencia como “un proceso dinámico que conlleva una adaptación positiva en contextos de gran adversidad significativa”, junto con la definición de Garmezy (1991; p.459) que la considera una “capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al iniciarse un evento estresante” (citado en Becoña, 2006, p. 127).

Para finalizar la historia del concepto de resiliencia, hay que destacar la revisión que realiza Piña (2015), el cual declara que “la resiliencia se concibe como una respuesta adaptativa cuando una persona enfrenta condiciones adversas o de riesgo” (Piña, 2015, p.753). De esta forma, realiza una tabla que distingue las diferentes definiciones realizadas por varios autores.

Tabla 1.

Definiciones sobre resiliencia en psicología, por orden alfabético del(os) autor(es).

Autor(es)	Definiciones
Castillo y Haz (2003; p. 106)	[...] se usará el término de resiliencia para describir los mecanismos psicológicos e interrelacionales de las personas que han sido capaces de enfrentar esta adversidad o evento traumático durante su infancia [...]
Cornejo (2010; p. 5)	La resiliencia en tanto cualidad de la personalidad es la capacidad de los individuos, grupos o colectivos para afrontar diferentes tipos de adversidades y

	<p>haciendo uso de recursos personales y sociales, asumir acciones resueltas para lograr éxitos, auto o socio-realización y transformar dicha realidad.</p>
<p>Gaxiola y Frías (2007; p. 222)</p>	<p>La resiliencia se define como la capacidad para presentar respuestas adaptativas ante condiciones adversas.</p>
<p>Gaxiola, Frías, Hurtado, Salcido y Figueroa (2011; p. 74)</p>	<p>La resiliencia es una inferencia basada en las diferencias individuales respecto a la respuesta al estrés o adversidad [...]; por tal motivo, constituye una variable del orden latente [...] que puede ser inferida a partir de indicadores observados relativos a los modos disposicionales [...] esto es, la forma como reacciona la persona ante las adversidades que atraviesa.</p>
<p>González-Arratia, Valdez y González (2011; p. 160)</p>	<p>La comprensión conceptual [...] y empírica de la resiliencia nos ha llevado a considerar que existen dos componentes generales: afectivo y cognitivo. Afectivo en el sentido de los sentimientos y emociones que despierta una situación adversa y el cognitivo consta de las percepciones del individuo sobre la situación en concreto</p>
<p>González-Arratia, Valdez, Oudhorf y González (2012; p. 50)</p>	<p>[...] se entiende que es el resultado de la combinación o interacción entre los atributos del individuo (internos) y los propios de su ambiente familiar, social</p>

	y cultural (externos) que lo posibilitan para superar el riesgo y la adversidad de forma constructiva.
Ruiz y López (2012; pp. 2-3)	En línea con esto, se acepta que la resiliencia no es un proceso extraordinario y se asume que surge en el día a día, a partir de los recursos humanos de carácter normativo, afectando a los individuos, a sus familias y a sus comunidades. Esta versión de la resiliencia como proceso que surge de lo ordinario, de lo cotidiano (frente a la noción de que se trata de una cualidad extraordinaria), implica una perspectiva cultural puesto que, si se entiende como proceso que surge de lo cotidiano, es indesligable de la influencia de los elementos socioculturales y contextuales entre los que se desenvuelve la persona [...]

Nota: Tomada de Piña (2015), pp. 251-258.

Finalmente, se puede decir que las definiciones sobre la resiliencia expuestas por diversos autores/as, giran en torno a una misma premisa: la capacidad de sobreponerse ante las adversidades. Posiblemente la definición más concisa sea la de Luthar y Cushing (1999), en la cual se asume que la resiliencia “implica competencia o un positivo afrontamiento efectivo en respuesta al riesgo o a la adversidad” (citado en Becoña, 2006, p.127).

Como hemos comprobado en las definiciones anteriormente indicadas, la resiliencia es importante ya que posibilitará el hecho de afrontar de manera positiva aquellas experiencias traumáticas o dolorosas que sufren, permitiendo la creación de

nuevos métodos para afrontar estas situaciones. Además, el estudio de la resiliencia nos permite conocer aquellos factores principales a la hora de superarse y salir fortalecido como persona. “Así, el proceso de resiliencia se convierte en un instrumento fructífero que posibilita el cambio de una experiencia traumática o dolorosa por una representación que le permitirá establecer nuevas formas de asumir esa situación” (Rengifo, Serrato y Umaña, 2015, p. 63).

En definitiva, la resiliencia resulta transcendental para encontrar el bienestar psicológico y promocionar la autoestima personal y habilidades comunicativas, llegando así a pensar que todo en la vida puede cambiar y mejorar (Uriarte, 2005).

2.2. FACTORES DE PROTECCIÓN Y RIESGO

Para entender el proceso de resiliencia, es importante conocer cuáles y cómo actúan los diferentes factores sobre la adversidad, dado que pueden favorecer la incrementación o la reducción de la oportunidad de desarrollo de la resiliencia (Windle, 2011). Así pues, la resiliencia puede estar modulada por factores de riesgo y de protección. En este sentido, los factores protectores son los que posibilitan la reducción de los efectos negativos de la exposición a riesgos y estrés, consiguiendo que aquellas personas que han sufrido condiciones adversas logren tener una vida normalizada (Aguiar y Acle, 2012).

Los factores protectores pueden clasificarse en personales, familiares, escolares y sociales. Los personales corresponden a la autoestima, la convivencia positiva, asertividad, altruismo, flexibilidad de pensamiento, creatividad, autocontrol emocional, independencia, confianza, iniciativa, sentido del humor, entre otros. Los familiares se asocian con el apoyo y comprensión por parte de los miembros de la familia, creando un

ambiente emocional estable. Los escolares tienen relación con actividades, calidad de educación, etc. Por último, los sociales se asocian con la comunidad, las normas, el medio socioeconómico y geográfico. (Aguilar y Acle, 2012).

De este modo, ambos autores aclaran que los factores protectores son constituidos en base al ámbito individual o comunitario. Las características individuales tienen que ver con la inteligencia, habilidades de atención, funcionamiento ejecutivo, autopercepciones de competencia y autoeficacia. En cuanto al ámbito comunitario destacan los vecindarios organizados, el involucramiento social, las escuelas exitosas, centros de recreación, biblioteca, etc. Todo ello conforma indicadores asociados con la resiliencia, es decir, se trata de factores protectores que se asocian con la capacidad de ser resiliente.

Por otro lado, los factores de protección aumentan la probabilidad de que un problema o un comportamiento “se produzca en un momento posterior en la vida de una persona” (Aguilar y Acle, 2012, p. 56). Según estos autores los factores de riesgo hacen que sea inevitable que se produzca un incremento de probabilidad de que ocurra algún tipo de fracaso. Estos factores de riesgo se clasifican igual que los de protección, constituyéndose así en individuales, interpersonales y ambientales. Así pues, los factores de riesgo también se clasifican en estructurales y no estructurales, y mientras que los primeros forman parte del contexto social, escolar o familiar, los segundos están más relacionados con características individuales.

En este sentido, según Salgado (2005), los factores personales son: autoestima, empatía, autonomía, humor y creatividad. En el estudio de Salgado en relación con estos factores personales mencionados, todos obtuvieron puntuaciones altas, por lo que se podría decir que esas características o atributos pueden evaluarse conjuntamente como un

constructo de resiliencia, es decir, que no hay que poseer sólo una característica como por ejemplo la autonomía para ser resiliente, sino que la resiliencia se construye en base a varias de estos atributos a nivel personal. Y dichos factores son importantes desarrollarlos desde la infancia, estableciendo estrategias de intervención que permita a las familias construir, desarrollar y potencializar ciertas pautas como el reconocimiento positivo de las capacidades, el diálogo abierto, la promoción de experiencias de apoyo mutuo, la disposición emocional, el establecimiento de vínculos seguros, la tolerancia, etc., con la finalidad de que se construyan capacidades que permitan afrontar con éxito situaciones adversas (Rodríguez, Guzmán y Yela, 2012).

2.3. FACTORES Y/O CARACTERÍSTICAS QUE HACEN QUE UNA PERSONA SEA RESILIENTE EN CONTEXTOS DE VIOLENCIA

Una vez definido el concepto de resiliencia y los factores de protección y de riesgo, se procede a plantearnos lo siguiente; ¿qué hace que una persona o comunidad en un contexto de violencia sea capaz de ser resiliente?, es decir, ¿qué características poseen los individuos y colectivos resilientes?

García y Domínguez (2013), hablan de aquellos factores de personalidad que se asocian a la resiliencia, distinguiendo ciertas cualidades que posee el individuo, tales como la “comprensión y aceptación de la realidad, una profunda creencia en que la vida sí tiene significado, y una habilidad para ingeniarse alternativas de solución” (García y Domínguez, 2013, p.70). Además de estas características, las autoras – teniendo como base investigaciones realizadas por diversos autores, desde un enfoque de la psicopatología evolutiva –, destacan otras como la buena inteligencia, la búsqueda de apoyo social, el afrontamiento adecuado de los problemas, tener iniciativa, interés por las

cosas y un proyecto de vida, buen temperamento, así como controlar las situaciones, entre otras. Esto incluye todas aquellas características que posee la persona.

Juárez (2012), hace una distinción de los denominados pilares de la resiliencia usando como referentes a diversos autores que también han hablado de aquellas cualidades que hacen resiliente a una persona. Así pues, el autor profundiza en cada uno de estos factores:

- Interacción/relación, es decir, la capacidad de las personas para establecer lazos con los demás, pues de esta forma nos sentimos vinculados con otros, percibimos su apoyo, etc.
- La iniciativa. La iniciativa sirve para participar en diversos proyectos de diversa índole (comunitarios, hobbies, etc.), que permiten una autorrealización del individuo.
- La creatividad es una cualidad que posee el ser humano para llegar a crear nuevos conceptos, hipótesis, apreciaciones y posibilidades de acción para incrementar el desenvolverse en el mundo.
- Humor. Considerado muy importante para el proceso de resiliencia. Se trata, según Forés y Grané (2008), de “la capacidad de conservar la sonrisa ante cualquier adversidad y la entienden como el equilibrio o el estado de madurez entre la euforia y la depresión”. El humor es un factor que permite ver la parte positiva y encontrarse de nuevo, saliendo de las dificultades.
- La independencia/autonomía resulta importante para la toma de decisiones por sí mismos.

- Introspección. Resulta importante para conocer la situación y adaptarse a ellas, pues se trata de la capacidad para examinarse de una manera interna, con el objetivo de llegar a unas respuestas y alcanzar aquellas metas que queremos.
- La autoestima para autores como Lemaître y Puig, citado en Juárez, (2012), declaran que cualquier proceso de intervención dirigido a la mejora de los factores que hacen a una persona resiliente, tendrá como consecuencia una mayor y mejor autoestima.

Todos estos factores y/o características constituyen factores coadyudantes individuales que hacen posible la resiliencia. “A través de estos pilares queda plenamente constatado que la resiliencia es un proceso inherente a la vida, relacionado con la evolución física y psíquica del individuo y las condiciones internas y externas en que esta evolución se produce” (Juárez, 2012, p.22).

Por otra parte, existen recursos externos que constituyen un papel significativo en su relación con la resiliencia. La familia tiene un papel importante en el desarrollo de la capacidad resiliente de alguno de sus miembros, así lo manifiesta Morelato (2011), declarando que la familia constituye un factor que abarca procesos que fortalecen la resiliencia individual. Es, por tanto, según Walsh (1996), un recurso que aumenta el desarrollo de la resiliencia en sus miembros a través de la cohesión, el apoyo, la colaboración, el compromiso, el respeto, la búsqueda de unión, el optimismo, etc. Es importante concluir en el hecho de que, aunque haya probabilidades de riesgo en la familia, si ésta es estable y presenta ciertas normas, reglas o expectativas claras, se podrá llegar a desarrollar una buena percepción de competencias, lo que se relaciona con la resiliencia de forma directa (citado en Morelato, 2011).

Aguiar y Acle (2012), definen a estos recursos externos como factores estructurales, y es aquí donde se encuentra la inseguridad o la violencia en un barrio, la violencia escolar, los estilos de crianza, la violencia a mujeres, la pobreza y marginalidad, entre otros, y es por ello por lo que todos estos factores estructurales influyen en la capacidad de resiliencia de aquellas personas que han pasado por una situación traumática de violencia. Esto quiere decir que dentro de la comunidad existen factores protectores como son el encontrar un barrio de calidad, el fácil acceso a los servicios sociales y de salud, la cohesión y calidad en el vecindario, etc., los cuales permiten que una persona tenga una mayor capacidad resiliente ante un contexto de riesgo provocado por una situación de violencia (escolar y barrial, por ejemplo).

Todos estos factores o características son fuentes generadoras de resiliencia o, dicho de otro modo, son determinantes para el desarrollo de un mayor fortalecimiento y actitud positiva frente a la vida. A través de un desarrollo de estas fortalezas y al convencerse de que las tenemos, “esto proporciona al campo de la educación, de la prevención y del desarrollo de una comunidad saludable, una clara perspectiva acerca de lo que es funcional” (Fiorentino, 2008, p.112).

2.4. RELACIÓN ENTRE RESILIENCIA Y TRABAJO SOCIAL

Entendida la resiliencia como la capacidad de afrontar con éxito y salir fortalecidos ante ciertas adversidades, el Trabajo Social denomina a esta capacidad de afrontamiento y/o fortalezas como aquellos recursos internos del individuo. El Trabajo Social y la Resiliencia comparten contenidos y prácticas comunes, ya que apuestan por la promoción de las capacidades y bienestar del individuo, que potencia la autonomía individual.

Desde un punto de vista histórico, “los trabajadores sociales están comprometidos desde hace tiempo con prácticas basadas en las fortalezas, capacidades y protecciones de los usuarios” (Quesada, 2006, p.3). La resiliencia es, por tanto, un tema de interés para la investigación e intervención en las ciencias sociales, y el Trabajo Social suma experiencias y evidencias al paradigma de resiliencia (Palma y Hombrados, 2013).

Casas y Campos (1999), recalcan ciertos aspectos de encuentro entre la práctica del Trabajo Social y la práctica del enfoque de la resiliencia, pues la acción profesional y la resiliencia tienen como eje de intervención a la persona, tienen en cuenta principalmente los problemas y potencialidades de las personas, son promotores del cambio, comparten un enfoque dirigido a la persona, y son técnicas de enfrentamiento ante las crisis y/o situaciones adversas.

El Trabajo Social debe trascender la mirada más allá del problema, así nos permite sobrepasar los límites asistenciales y dar lugar a la función promocional. La resiliencia en relación con esta práctica profesional aporta a las personas a mirar y fijarse en su proceso de desarrollo y crecimiento, ayuda a identificar los recursos y las potencialidades más que en centrarse en lo que origina o causa el problema, refuerza la importancia del entorno, empatía y el respeto con las personas en la intervención del Trabajo Social. Por tanto, estos dos conceptos están interconectados, y la resiliencia se perfila como un enfoque que orienta las intervenciones de los trabajadores sociales (Juárez, 2012).

En este sentido, Quesada (2006), destaca que es necesario comprender a través de las ciencias sociales cómo las personas resilientes pueden extraer rasgos positivos de ciertas situaciones adversas, con el objetivo de que el Trabajo Social sea capaz de

fortalecer a los/as usuarios/as, promoviendo la adaptación positiva, la competencia y la autoeficacia para ello.

Finalmente, tal y como afirma Quintero (2005), el registro metodológico de Trabajo Social se provee de estrategias fusionadas con la teoría de la resiliencia. Ello corrobora el planteamiento de que la resiliencia no está ajena al Trabajo Social, sino que los trabajadores sociales son proveedores de su consolidación y que por su misma naturaleza resulta ser competencia del Trabajo Social.

2.5. PRINCIPALES MODELOS TEÓRICOS Y METODOLÓGICOS

Para entender de qué trata la resiliencia y su conceptualización, podemos encontrar distintos modelos que explican cómo se genera la resiliencia (Mateu et al., 2009, p.234).:

Resaltamos el modelo ecológico de Bronfenbrenner (1979), que añade a las investigaciones la noción de interacción y dinamismo entre el ambiente y la persona; el de Richardson, Neiger, Jenson y Kumpfer (1990), que nos ayuda a entender los procesos de resiliencia y el desarrollo que puede generar una persona después de un suceso traumático y el de Vanistendael (2005), que a través de una metáfora; «una casa», nos va describiendo los diferentes «niveles» de la resiliencia y su «construcción».

Estos modelos, citados en el párrafo anterior, aportan ciertos aspectos que favorecen la construcción de la resiliencia. Es por ello por lo que Mateu, García, Gil y Caballer (2009), dan por hecho que la resiliencia no puede verse como algo aislado, sino que es algo que se está aportando a través de varios modelos. A partir de ahí, los autores

destacan el modelo integrador como generador de mecanismos que posibilitan la resiliencia entre el individuo, la familia y la comunidad, declarando que aquellas personas que se enfrentan a una situación traumática pueden aumentar sus capacidades ante la experiencia vivida o, por el contrario, disminuirlas. Este modelo integrador defiende la idea de que el desarrollo tiene que ser gradual, y que éste dependerá de los factores que ayuden a las personas, ya sean de riesgo o de protección.

La mayoría de los autores se adhieren al modelo ecológico-transaccional de resiliencia, que sigue la teoría de que el individuo se halla inmerso en una ecología determinada por diferentes niveles que interactúan entre sí (Melillo y Suárez, 2001).

Existen determinados modelos que buscan la promoción de la resiliencia individual o colectiva. De este modo, Puig y Rubio (2012), clasifican estos modelos en resiliencia en:

- Modelos descriptivos o explicativos. Describen el proceso mediante el cual la persona hace frente a la adversidad. Se basan en describir el proceso a través del apoyo en mecanismos internos o externos de los individuos. Aquí entraría el modelo de Resiliencia Comunitaria.
- Modelos aplicados. “Describen una metodología basada en teorías asumidas desde el modelo, cuya aplicación debe conducir a la predicción propuesta por el modelo” (Puig y Rubio, 2012, p.259).
- Modelos mixtos. Aquellos modelos que toman como referencia un modelo explicativo o, por el contrario, construyen el suyo. Se orienta a las instituciones, principalmente a las educativas formales.

Más allá de estos modelos que explican cómo se genera la resiliencia, hay que destacar la importancia de un modelo de intervención aplicado a las personas víctimas de violencia. En este sentido, el modelo sistémico/ecológico “sostiene que es necesario contextualizar el desarrollo de un hábitat adecuado para la familia en el marco de los factores políticos, económicos y demográficos en los cuales estaría circunscrita la relación violenta” (Guillén et al., 2013. p.60).

Conforme a Payne, citado en Fernández (2010, p.20)., la intervención en crisis se trata de una acción clásica que consiste en interrumpir una serie de acontecimientos que provocan anomalías en el funcionamiento normal de las personas. Por ello, se relaciona la resiliencia con este tipo de intervención, al tener como objetivo principal proporcionar recursos de afrontamiento y estabilidad emocional a la persona (Slaikeu, 1996).

Existen ciertos modelos que tratan sobre cómo interaccionan los factores de protección y riesgo, y por qué las personas que han sufrido un episodio, en este caso de violencia, son capaces de desarrollarse positivamente a pesar de sus situaciones. En esta línea, Fergus y Zimmerman (2005), realizó una de las propuestas más conocidas, en la cual identifican tres modelos de resiliencia que explican cómo operan los factores de protección para alterar la exposición al riesgo, tales como el modelo compensatorio, el modelo protector y el modelo desafiante.

De acuerdo con el modelo compensatorio, los factores de protección afectan en sentido contrario a los factores de riesgo. Ambos factores actúan de manera independiente, aunque ambos tienen un efecto directo en los resultados. Por su parte, el modelo protector habla de que los recursos – ya sean personales o ambientales –, moderan o reducen los efectos de los factores de riesgo frente a resultados negativos. Finalmente, el modelo desafiante habla de que la relación entre un factor de riesgo y su resultado es

curvilínea. Es decir, ante altos y bajos niveles de factor de riesgo, el resultado es negativo, mientras que niveles moderados de este factor darán lugar a resultados menos negativos.

Todos estos modelos explican cómo se genera la resiliencia, además de enfatizar el hecho de explicar cómo actúan los factores protectores y de riesgo sobre la resiliencia.

3. OBJETIVOS

Al tratarse de una revisión bibliográfica, este trabajo se ha centrado en la búsqueda de información en documentación científica que presenten investigaciones sobre las características de las personas y/o comunidades resilientes que han sufrido un episodio de violencia.

3.1. OBJETIVO GENERAL

- Conocer qué factores y/o características hacen que una persona logre salir fortalecida y ser resiliente tras haber sufrido un episodio traumático relacionado, en este caso, con la violencia.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer la importancia de la resiliencia para las personas que han pasado por un episodio traumático
- Identificar qué potencialidades individuales, sociales y estructurales presenta una persona resiliente.
- Indagar sobre las distintas características resilientes que presentan las víctimas de violencia de cualquier índole.
- Valorar el papel del Trabajo Social en relación con el objeto de estudio; la resiliencia.

4. MÉTODO

Este TFG se realizó como una revisión teórica y/o ensayo teórico, por lo cual la metodología ha sido mediante técnicas cualitativas basadas en el análisis de datos a través de la revisión bibliográfica de diferentes fuentes, como pueden ser artículos, libros, revistas, etc., donde se han analizado y extraído aquellas ideas que nos han servido a la hora de realizar este trabajo. Hay que señalar que estas fuentes son primarias, pues son datos se trata de artículos o libros, sin embargo, también existen fuentes secundarias dentro de este ensayo teórico, en el que se citan a otros autores de referencia dentro de un mismo artículo.

La búsqueda se realizó consultando diferentes bases de datos, en primer lugar, del Punto Q o Biblioteca Virtual de la Universidad de La Laguna, además de Google Académico, Redalyc, Dialnet y Scielo.

Se revisaron aproximadamente 80 documentos entre artículos, libros e investigaciones científicas, de los cuales fueron seleccionados 52, y de estos se corresponden a artículos y/o estudios de investigación 20.

El criterio de búsqueda para la obtención de los datos necesarios para la realización del ensayo teórico o revisión bibliográfica ha sido, por un lado, el título del documento que se pretendía extraer, y por otro, se pretendía recabar información de una manera más global, los términos “resiliencia”, “características de la resiliencia”, “factores de personas resilientes”, “resiliencia y trabajo social”, “resiliencia en el ámbito de violencia”, “modelos teóricos de resiliencia”, “resiliencia y violencia de género”, “resiliencia y abuso sexual”, “factores de riesgo y de protección de resiliencia”, “factores personales de resiliencia”, “resiliencia y violencia infantil”, “resiliencia y violencia

sexual”, “comunidades resilientes”, “resiliencia comunitaria en contextos de violencia”, etc.

Algunos de estos conceptos se ampliaron realizando una búsqueda de los mismos en inglés “resilience”, “resilience in context of violence”, “resilience in victims of sexual violence”, entre otros.

En relación con los criterios de inclusión para la selección de documentos fueron los siguientes:

- Que se pudiese descargar de forma gratuita.
- Fechas de publicación con una antigüedad relativa del año 2000 hacia adelante, dando prioridad a aquellas publicaciones más recientes. No obstante, hay documentos que exceden de la fecha de antigüedad, pero debido a su interés dentro del ámbito analizado los hemos incluido en el trabajo. Este es el libro “Resilience in childhood an adolescents”, con fecha de 1992.
- Que estuviesen publicados tanto en español como en inglés.

Por otro lado, los criterios de exclusión fueron aquellos documentos en los que no se especificaba la fuente, o aquellos que no se trataran de artículos científicos válidos, aquellos estudios inaccesibles, así como también se descartaron artículos con un empleo de idiomas distintos al español o al inglés.

Con toda la información recogida, se desarrollaron los objetivos con los que se iba a trabajar, realizando tanto los objetivos generales como los específicos en relación con el tema de trabajo. Tras el establecimiento de dichos objetivos, se comenzó a desarrollar la estructura del presente trabajo con la finalidad de dar respuesta a esos objetivos.

5. RESULTADOS

5.1. RESILIENCIA Y VIOLENCIA ESCOLAR

En el estudio de Márquez, Verdugo, Villarreal, Montes y Sigales, (2016) se aplicó un *Cuestionario de evaluación de la violencia entre iguales en educación primaria* adaptado y validado por dichos autores a partir del cuestionario de Lucas, Pulido, Martín y Calderón (2008), con un total de 798 estudiantes de secundaria, que comprendieron las edades de entre 11 y 17 años, con el objetivo de analizar las disposiciones resilientes y las situaciones de victimización en adolescentes de México. De esta forma, los autores encontraron que un total de 758 adolescentes declararon haber sido víctimas de violencia escolar no-crónica, es decir, que la han sufrido alguna vez, y sólo el 40 restante de los participantes señalaron haber sido víctimas de violencia crónica.

Se realizó una encuesta que conformaba las características de personalidades resilientes, tales como la actitud positiva, el sentido del humor, la perseverancia, la religiosidad, la autoeficacia, el optimismo y la orientación a la meta. De estas dimensiones, se identificó que el promedio obtenido era muy similar, aunque hay tres que destacan: la orientación a la meta (3,88 de media), el optimismo (3,80 de media), y la perseverancia (3,74 de media), y se afirmó que de todas las disposiciones resilientes, los jóvenes se autoevaluaron puntajes altos, por lo que se concluye que estas capacidades (optimismo, perseverancia y orientación a la meta) son protectoras de victimización y que a mayor disposición resiliente, habrá una menor participación en situaciones de victimización. Finalmente, se puede observar que todas estas características tales como la perseverancia, el optimismo, etc., que desarrollan las personas tras sufrir un episodio traumático, corresponden a características individuales y disposiciones de resiliencia a nivel personal.

Resulta interesante destacar que hay autores que hablan de los beneficios de obtener estas características individuales. Por ejemplo, Mejia (2003), destaca que el optimismo contribuye a una mayor salud mental tras haber estado expuesto a altos niveles de violencia. Márquez et al., (2016), aclara que la perseverancia ayuda a reconocer el valor de la adversidad y a seguir esforzándose para obtener el logro de sus metas vitales.

Por otro lado, Gómez, Del Rey, Romera y Ortega, (2015) realizaron un estudio con madres y padres para determinar los estilos educativos en la adolescencia y su relación con la resiliencia, el apego y la implicación en acoso escolar. La muestra seleccionada estuvo compuesta por 626 estudiantes, de los cuales el 49,7% eran chicas, de todos los cursos de Secundaria Obligatoria de cuatro institutos en España, concretamente en Córdoba. Se utilizaron como instrumentos varios cuestionarios, tales como el autoinforme *European Bullying Intervention Project Questionnaire de Brighi et al.*, (2012) compuesto por 14 ítems de tipo Likert; la *Escala para la evaluación del estilo educativo de padres y madres adolescentes* de Oliva, et al., (2007), compuesta por 82 ítems tipo Likert; la *Escala de Resiliencia* de Connor y Davidson (2003); y algunas escalas reducidas de la escala CaMir-R de Balluerka, Lacasa, Gorostiaga, Muela y Pierrehumert (2011).

Los resultados de esta investigación muestran que la relación positiva entre afecto y comunicación, promoción de la autonomía, la revelación y el humor, propios de un estilo educativo democrático supervisor parental y/o marental, hacen que se genere en los menores una menor agresión, victimización y apego desorganizado, obteniendo de esta forma una mayor resiliencia, apego seguro y preocupado. Por todo ello, la investigación muestra que la existencia de ciertos factores de protección como pueden ser el afecto o apego paternos, se corresponden con factores estructurales, es decir, aquellos factores, en

este caso, familiares, que permiten que los/as niños/as adolescentes tengan una mayor autonomía alcanzada que les favorezca a generar una capacidad resiliente en situaciones futuras.

Así pues, cabe destacar que Loesel (1992), observa que aquellos niños que viven en un clima educacional abierto y con límites claros, de forma general, hace que sean resilientes. Además, al contar con modelos sociales que motivan el enfrentamiento constructivo, al compartir responsabilidades y al verse avisados por la existencia de expectativas de logros realistas que cumplen los adultos, hace posible que un niño/a que haya sufrido este tipo de violencia salga adelante. Por lo tanto, el menor desarrolla características a nivel individual, tales como las habilidades sociales, y la influencia de las acciones de los logros de los adultos, que determinan la existencia de dicha capacidad resiliente.

González y Valdez (2012), realizaron un estudio en dos escuelas pertenecientes a la ciudad de Toluca, México, en el cual participaron 750 alumnos que comprendían los cursos de 1° a 6° de primaria, y de 1° y 3° de secundaria. Primeramente, se midió la resiliencia a través de un *Cuestionario de Resiliencia* de González Arratia (2011), en el cual se miden los factores específicos de la resiliencia basada en los postulados de Grotberg (1995), organizados en las categorías “yo tengo”, “yo soy y estoy”, “yo puedo”. Posteriormente se les facilitó un cuestionario de violencia escolar en educación básica. Finalmente, los autores observaron que en los resultados se encontró que los puntajes del total de resiliencia se ubicaron en un nivel moderado, por lo que llegaron a la conclusión de que habría que avanzar en la promoción de los niveles de resiliencia para los alumnos. Así pues, se comprobó que el 34,5% de los participantes se consideraron resilientes,

resaltando altas puntuaciones en aquellos factores tales como la solución de problemas, las redes de apoyo y el comportamiento altruista y prosocial.

Así pues, en el estudio se observó que la solución de problemas y el comportamiento prosocial se tratan de factores o características personales que fomentan la capacidad de resiliencia, sin embargo, también se observaron factores de protección o de riesgo como las redes de apoyo y la convivencia escolar. Y en cuanto a la relación entre convivencia escolar y resiliencia, se llegó a comprobar que el hecho de que el menor desarrolle factores resilientes se trata de un recurso fundamental para la protección del impacto del bullying.

En definitiva, la escuela es sin duda un escenario de violencia, aunque, sin embargo, se configura también como un escenario para fortalecer los factores resilientes en su modelo educativo en los niños y adolescentes. Las escuelas pueden aportar condiciones para la construcción de factores resilientes en el entorno escolar (Díaz et al., 2011).

5.2. RESILIENCIA Y VIOLENCIA DE GÉNERO

Cordero y Teyez (2016) realizaron una investigación para analizar la resiliencia de mujeres en situación de violencia doméstica en la Intendencia del Municipio de Maracaibo. Esta investigación fue realizada bajo un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, una investigación de campo, transaccional con un diseño no experimental. Las participantes de esta investigación fueron víctimas de violencia doméstica que llegan a denunciar a su agresor, en edades comprendidas entre los 20 y 60 años. La muestra resultó de 159 mujeres, de las cuales se implementó el muestreo no probabilístico de tipo

causal, comprendiendo finalmente a las denunciadas entre octubre de 2014 y febrero de 2015. Siendo finalmente 26 las mujeres encuestadas.

En dicha investigación se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario “*Cordero*”, este cuestionario consta de 88 ítems basado en una escala de tipo Likert con cinco alternativas de respuesta, este cuestionario fue contestado de forma anónima. Se constató que las mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja cuentan con un principal factor resiliente como el apoyo de algún miembro de la familia con el que mantienen una confianza, sintiéndose protegidas. Siendo la confianza la clave para promover la resiliencia, pues los autores destacan que este atributo se considera la base fundamental para desarrollar otros factores resilientes. Destaca como segunda fuente de resiliencia la fuerza para afrontar adversidades en un ciclo de violencia, esta fuerza se refleja en el “Yo tengo” refiriéndose al apoyo externo con el que cuentan esas personas. Además de la fuente “yo tengo”, Cordero y Teyez (2016), hacen referencia a otras de las fuentes interactivas de resiliencia propuesta por Grotberg (2006), en la que sostienen que según los resultados de este cuestionario “*Cordero*”, la fuente “yo soy” en las mujeres víctimas de violencia doméstica resulta importante para afrontar las adversidades que se presentan cuando están pasando un ciclo de violencia.

Por lo tanto, como señalan Cordero y Teyez (2016) las mujeres víctimas de violencia de género han desarrollado características individuales tales como los niveles de confianza autónoma, la iniciativa, aplicación e identidad, aunque también resulta importante el hecho de contar con apoyo externo, pues el hecho de tener apoyos con los que contar hace posible el hecho de afrontar con éxito una posible situación adversa en el futuro. Todas las características o atributos de protección anteriormente mencionados son vistos por la resiliencia como ladrillo para la construcción del crecimiento y desarrollo de la persona.

Gutiérrez y Rodríguez (2015) llevaron a cabo una investigación con mujeres sobrevivientes de violencia. La investigación se rige por una metodología cualitativa siendo el objeto de estudio las relaciones emocionales y la resiliencia en mujeres. Para la recopilación de datos se utilizó relatos de vida, grupos focales y entrevistas en profundidad. Se centró en los relatos de vida de 3 mujeres víctimas de violencia, en un grupo focal con 16 mujeres para el análisis de experiencias de vida de dichas mujeres, y finalmente las entrevistas en profundidad a 3 mujeres trabajadoras (2 trabajadoras de ONG y 1 Policía Nacional de Estelí) que han intervenido con mujeres víctimas de violencia. Tras el análisis de los datos obtenidos en la investigación, las autoras señalan que las mujeres víctimas de violencia fortalecen ciertos mecanismos de protección y desarrollan características individuales como son el manejo adecuado de las emociones, los sentimientos, la confianza en sí misma, el manejo de la soledad y el miedo, etc., que las ayudan a tener capacidades para el enfrentamiento positivo a situaciones de riesgo. En este sentido, este manejo adecuado de las emociones permite a las mujeres víctimas de violencia canalizar positivamente el miedo al agresor, así como fortalecer sus mecanismos de autoprotección y autoestima.

Canaval, González y Oliva, (2007) llevaron a cabo un estudio en Colombia acerca de la resiliencia y la espiritualidad en las mujeres maltratadas. Esta investigación se llevó a cabo con 100 mujeres en edades comprendidas entre 20 y 65 años, que denuncian la situación de violencia en las comisarías de familia de Cali, Colombia. Con un carácter descriptivo, la muestra se seleccionó con las mujeres que llegaban a comisaría a consultar por violencia de pareja, a estas mujeres se les presentaba el objetivo de dicho estudio, estas 100 mujeres denunciaron el acto de violencia entre marzo de 2005 a marzo de 2006.

En el estudio se utilizó una serie de instrumentos para conocer los factores que marcan la resiliencia tras una situación de violencia, como son el registro de análisis sociodemográficos, la *Escala de Resiliencia* de Wagnild y Young (1993), y una escala de perspectiva espiritual. Los resultados obtenidos con mayor inflexión, en las mujeres que han vivido alguna situación de violencia y han interpuesto una denuncia, destaca la independencia personal y la capacidad de afrontar con éxito situaciones difíciles, como factores individuales, “puedo valerme por mí misma si tengo que hacerlo”, y los factores estructurales o de protección como el apoyo social tanto hacia las mujeres como a su grupo de iguales. Estos factores tanto individuales como estructurales favorecen el desarrollo de una personalidad resiliente.

Tras el análisis de los diversos factores resilientes que destacan los autores anteriormente mencionados, las mujeres desarrollan capacidades de superación y fortaleza generando una actitud resiliente ante una situación traumática como supone un ciclo de violencia machista.

Por otra parte, un estudio realizado por Hsieh, Hung, Wang, Ma y Chang (2016), analizó los factores de resiliencia en enfermeras que habían experimentado violencia en el departamento de emergencias en Taiwán. Las participantes fueron un total de 187 enfermeras que habían trabajado durante menos de 3 meses en el servicio de urgencias y que habían experimentado violencia verbal o física en el lugar de trabajo. El instrumento fue la *Escala de Resiliencia (RS)* y el *Cuestionario de Personalidad* de Eysenck.

Se encontró que aquellas enfermeras maltratadas con niveles altos de extroversión y niveles más bajos de neuroticismo tenían una resistencia significativamente mayor. Es decir, que las personas con alta extroversión se llevan mejor con los demás, tienen mejor control, poseen estrategias y habilidades para resolver problemas y buscar recursos. Este

estudio respaldó la afirmación de que las personas altamente extrovertidas se perciben capaces de sobrellevar el estrés, mientras que las personas con niveles de neuroticismo necesitan más ayuda de otros/as. No obstante, para las enfermeras que habían sido maltratadas se descubrió que el apoyo del grupo de pares puede mejorar también su capacidad de recuperación y resistencia.

Martínez, Bogat, Eye y Levendosky (2009), realizaron un estudio con el objetivo de examinar las características individuales y familiares que predicen la resiliencia entre los niños expuestos a violencia doméstica. Los participantes fueron 190 niños/as y sus madres en el estado de Midwestern, en Estados Unidos. El estudio contó con 206 personas aproximadamente, entre ellos, grupos numerados relativamente iguales de mujeres que sufrieron violencia durante el embarazo, además de mujeres con su hijo/a. El instrumento utilizado fue un subconjunto de ítems pertenecientes a la *Escala de Agresión Física y Verbal* de la escala *de Tácticas de Conflicto* de Straus (1979).

Los resultados mostraron que aproximadamente el 54% de los niños/as fueron clasificados como resilientes, con una adaptación positiva en cuanto a las adversidades se refiere. Sin embargo, el análisis de dichos resultados también mostró que cuánta más exposición a violencia doméstica tengan los/as niños/as, los niveles de adaptación positiva disminuirán. Los/as niños/as que experimenten bajas exposiciones intermitentes a violencia doméstica pueden beneficiarse de períodos menos estresantes y de un funcionamiento familiar de calidad relativamente más alta. En relación con los factores resilientes, los hallazgos identificaron factores como la crianza positiva, el temperamento infantil fácil, la capacidad cognitiva, la depresión materna, etc., todos ellos proporcionaban un mayor ajuste de los/as niños/as ante episodios de violencia doméstica. En general, se encontró que aquellos/as niños/as resilientes tenían más factores

protectores y estos estuvieron expuestos a niveles más bajos de depresión materna y con niveles de temperamento más fáciles que aquellos/as niños/as más vulnerables. En definitiva, este estudio encontró que la violencia doméstica crónica está asociada con otros factores de riesgo a nivel tanto individual como familiar.

5.3. RESILIENCIA Y VÍCTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL

Hébert, Lavoie y Blais, (2013), abordaron un estudio sobre los factores resilientes y factores sociales protectores en los adolescentes víctimas de abusos sexuales. La muestra realizó cuatro cuestionarios relacionados con los abusos sexuales, con los síntomas relacionados con el trauma, con la resiliencia, y con los apoyos por parte de los padres y madres. El estudio demostró que las niñas son más propensas que los niños a sufrir violencia sexual. Se observó que aquellos niños que carecían de figura materna y/o paterna sufren un mayor síndrome de estrés postraumático. Así pues, de la misma manera, la presencia de los grupos de pares o compañeros resulta verdaderamente importante, pues a mayor nivel de apoyo, habrá un menor riesgo de estrés postraumático. Se resaltó el sentimiento de superación como factor relevante para amortiguar los síntomas negativos en los adolescentes víctimas de abusos sexuales.

Por su parte, Pereda (2011), realizó un estudio que afirmó que la presencia del apoyo social tras una experiencia de abuso sexual infantil resulta un componente fundamental de la resiliencia en las personas que han sido víctimas de estos abusos. Afirma que, tras un análisis exhaustivo de otros estudios centrados en la percepción de apoyo de víctimas de abuso sexual, el apoyo social constituye un factor resiliente fundamental que, a su vez, incluye factores como la confianza, y que éstos posibilitan la construcción de la resiliencia en niños/as que hayan sido víctimas de violencia sexual. En definitiva, se concluye que el estudio destaca factores de protección o de riesgo, tal y

como es el apoyo social, sin embargo, este factor puede favorecer la aparición de elementos estructurales resilientes, tales como la confianza en sí mismo, autoestima, etc.

Flores, De Lima y Pastori, (2018) estudiaron un único caso de una víctima de abuso sexual de 29 años, la cual sufría este tipo de violencia física desde la infancia. Se obtuvo la información detallada a través de la realización de una entrevista cualitativa, una entrevista de evaluación intergeneracional, y diferentes técnicas de procesamiento de datos (revisión y organización de material, categorización de los datos, procesamiento, interpretación, ente otros). Se afirmó el hecho de que la falta de intervención temprana y la ausencia de un apego seguro dan lugar a efectos negativos en el desarrollo de la persona. Por otro lado, se destacaron el manejo de estrés, el nivel de autocontrol, la racionalización, y la intelectualización, como atributos de resiliencia personales. Así pues, destacan que un fallo en la estabilidad de estos factores da lugar a un estado de vulnerabilidad que desembocaría en un sentimiento de culpa y vergüenza.

Por todo ello, se destaca que estas características individuales tales como el nivel de autocontrol, la racionalización y la intelectualización se corresponden con factores personales que favorecen la obtención de una capacidad de resiliencia, y “una falla en su estabilidad emocional o en estos mecanismos, representaría un estado de vulnerabilidad para esa población” (Flores et al., 2018, p.453).

Quiceno, Mateus, Cardenas, Villareal y Vinaccia (2013), realizaron una investigación que tenía como objetivo el examen de las relaciones de resiliencia y la ideación suicida con la calidad de vida en 50 adolescentes víctimas de abuso sexual, con edad de 12 a 16 años, asociados a una organización que ofrece atención psicológica. En el estudio se utilizó el instrumento de la *Escala de Resiliencia Adolescente* elaborada por Oshio, Kaneko, Nagamine y Nakaya (2003), que consta de 21 ítems con un sistema de

respuesta tipo Likert, de 1 a 5 siendo este último la mayor puntuación respecto a la resiliencia. Además de otros instrumentos para medir la ideación suicida, y un cuestionario de salud y bienestar. Por tanto, este estudio señala como factor resiliente ante el abuso sexual en adolescentes, el desarrollo de la regulación emocional, la búsqueda de la novedad, es decir, interés hacia una amplia variedad de eventos, y poseer una orientación positiva hacia el futuro, sumado a una calidad de vida en relación con un bienestar físico, satisfacción por la vida, y buen estado de ánimo y autoestima. Los factores como la regulación emocional, la búsqueda de novedad y la capacidad de tener una orientación positiva hacia el futuro se corresponden con factores estructurales resilientes del propio individuo.

Obteniendo estas características, los adolescentes víctimas de abuso sexual tienen mayor posibilidad de protección al tener metas claras y perspectivas de futuro optimistas, y todo ello da lugar a que puedan ser resilientes.

En este sentido, Limonero, Tomás, Fernández, Gómez y Ardilla (2012), realizaron un estudio con 254 estudiantes universitarios de Psicología de la Universidad de Barcelona, que respondieron a diferentes cuestionarios tales como: *la subescala de Reparación emocional percibida (REP)* de la “Escala de inteligencia emocional percibida” adaptada por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004); *la Escala breve de estrategias resilientes (BRCS)*, adaptada por Limonero et al., (2010), y *la Escala de satisfacción con la vida (SWLS)* en la adaptación de Atienza, Balaguer y García Merita (2000).

A través de los resultados obtenidos, comprobaron que a mayor nivel de regulación emocional se manifestará mayor satisfacción con la vida y, por lo tanto, se experimenta más humor y menos estados de ánimo negativos, lo que explica el hecho de que se

desarrollen capacidades para afrontar con éxito situaciones estresantes. Asimismo, se destacó que las características individuales tales como la competencia personal, la autoestima, la valoración de situaciones, las estrategias de afrontamiento activo, la regulación de emociones, etc., han de entrenarse a través de la dotación de recursos eficaces para las personas que sean más competentes a la hora de afrontar los sucesos traumáticos o estresantes, facilitando así su adaptación y disminuyendo el impacto.

Leiva, Pineda y Encina (2013), efectuaron un estudio para probar un modelo integrado de resiliencia, con el fin de establecer relaciones predictivas y de moderación entre factores de protección a nivel individual y a nivel psicosocial. Trabajaron con una muestra de 195 adolescentes de entre 14 y 19 años que cursaban entre primer y cuarto curso de Enseñanza Media. El estudio fue administrado con un cuestionario de antecedentes personales de elaboración propia, además de utilizar la *Escala de Resiliencia SV-RES* de Saavedra y Villalta (2008), que constaba de 60 ítems agrupados en 12 dimensiones. Así pues, se utilizaron diferentes cuestionarios tales como el *Cuestionario de Salud* de Goldberg (1972), la *Escala de Autoestima* de Coopersmith (1959), y el *Cuestionario APGAR* de Smilkstein (1978), con el objetivo de medir la salud mental, la autoestima, y el apoyo social familiar y de amistad.

Los resultados de la investigación mostraron la importancia de la autoestima y del apoyo social, pues a mayores niveles de autoestima habrá una mayor explicación del nivel de resiliencia que pueda tener una persona. Además, el apoyo social que perciba una persona ha mostrado ser significativo en relación con la resiliencia, pues este tipo de apoyo actúa como un posible amortiguador de eventos estresantes.

Fornari y Labronici (2018), realizaron un estudio, el cual estuvo compuesto por 12 mujeres que habían sufrido violencia sexual en un municipio de Paraná. El instrumento

utilizado en la investigación estuvo conformado por entrevistas semiestructuradas, grabadas y transcritas. Se comprobó que, a pesar de que las participantes después de sufrir violencia sexual podrían haber quedado atrapadas en dicha experiencia traumática, hubo una movilización interna a través del sentimiento de cuidado y responsabilidad con sus hijos, lo cual favoreció sus niveles de resistencia y de visión positiva hacia el futuro. Además, en los resultados se encontró que al representarles a las mujeres la situación traumática experimentada a través de las entrevistas, estas mostraron una actitud de superación la cual demostró que la representación de una situación traumática puede servir también como impulso para promover la resiliencia.

Asimismo, a pesar de que el principal factor es individual – la movilización interna –, se verificó la relevancia de las relaciones personales y sociales como apoyo para afrontar las dificultades y situaciones de riesgo, destacando a la familia como el apoyo más importante para el crecimiento postraumático.

5.4. RESILIENCIA Y VIOLENCIA COMUNITARIA

Según Hernández, Meneses y Moreno (2016), la violencia urbana se trata de un elemento perteneciente al orden social que involucra a una comunidad, a recursos, organizaciones, etc., y está asociada a los atracos, las peleas, ajustes de cuentas, enfrentamientos militares, y “limpiezas” en la comunidad, entre otros. No obstante, a pesar de que la violencia urbana puede ser afrontada desde una intervención externa, se trata de una tarea de corresponsabilidad desde la comunidad (Hernández, Meneses y Moreno, 2020).

Así pues, los factores fundamentales que hacen posible el desarrollo de la resiliencia en una comunidad son, conforme a Melillo y Suárez, (2001), la autoestima

colectiva, la identidad cultural, la honestidad gubernamental, el humor social, etc. Es decir, que la actitud y el orgullo por la comunidad donde se vive, la permanencia del ser social en unidad a través de cambios y situaciones adversas, la capacidad de expresar gestos o actitudes cómicas ante una situación dada, y la existencia de una conciencia grupal, son elementos generadores de resiliencia comunitaria (Ruiz, 2015).

El estudio de Ruiz (2015), estuvo conformado por 695 estudiantes de carreras universitarias, técnicas y tecnológicas de Colombia. El instrumento empleado consistió en un grupo de escalas pertenecientes a la *Escala de Resiliencia* elaborada a partir de la propuesta de Suárez-Ojeda (2001). En concreto, se elaboró una lista de 16 ítems en formato Likert sobre componentes de la resiliencia comunitaria.

Finalmente, los resultados mostraron que la mayoría piensan que actúa por el bien colectivo, así como que se siente orgulloso de la cultura en la que vive, valora su historia e identidad de grupo, tiene creatividad para avanzar en medio del caos, etc. Se demostró que aquellas personas con experiencias delictivas se perciben con una baja eficacia y autoestima colectiva. Todo ello afirmó el hecho de que los factores protectores externos de apego, autoestima colectiva, sentimiento de identificación y valoración positiva de la comunidad, hacen posible la construcción y/o mantenimiento de una comunidad resiliente.

En este sentido, Ruiz (2015), hace un estudio con el objetivo de explorar las relaciones entre la Resiliencia comunitaria y los indicadores de eficacia colectiva y violencia criminal. Se contó con una muestra no aleatoria de estudiantes universitarios y estudiantes de carreras técnicas y tecnológicas. Se utilizaron como instrumentos: la *Escala de victimización* de Ruiz (2007), la *Escala de probabilidad percibida de victimización* (miedo cognitivo al crimen), de Ruiz (2007), la *Escala de Eficacia*

Colectiva de Carroll et al., (2005), adaptada por Ruiz et al., (2011), y la *Escala de Resiliencia Comunitaria* (ERC) de elaboración propia.

Los resultados del estudio concluyeron que la experiencia de ciertos delitos hace más fuerte a la comunidad, permitiendo una movilización de recursos comunitarios; es decir, a mayor número de experiencias delictivas en ciertas comunidades, nos encontraremos con un mayor afrontamiento comunal. Así pues, Ruiz (2015), cita en el estudio a Páez (2014), para destacar otros factores que facilitan la resiliencia comunitaria tales como las relaciones cercanas con adultos que brinden apoyo, relaciones con amigos o grupo de pares que muestran conducta prosocial, servicios eficaces como los centros escolares, la seguridad pública, servicios de salud accesibles, y vinculaciones con organizaciones de voluntariado o las ONGs. Así como también se cita a Wilson (2012) para destacar que las comunidades resilientes están caracterizadas por un buen nivel de ingreso, un buen desarrollo económico, buen capital ambiental, social y cultural.

Flores y Sanhueza (2018), realizaron un estudio con la finalidad de analizar la resiliencia comunitaria tras los desastres naturales ocurridos en Tumbes, Chile. Participaron 107 personas que comprendieron un rango de edad de entre los 30 y los 59 años, además de tener un nivel educacional mayoritariamente básico y estar dedicados de actividades primarias. Se tuvieron en cuenta distintas variables para el análisis de resiliencia comunitaria, tales como la cohesión de la estructura social, la honestidad gubernamental, la identidad cultural, la autoestima colectiva y el humor social. Los resultados de la investigación mostraron que los factores más sólidos que contribuyeron a la resiliencia en la caleta de Tumba corresponden al humor social (75%), a la identidad cultural (80%) y a la autoestima colectiva (86%). Cabe destacar que “la autoestima colectiva demuestra que existe un gran sentido de pertenencia, dado que a la mayoría de

la población le gusta el lugar que habita y no está dispuesta a abandonarlo” (Flores y Sanhueza, 2017, p. 139). Esta investigación permite afirmar que las anteriores dimensiones nombradas fomentan la supervivencia y el sentido de pertenencia, logrando que la población reaccione positivamente y se recupere frente a los desastres y situaciones de emergencia.

Todos estos factores tales como el buen desarrollo económico dentro de una comunidad, la identidad cultural, la autoestima colectiva, el humor social, el sentimiento de identificación y valoración positiva, entre otros, se tratan de factores de protección a nivel comunitario. Así pues, Limón (2010), destaca que la identidad cultural genera vínculos intersubjetivos que dan lugar a mecanismos como la internalización y socialización, y que éstos son, a su vez, generadores de conciencia para comprender la realidad que conforman las motivaciones para sobreponerse, resistir y reconstruirse frente a la adversidad, es decir, que dichos mecanismos dan lugar a una comunidad y/o cualidades resilientes. Por otro lado, un estudio de Flores y Sanhueza (2018), demostró que el humor social, la autoestima colectiva, y la identidad cultural establecen la formación de estructuras de identidad, supervivencia y pertenencia, que permiten altos niveles de resiliencia.

Hernández et al., (2016), realizaron un estudio con el objetivo principal de caracterizar los procesos de resiliencia comunitaria en diferentes barrios de San Juan de Pasto, Colombia, zona marcada por la violencia urbana. La unidad de análisis estuvo compuesta por la Comuna 10 de San Juan de Pasto y los jóvenes y adultos que viven en los barrios Cementerio Central y Sol de Oriente de esta Comuna. Asimismo, la información se recogió con la técnica denominada *Grupo Focal*, similar a una entrevista grupal, y con la *Escala de Resiliencia Comunitaria* validada por Ruiz (2015).

En los resultados se llegó a la conclusión de que la resiliencia es un recurso que permite hacer frente a las situaciones de violencia y marginación. No obstante, se encontró que los pilares de resiliencia no se desarrollan en igual medida. Aún así, las características propias de la resiliencia comunitaria más fortalecidas en este estudio fueron la identidad cultural y la autoestima colectiva. Mientras que la identidad cultural favorece la cohesión comunitaria y el trabajo colectivo, el desarrollo de la autoestima colectiva da lugar al desarrollo de sentimientos positivos hacia el lugar de residencia y mejora la percepción en cuanto a la capacidad de afrontamiento. Es decir, que ambas características a nivel social fomentan y/o favorecen la resiliencia comunitaria.

Por último, resulta indispensable destacar que “la resiliencia comunitaria es una de las herramientas por la cuales los grupos sociales que conviven con el fenómeno de la violencia logran mantenerse cohesionados y satisfacen en lo posible sus necesidades en pro de su bienestar” (Hernández et. al., 2016, p. 39). Por todo ello, podemos decir que la resiliencia comunitaria promueve una serie de factores o características que permite que las personas pertenecientes a un grupo comunitario logren verse reforzadas ante las adversidades o sucesos traumáticos.

6. DISCUSIÓN

A través de la realización de este ensayo teórico se pretendía conocer cuáles son los factores que han hecho y/o hacen posible el desarrollo de capacidades resilientes en personas que han sufrido un episodio traumático relacionado con la violencia. Por ello, los resultados expuestos anteriormente demuestran qué factores (bien individuales, o bien externos) hacen posible el desarrollo de una personalidad resiliente.

Para abarcar de forma eficiente los datos, se atenderá a preguntas sobre la investigación realizada, respondiendo a las mismas y reflexionando sobre lo obtenido:

En primer lugar, ¿por qué existen personas que han logrado transformar un episodio negativo en una experiencia positiva? Es aquí donde podemos deducir que ello se debe a condiciones internas y externas, a que estas personas tienen una serie de características individuales resilientes tales como la autoestima, la confianza en sí mismo, el manejo adecuado de las emociones, el humor, el apego, la empatía, el optimismo, la motivación..., y a características sociales o externas como el apoyo social, que les permiten afrontar con éxito y aprendizaje un episodio adverso. En consecuencia, los factores tales como la autoestima, humor y el apoyo social o la presencia de redes de apoyo, se tratan de factores protectores a nivel tanto individual como externo, predominantes en las investigaciones utilizadas para el trabajo.

Por otro lado, ¿las personas que sufren violencia activan más que otros grupos las capacidades o recursos? Se puede afirmar que la capacidad de resiliencia sí existe, pues según la percepción de las personas objeto de estudio – personas que han sido expuestas a situaciones de violencia –, de las diferentes investigaciones estudiadas, la mayoría se consideran a sí mismos/as como personas fuertes, ya que superar un episodio violento en sus vidas y todo lo que ello supone, conlleva una serie de esfuerzos a nivel emocional, así como ciertos sacrificios en sus vidas, y aún así ven el lado positivo de las cosas, concibiendo la vida con otra filosofía. No obstante, no podemos afirmar con claridad si una persona que ha sufrido violencia es más resiliente o tiene más capacidades/recursos que otra persona que, por ejemplo, haya sufrido una enfermedad grave. Sin embargo, a través de las investigaciones anteriormente analizadas, podemos decir que aquellos/as

que han salido reforzados de una experiencia traumática referente a la violencia, obtienen altos niveles de autoestima.

Finalmente, a través de esta investigación teórica se nos plantea la siguiente cuestión: ¿por qué hay quiénes que se adaptan mejor a las adversidades? Lo cierto es que todos contamos con la capacidad de ser resilientes, pues todos sufrimos la pérdida de un ser querido, todos envejecemos, todos hemos pasado por una ruptura emocional, etc., y salimos de esos “baches” que nos presenta la vida, adoptando una filosofía de vida basada en el optimismo y en la visión positiva hacia el futuro. Quizás no es fácil reconocer en uno mismo esta capacidad, pues muchas veces sucede sin ser algo consciente. Como bien señala Masten (2001) “la resiliencia no es un don exclusivo ni excepcional; es una cualidad natural que se construye con la magia ordinaria que todos practicamos en el día a día”. Es decir, la resiliencia no es algo que se tenga o no se tenga, sino que implica una serie de conductas y de pensamientos y/o creencias que cualquier persona puede desarrollar o aprender, por lo que, en este sentido, existen personas que tendrán más capacidades resilientes que otras. Del mismo modo, dependiendo de la gravedad y del número de experiencias traumáticas vividas, se podrán desarrollar ciertas cualidades para alcanzar una personalidad más o menos resiliente.

6.1. RESPECTO A LOS RESULTADOS

Se observa que las personas presentan características tanto individuales como externos de protección, y en los estudios se destacan factores individuales, tales como: la autoestima, el humor, la confianza en sí mismo, la regulación emocional, la perseverancia y la autonomía. En relación con los factores externos, tanto familiares como comunitarios de protección, recalcan la importancia de contar con redes de apoyo estables y el apego. Por otra parte, se destaca la autoestima colectiva, como factor que ayuda a generar la

resiliencia en el proceso de interacción con otros individuos dentro de la misma comunidad, es decir, en aquellos entornos donde existe violencia, podemos afirmar que la autoestima colectiva ayudará a afrontar dichas situaciones con éxito.

Analizando estos factores, aparecen diferentes opiniones según autores/as, y según el objeto de sus investigaciones influye para ellos/as también el ámbito en el que se produzca la situación o hecho traumático. Por ejemplo, al analizar la resiliencia y violencia escolar en el estudio realizado por Gómez et al., (2015), señalan múltiples factores como son la presencia de afecto, autonomía personal y estilo educativo. Sin embargo, Márquez et al., (2016), señalan como principales factores resilientes el optimismo y la perseverancia. Por su parte, en cuanto a los factores resilientes que desarrollan las mujeres tras haber sufrido violencia de género, los autores citados coinciden en que las características fundamentales para mostrarse resiliente son la autoestima, autoprotección y la confianza autónoma. Finalmente, en los estudios realizados para conocer la resiliencia comunitaria, autores como Melillo y Suárez, (2001), Ruiz (2015), Flores y Sanhueza (2018), entre otros, señalan que la identidad cultural, la autoestima colectiva, y el humor social son las claves para salir resiliente ante una situación de violencia.

De este modo, a través del análisis de las investigaciones y en comparación con las mismas, se llega a la conclusión de que aquellas características personales son las que hacen que los individuos puedan afrontar positivamente un episodio traumático de violencia. No obstante, las características personales resilientes no son las mismas para todas las personas que han pasado por una situación de esta índole. Así pues, hay personas que sufren violencia comunitaria y, en este sentido, el apoyo social, la identidad cultural,

el humor social, el buen desarrollo a nivel cultural, ambiental, etc., son factores externos generadores de resiliencia.

Finalmente, como propuesta para futuras líneas de investigación, cabe destacar que sería conveniente el hecho de poder acceder a una muestra más amplia, de forma que se puedan generalizar mejor los resultados. Resultaría también interesante poder hacer estudios de tipo longitudinal, que permitan valorar la evolución de lo estudiado y atender al fenómeno de la violencia de una manera más general. Además, se deben realizar estudios que midan únicamente la resiliencia a través de un instrumento específico, pues hay estudios que no dan toda la importancia a medir la resiliencia, si no que miden otras características personales de resistencia. Así pues, tal vez sea preciso que en futuras investigaciones se señalen herramientas para fomentar sus afectos positivos y disminuir los negativos.

6.2. RESPECTO A LAS LIMITACIONES DE ESTUDIO

Los inconvenientes que han podido limitar el desarrollo de este ensayo teórico y la búsqueda de datos para el mismo han sido los siguientes: pocos estudios que proporcionasen información sobre el tema en cuestión, además de pocos documentos que fueran de acceso gratuito. Así pues, también encontramos dificultades a la hora de encontrar investigaciones que hablaran sobre los factores de personas resilientes que hayan sufrido violencia sexual, siendo así el más encontrado el que hablaba sobre la violencia de género, es decir, se ha encontrado escasa variedad de información en relación con el tema a abordar. Además, nos encontramos con la dificultad de encontrar investigaciones a nivel nacional en España, destacando sobre todo investigaciones latinoamericanas.

Por último, la búsqueda de modelos teóricos y metodológicos ha resultado compleja, pues hubo que revisar numerosos artículos para encontrar publicaciones que mencionaran modelos resilientes. Así como también a la hora de exponer el concepto de Resiliencia, al haber tanta información, había que comparar numerosas definiciones, seleccionando aquellas de autores/as que fueran más comunes y concisas.

6.3. RESPECTO A LAS PROPUESTAS DE MEJORA

Nuestro objeto de estudio consistía en indagar en aquellos factores que poseen las personas para afrontar una situación traumática de manera positiva. Así pues, destacamos que es preciso contribuir a ampliar datos sobre el tema. Además, al no haber podido realizar como modalidad un trabajo de investigación, hemos encontrado mayores dificultades a la hora de buscar la información objeto de estudio. Muchas investigaciones se centraban en otros objetivos, no única y específicamente en aquellos factores que influyen en el desarrollo de la resiliencia en personas que han sufrido violencia.

Así pues, desde el Trabajo Social se debe investigar más acerca de la resiliencia y qué es lo que hace que estas personas logren salir reforzadas ante una adversidad, pues ambos enfoques, tanto la resiliencia como el Trabajo Social, comparten el propósito básico de la promoción del cambio en las personas.

7. CONCLUSIONES

El Trabajo de Fin de Grado se realizó con el objetivo principal de conocer cuáles son los factores personales de resiliencia que puedan tener las personas que han pasado por un episodio de violencia a nivel individual (violencia doméstica, abuso sexual, violencia escolar) y a nivel comunitario. Este objetivo establecido ha sido cumplido, pues se ha podido conocer cuáles son las características presentan las personas resilientes que

han pasado por dicho episodio traumático a través de la revisión de diversas investigaciones.

En cuanto a los objetivos específicos se refiere, se ha observado y comprendido la importancia de la resiliencia, así como se han identificado las diferentes posiciones según diversos autores en torno al concepto de resiliencia. Asimismo, se ha podido identificar aquellas potencialidades individuales, sociales y estructurales que presentan las personas resilientes, destacando los factores de protección y de riesgo; además de haber valorado el papel del Trabajo Social en relación con el objeto de estudio.

Por lo general, se concluye que existen diversos factores personales que influyen significativamente en el desarrollo de los niveles de resiliencia en las personas que hayan pasado por una situación relacionada con la violencia. Se destacan aquellos factores de resiliencia relacionados con características individuales tales como la presencia de altos niveles de autoestima, el optimismo, la perseverancia y el humor. Todos ellos conforman factores protectores predominantes en las investigaciones revisadas. En un segundo plano, se destacan factores externos que ayudan al desarrollo de una personalidad resiliente, tales como la presencia de redes de apoyo y el apego, el estilo educacional positivo y la identidad cultural, los cuales contribuyen a la superación de adversidades y al afrontamiento a posibles futuras situaciones traumáticas con éxito.

Asimismo, se concluye el hecho de que no existen unos factores y/o cualidades que sean posibles de desarrollar de igual forma en todas las personas para que sean resilientes, pues se trata de un proceso heterogéneo que depende de una serie de componentes que una persona posee o no, ya que dependiendo de la sociedad en la que vivas, de cómo te desarrolles en tu ciclo vital, depende de la cultura, de los estilos educativos, de los patrones de personalidad, de las redes de apoyo presentes..., se

desarrollarán unas cualidades resilientes u otras. A partir de ello, se pretende acentuar que la resiliencia no está presente con las mismas características en todas las personas, y que ésta depende de diversos factores. Es decir, aunque la gente comúnmente demuestra ser resiliente, este proceso es desarrollado de diferente manera, pues a partir de la forma en que un individuo construya su propia realidad, y dependiendo de la forma en que interiorice sus experiencias, conseguirá llegar a desarrollar una personalidad más resiliente o no.

Definitivamente, la resiliencia se trata de una cualidad trascendental para afrontar con éxito futuras situaciones difíciles, pues “el testimonio de muchas personas revela que, aún habiendo vivido una situación traumática, han conseguido encajarla y seguir desenvolviéndose con eficacia en su entorno” (Vera, Carbelo y Vecina, 2006, p. 42).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguiar, E., y Acle, G. (2012). Resiliencia, factores de riesgo y protección en adolescentes mayas de Yucatán: elementos para favorecer la adaptación escolar. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(2), 53-64.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146.
- Canaval, G. E., González, M. C., y Oliva, M. (2007). Espiritualidad y resiliencia en mujeres maltratadas que denuncian su situación de violencia de pareja. *Colombia Médica*, 38(4), 72-78.
- Cordero, V., y Teyes, R. (2016). Resiliencia de mujeres en situación de violencia doméstica. *Omnia*, 22(2), 107-118.
- Casas, G., y Campos, I. (1999). El enfoque de la resiliencia en el trabajo social. *Revista Costarricense de Trabajo Social* (9), 30-35.
- Díaz, J. M., Martínez, M., y Vásquez, L. A. (2011). Una educación resiliente para prevenir e intervenir la violencia escolar. *Itinerario educativo*, 25(57), 121-155.
- 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,(1), 399-419.
- Fernández, L. (2010). Modelo de intervención en crisis. En busca de la resiliencia personal. Máster en terapia para adultos del grupo Luria.

<https://orientacascales.files.wordpress.com/2014/05/trab-modelo-de-intervencion-en-crisis-lourdes-fernandez.pdf>

Fiorentino, M. T. (2008). La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. *Suma Psicológica*, 15(1), 95-114.

Flores, M., De Lima, A., y Pastori, N. (2018). Trauma, apego y resiliencia. Conociendo el abuso sexual infantil y sus consecuencias en una víctima adulta. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología de la UBA*, 17, 437-454.

Flores, P. T., y Sanhueza, R. A. (2018). Resiliencia comunitaria frente a los desastres naturales: caleta Tumbes, región del Biobío, Chile. *Cuadernos de Geografía: Revista Colombiana de Geografía*, 27(1), 131-145.

Forés, A y Grané, J. (2008). *La resiliencia. Crecer desde la adversidad*. Plataforma; Barcelona.

Fornari, L. F., y Labronici, L. M. (2018). O proceso de resiliência em mulheres vítimas de violência sexual: uma possibilidade de cuidado. *Cogitare Enfermagem*, 23(1).
Disponibile en: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/04/882624/52081-222583-1-pb.pdf>

García, M. C., y Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*, 11(1), 63-77.

González, N. I, y Valdez, J. L. (2012). Resiliencia y convivencia escolar en adolescentes mexicanos. *Revista de Psicología*, 14(2). 62-75.

- Gómez, O., Del Rey, R., Romera E. M., y Ortega, R. (2015). Los estilos educativos paternos y maternos en la adolescencia y su relación con la resiliencia, el apego y la implicación en el acoso escolar. *Anales de psicología*, 31(3), 979-989.
- Grotberg, E. (1995). *The International Resilience Project: Promoting Resilience in children*. Wisconsin: Universidad de Wisconsin.
- Guillén, S., Villarraga, G., Pachón, R., & Roncancio, E. (2013). Resiliencia en el fenómeno de violencia intrafamiliar desde la terapia narrativa: Una nueva perspectiva. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 4(1), 58-68.
- Gutiérrez, M. J., y Rodríguez, N. (2015). Resiliencia en mujeres sobrevivientes de violencia de género. *Revista científica de FAREM-Estelí*, (13), 75-85.
- Hébert, M., Lavoie, F, y Blais, M. (2013). Post Traumatic Stress Disorder/PTSD in adolescent victims of sexual abuse: resilience and social support as protection factors. *Ciencia & saude coletiva*, 19, 685-694.
- Hernández, E., Meneses, B., y Moreno, N. (2016). La resiliencia comunitaria en contextos de violencia urbana. *Revista de Psicología GEPU*, 7(2), 24-46.
- Hernández, E., Meneses, B., y Moreno, N. (2020). Capítulo 3. Canales de animación sociocultural para activar procesos de resiliencia comunitaria frente al fenómeno de la violencia barrial. En Carrera, M., y Narváez, J. (Ed.), *Escenarios de Violencia y Paz* (pp.48-81). Colombia: Editorial Universidad Cesmag.

- Hsieh, H. F., Hung, Y. T., Wang, H. H., Ma, S. C., & Chang, S. C. (2016). Factors of resilience in emergency department nurses who have experienced workplace violence in Taiwan. *Journal of nursing scholarship*, 48(1), 23-30.
- Juárez, A. (2012). Construir desde las fortalezas: trabajo social y resiliencia. Miscelánea Comillas. *Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 70(136), 5-36.
- Leiva, L., Pineda, M., y Encina, Y. (2013). Autoestima y apoyo social como predictores de la resiliencia en un grupo de adolescentes en vulnerabilidad social. *Revista de Psicología*, 22(2), 111-123.
- Limón, F. (2010). *Conocimiento cultural y existencia entre los chuj*. México: Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígena (CDI), serie Antropología Social.
- Limonero, J. T., Tomás, J., Fernández, J., Gómez, M. J., y Ardilla, A. (2012). Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: predictores de satisfacción con la vida. *Psicología Conductual*, 20(1), 183-196.
- Loesel, F. (1992). *Resilience in childhood and adolescents*. In: Summary for the International Catholic Child Bureau. Geneva: Switzerland.
- Márquez, C. V., Verdugo, J. C., Villarreal, L., Montes, R., y Sigales, S. (2016). Resiliencia en adolescentes víctimas de violencia escolar. Internatioanl Journal of Depelovement and Educational Psychology. *INFAD Revista de Psicología*, 1(2), 485-498.

- Martínez, C. Bogat, A., Eye, A. y Levendosky, A. (2009). Resilience Among Children Exposed to Domestic Violence: The Role of Risk and Protective Factors. *Child development, 80*(2), 562-577.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American psychologist, 56*(3), 227.
- Masten, A. S., & Powell, L. (2003). A Resilience Framework for Research, Policy. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities,*
- Mateu, R., García, M., Gil, J. M., y Caballer, A. (2009). ¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. Repositorio de la Universitat Jaume I. http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum_2009_15.pdf
- Mejia, R. (2003). Resiliencia: ¿Ilusión o Realidad? *Revista CES Medicina, 17*(1).
- Melillo A., y Suárez, E. [comps.]. (2001) *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Paidós, Buenos Aires.
- Morelato, G. (2011). Maltrato infantil y desarrollo: hacia una revisión de los factores de resiliencia. *Pensamiento psicológico, 9*(17), 83-96.
- Palma, M. O., y Hombrados, I. (2013). Trabajo Social y Resiliencia: Revisión de elementos convergentes. *Portularia, 13*(2), 89-98.
- Pereda, N. (2011). La importancia del apoyo social en la intervención con víctimas de abuso sexual infantil: una revisión teórica. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil, 28*(4), 44-53.

- Pereyra, M. (2011). *La resiliencia*. En Cyrulnik, B., Manciaux, M., Sánchez, E., Colmenares, M. E., Balegno, L., & Olaya, M. (2002). *La resiliencia. Desvictimizar la víctima*. Cali: Casa editorial Rafue. CEIC.
- Piña, J. A. (2015). Un análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología. *Anales de Psicología*, 31(3), 751-758.
- Puig, G., y Rubio, J. L. (2012). *Manual de resiliencia aplicada*. Prólogo de Stefan Vanistendael. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Quiceno, J. M., Mateus, J., Cardenas, M., Villareal, D., y Vinaccia, S. (2013). Calidad de vida, resiliencia e ideación suicida en adolescentes víctimas de abuso sexual. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* 18(2), 107-117.
- Quintero, A. M. (2005). Resiliencia: contexto no clínico para trabajo social. *Revista latinoamericana e ciencias sociales, niñez y juventud* 3(1), 73-94.
- Quesada, C. V. (2006). El enfoque de resiliencia en Trabajo Social. *Acciones e Investigaciones sociales*, (1 Ext), 466-466.
- Rengifo, Y. M.; Serrato, M. N.; Umaña, E. (2015). Afectividad en un grupo de adolescentes vinculados al SRPA: expresiones y relatos. *Infancias Imágenes*, 14(2), 55-70.
- Rodríguez, H. Y., Guzmán L., y Yela, N. P. (2012). Factores personales que influyen en el desarrollo de la infancia en niños y niñas en edades comprendidas entre 7 y 12 años que se desarrollan en extrema pobreza. *International Journal of Psychological Research*, 5(2), 98-107.

- Ruiz, J. I. (2015). Resiliencia comunitaria: propuesta de una escala y su relación con indicadores de violencia criminal. *Pensamiento Psicológico*, 13(1), 119-135.
- Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Revista de Psicología*, 11(11), 41-48.
- Slaikeu, K. A. (1996). *Intervención en crisis: Manual para práctica e investigación*. México: Manual moderno.
- Uriarte, J. D. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-80.
- Vera, B., Carbelo, B., y Vecina, M. L. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 40-49.
- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21, 152-169.