

# Trabajo Fin de Grado

**Resiliencia, Significación Vital, Bienestar Subjetivo y  
Apoyo Social Percibido en Indonesia**

FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES  
GRADO EN TRABAJO SOCIAL

**Septiembre 2016**

**Alumna:** García Trejos, Luz Marina

**Tutores académicos:** Negrín Plata, Amanda; Hernández Hernández, Manuel

### Resumen

Debido a que Indonesia es el cuarto país más poblado del mundo, a ciertos déficits económicos, estructurales y que está conformado por diferentes grupos étnicos, lingüísticos y religiosos, muchas personas de la comunidad pasan por situaciones realmente difíciles en la vida. Sin embargo, son capaces de sobreponerse ante la adversidad y seguir adelante en su día a día; bien sea por instinto de supervivencia o por vivir lo mejor posible. Es cierto que si las personas quieren lograr el propósito de vivir con alegría e ilusión van a depender de ellos/as mismos/as, dado que el apoyo institucional es mínimo. La actitud es determinante para saber cómo solucionar los problemas. En el presente proyecto de investigación se pretende conocer el porqué por muchos inconvenientes o necesidades sin cubrir con las que se encuentra la población de Indonesia, estos parecen ser felices, ¿coincidirá esta impresión con la realidad? Además de demostrar si realmente poseen una alta capacidad de resiliencia, interesa determinar cuáles son los factores que los hacen resistentes a la adversidad, y si el apoyo social percibido influye en ello.

Palabras Clave: resiliencia, significación vital, bienestar subjetivo, apoyo social percibido.

### Abstract

*Due to the fact that Indonesia is the fourth most populated country in the world and is made up of different ethnic, linguistic and religious groups, many people from the community go through really difficult situations in life, yet they are able to get through these hardships and go on with their day to day life; either by survival instinct or for the desire to have the best life possible. It is true that if people want to overcome hard times in order to live a joyful life with enthusiasm it will depend on them. Their attitude will determine the way they solve their problems.*

*In this research project we are trying understand why after facing so many problems and needs, the population of Indonesia is so happy, will this coincide with reality? In addition to demonstrating whether they really have a high resilience, the factors that make them resistant to adversity, and whether perceived social support influences these.*

*Keywords: resilience, vital significance, subjective well-being, social support*

## Contenido

<b>Introducción</b> .....	<b>4</b>
<b>1. Justificación</b> .....	<b>5</b>
<b>2. Marco conceptual y teórico</b> .....	<b>7</b>
2.1 Concepto .....	7
2.2 Por qué es importante la resiliencia .....	12
2.3 Debilidades y Fortalezas .....	13
2.4 Escalas científicas que miden los constructos elegidos .....	13
2.5 Para qué es importante para el Trabajo Social.....	14
<b>3. Objetivos e hipótesis</b> .....	<b>15</b>
3.1 Objetivos .....	15
3.2 Hipótesis .....	15
<b>4. Muestra y método:</b> .....	<b>16</b>
4.1 Muestra .....	16
4.2 Instrumento .....	16
4.3 Procedimiento .....	17
<b>5. Resultados</b> .....	<b>19</b>
5.1 Características de la muestra.....	19
5.2 Análisis de fiabilidad .....	23
5.3 Correlaciones .....	25
<b>6. Análisis</b> .....	<b>30</b>
<b>7. Conclusiones</b> .....	<b>33</b>
<b>8. Propuestas de mejora</b> .....	<b>35</b>
<b>Referencias bibliográficas</b> .....	
<b>Anexos</b> .....	

### Introducción

Conocer la realidad de aquellas poblaciones que se encuentran en situaciones de vulnerabilidad, nos permitirá descubrir cuáles son los factores que actúan directamente en el bienestar de la población.

El bienestar subjetivo se podría definir como el resultado de la valoración global mediante la cual, a través de la atención a elementos de naturaleza afectiva y cognitiva, el sujeto repara tanto en su estado anímico presente como en la congruencia entre los logros alcanzados y sus expectativas sobre una serie de dominios o áreas vitales así como, en conjunto, sobre la satisfacción con su vida. (García, 2002)

En el presente estudio se demostrará que, pese a las dificultades en la vida los sujetos, estos encuentran su propio bienestar. Para esto se llevará a cabo una investigación descriptiva de campo, en una muestra de 103 personas de Indonesia mayores de edad, donde los datos se extraerán directamente donde ocurren los hechos, sin manipular ni controlar sus variables.

Se identificarán las dimensiones más influyentes en los sujetos que los hacen resistentes a la adversidad. Además se comprobará si poseen una alta capacidad de resiliencia como también la influencia del apoyo social percibido en estos.

Para terminar, se forjarán propuestas de mejora para posibles investigaciones y actuaciones dentro del Trabajo Social.

### 1. Justificación

Indonesia es uno de los países más poblados del sudeste asiático, existen muchas familias que viven bajo el umbral de la pobreza y se encuentran en estado de vulnerabilidad, gran parte de la población sobrevive el día a día con las provisiones mínimas para subsistir, los habitantes tratan de buscarse la vida con lo que pueden, debido a la escasez del empleo muchos niños/as son obligados a trabajar para poder mantener a sus familias, es una sociedad donde los derechos humanos y, en especial los infantiles no se cumplen del todo.

Pese a todas las dificultades con las que se pueden encontrar los habitantes de esta población, la gran mayoría de las personas son felices; desde la antigüedad la felicidad siempre ha preocupado a la humanidad. Cada uno de nosotros pensamos en nuestro propio bienestar aunque no seamos felices. Esto nos da la oportunidad de demostrarnos si estamos satisfechos, alegres y cómodos con nuestra vida, para actuar en base a lo que nos interesa. Ya que esta situación es así, desde el Trabajo Social es importante interesarse por una búsqueda del bienestar con las personas con las que trabajamos.

Al igual que la salud es un objetivo importante para la población, el bienestar debería convertirse en otro objetivo principal. Para Diener & Diener (1995), el bienestar subjetivo dependerá de tres características principales:

- ❖ La propia autovaloración vital de forma positiva.
- ❖ La prevalencia de los sentimientos positivos frente a los negativos.
- ❖ La felicidad como una virtud o una gracia.

Según DeVol & Bedroussian (2007) podemos deducir que la promoción del bienestar puede ser no sólo útil desde un punto de vista social y humano, sino

probablemente también desde un plano económico. Así se convierte en un objetivo de interés social y político.

Los factores que influyen en el bienestar se deben identificar para saber cuáles son los puntos en los que se deben intervenir para mejorar la salud y el bienestar de la población, así como conocer los factores que los hacen resistentes a la adversidad. Para Arcelay & Avilés (2014), la capacidad que desarrolla el ser humano a la hora de enfrentarse a las adversidades de la vida, afrontándolas y transformándose positivamente con estas es la resiliencia, determinando por una relación entre los factores protectores del individuo y los riesgos que se dan en la vida de las personas.

El apoyo social puede influir positivamente, y de forma directa, sobre la salud y el bienestar en la medida que contribuye a satisfacer necesidades humanas como las de seguridad, contacto social, pertenencia, estima, afecto... En este sentido, los efectos positivos de apoyo social sobre la salud pueden compensar los negativos del estrés. (Centro Nacional de Condiciones de Trabajo, 2001)

### 2. Marco conceptual y teórico

Para poder entender nuestro proyecto de investigación debemos aclarar ciertos conceptos y preguntas que nos serán de utilidad a la hora de elaborarlo.

#### 2.1 Concepto

En primer lugar nos vamos a centrar en el término resiliencia citado por diferentes autores/as que hemos considerado importantes, cabe destacar que este concepto ha sido utilizado en diferentes disciplinas como lo son la medicina, psicología, sociología, derecho, ingenierías y física.

Según la Real Academia Española, la resiliencia proviene del latín *resilio*, *resilire*, refiriéndose a *saltar hacia atrás o rebotar*.

Sin embargo, la resiliencia se puede llegar a concebir como una respuesta adaptativa cuando una persona enfrenta condiciones adversas o de riesgo aún cuando no se ha precisado si finalmente se trata de: a) un proceso o un resultado; b) un atributo de la persona, en el sentido de que, inherente y consustancial a su existencia como ser biológico y social, hay alguna disposición hacia la resiliencia, (Gaxiola, 2012; citado en Piña, 2015, p.753), que está ahí, latente, a la espera de ser activada por alguna fuerza interna y/o externa; c) si es un concepto relativo a la reactividad, es decir, a la manera en que se responde a esas fuerzas externas que se conciben como adversas y potencialmente dañinas, perturbadoras, generadoras de estrés..., o d) si es consecuencia de la interacción de la persona con el ambiente en sus distintas modalidades (Piña, 2015, p.753).

La resiliencia forma parte de unos de los aspectos más importantes del ser humano para afrontar situaciones críticas, es la “capacidad que tienen las personas para hacer frente al dolor, a experiencias difícil eso traumáticas” (Wilches, 2010), la manera

en la cual superarán eventos adversos y la capacidad de desarrollarse exitosamente a pesar de la situación. Esta no es innata, “sino que está asociada al temperamento, las características internas, el locus de control. Se conoce que la capacidad de resiliencia depende también del número, intensidad y duración de las circunstancias adversas por las que se ha pasado” (Becoña, 2006, p.131).

Este término se ha teorizado como un fenómeno que resulta de la integración de sistemas humanos adaptativos que cooperan exitosamente cuando se produce una exposición a situaciones estresantes, adversas o traumáticas. Lo que se posibilitaría así es una flexibilidad adaptativa que permita el salto desde experiencias pasadas negativas hacia la superación de las vicisitudes de la vida diaria. O bien, desde el modelo de estrés y alostasis, se podría definir la resiliencia como la habilidad de un organismo para responder a estresores en su entorno a través de un adecuado uso y de una eficiente finalización de las respuestas alostáticas. Desde su origen en la termodinámica como la capacidad de un ecosistema de regresar a la estabilidad después de una alteración [...]. Nos ha permitido profundizar en el entendimiento de la *regulación emocional*, capacidad fundamental de la persona y elemento imprescindible para la consecución de la salud mental (Reguera, 2015, pp.64-65).

Mediante la resiliencia podemos obtener respuestas adaptativas para las condiciones adversas, requiriendo el cumplimiento de tres características principales: la primera de ellas consiste en determinar la existencia de una amenaza al desarrollo; la segunda, que la persona adquiera, a partir de sus interacciones psicológicas históricas, la disposición de ser resiliente, esto es, la tendencia conductual a la superación y posterior adaptabilidad ante las adversidades; y, por último, es necesario demostrar la competencia en una tarea del desarrollo de acuerdo con la edad y con la cultura específica donde habita la persona (Gaxiola, González, & Gaxiola, 2013, p. 244).



En otro sentido González, García, & Ferrer (2008), comentan que el concepto de resiliencia ha tenido un inusitado auge durante los últimos años, debido quizá a la posibilidad de enlazar a través de él categorías de orden “social” con otras de orden “psicológico”, a partir del enfoque de factores de riesgo, lo cual permite justificar el desarrollo de estrategias de intervención en diferentes campos. En una mirada general a las formalizaciones teóricas derivadas de investigaciones en áreas tan diversas como la educación, el desarrollo comunitario y la atención a víctimas de desastres (naturales y artificiales), se pueden identificar una marcada tendencia hacia lo descriptivo. Los modelos de promoción de la resiliencia giran en torno al empoderamiento, la gestión de las comunidades, el reconocimiento de la capacidad resiliente en las poblaciones objeto y estrategias de trabajo en equipo y en red encaminadas a elevar la presencia de condiciones protectoras en el medio ambiente que rodea a las mismas.

Para Arcelay & Avilés (2014), la resiliencia es la capacidad que desarrolla el ser humano a la hora de enfrentarse a las adversidades de la vida, afrontándolas y transformándose positivamente con estas. Se determina por una relación entre los factores protectores del individuo y los riesgos que se dan en la vida de las personas.

Resiliencia también es la capacidad del sujeto para recuperarse de las dificultades, fortalecido y dueño de mayores recursos; La resiliencia puede comprenderse como un proceso de resistencia y aprendizaje frente a las dificultades de la vida, donde la persona logra percibir y experimentar otras dimensiones de su existencia que antes no había tenido en cuenta. (Romero, Rey & Fonseca, 2012, pp. 145-146)

Como comenta Carrasco (2010), la resiliencia es fruto de nuevas experiencias, entendiendo esta como la capacidad que posemos los seres humanos para afrontar las diferencias encontradas en nuestras nuevas situaciones de vitales, no suponiendo esto un retroceso a nuestro pasado, ya nada será igual a lo anterior.

En ese sentido, “se piensa que la resiliencia psicológica es un proceso dinámico que resulta de la acción de múltiples factores protectores que impiden que se produzcan cambios en los niveles de satisfacción”. (Navarro & Bueno, 2015, p. 1008)

Para Quiñones (2015) resiliencia es la capacidad del sujeto, que a partir de situaciones adversas, construye o reconstruye alternativas tanto del sí mismo como sujeto, como de los procesos relacionales y de las condiciones de los entornos particulares de convivencia en que se desenvuelve. Por la resiliencia, el sujeto es capaz de replantear nuevas miradas y posibilidades a sus actuaciones en el mundo, elaboración que logra mediante una fluidez de pensamientos, sentimientos y acciones de manera creativa. Ese poder llega a generar otras maneras de percibir y actuar en el mundo que ha sido transformado o destruido por los eventos traumáticos y/o adversos que afronta.

A continuación, se definirá el término de satisfacción vital. Diener, Emmons, Larsen & Griffin (1985) entienden por satisfacción vital como un proceso cognitivo, en el que se evalúa globalmente la calidad de vida de las personas de acuerdo con sus criterios personales elegidos. Por lo tanto existe una correlación entre las circunstancias y los estándares que se consideran apropiados. Cabe destacar que los factores de satisfacción vital variarán dependiendo del propio juicio del sujeto investigado. Esta no es impuesta y es cambiante.

Para Diener & Diener (1995), el bienestar subjetivo dependerá de tres características principales:

- ❖ La propia autovaloración vital de forma positiva.
- ❖ La prevalencia de los sentimientos positivos frente a los negativos.
- ❖ La felicidad como una virtud o una gracia.

El componente cognitivo, la satisfacción con la vida, representa la discrepancia percibida entre sus aspiraciones y sus logros, cuyo amplio rango evaluativo va desde la sensación de realización personal hasta la experiencia vital de fracaso o frustración.

En este sentido, la satisfacción con la vida y el componente afectivo del bienestar subjetivo tienden también a correlacionar porque ambos elementos se hallan influidos por la valoración que realiza el sujeto acerca de los sucesos, actividades y circunstancias en general en las que se desarrolla su vida. No obstante, necesariamente también han de diferir, ya que así como la satisfacción con la vida representa un resumen o valoración global de la vida como un todo, el balance afectivo depende más de las reacciones puntuales a eventos concretos que acontecen en el curso de la vida.

El bienestar subjetivo se podría definir como el resultado de la valoración global mediante la cual, a través de la atención a elementos de naturaleza afectiva y cognitiva, el sujeto repara tanto en su estado anímico presente como en la congruencia entre los logros alcanzados y sus expectativas sobre una serie de dominios o áreas vitales así como, en conjunto, sobre la satisfacción con su vida. (García, 2002)

En cuanto a la definición de apoyo social, podemos encontrar varios autores que han investigado frente a este tema:

- ❖ "El apoyo social es definido por la presencia o ausencia relativa de recursos de apoyo psicológico provenientes de otras personas significativas".
- ❖ "La información que permite a las personas creer que: a) se preocupan de ellos y les quieren, b) son estimados y valorados y c) pertenecen a una red de comunicación y de obligaciones mutuas".
- ❖ "Transacciones interpersonales que implican la expresión de afecto positivo, la afirmación o respaldo de los valores y creencias de la persona y/o la provisión de ayuda o asistencia".

- ❖ "La disponibilidad de ayuda proveniente de otras personas".
- ❖ "El grado en que las necesidades sociales básicas se satisfacen a través de la interacción con los otros". (Pérez & Martín, 2010, p.1 )

El nivel más básico en la conceptualización del apoyo social es aquel que lo aborda como Integración social. Este nivel de análisis se centra en el número y fuerza de las asociaciones de una persona con los otros significativos. No se hace relación a la calidad de las relaciones sino a las características estructurales de la red social de una persona (número de contactos, clase de los mismos; matrimonio, amistad...). Este nivel no es capaz de explicar la relación entre salud y apoyo social.

El apoyo social puede influir positivamente, y de forma directa, sobre la salud y el bienestar en la medida que contribuye a satisfacer necesidades humanas como las de seguridad, contacto social, pertenencia, estima, afecto... En este sentido, los efectos positivos de apoyo social sobre la salud pueden compensar los negativos del estrés. (Centro Nacional de Condiciones de Trabajo, 2001)

### 2.2 Porqué es importante la resiliencia

La resiliencia es importante puesto que posibilitará afrontarlas experiencias traumáticas o dolorosas que se hayan pasado en la vida, permitiendo crear nuevas formas para asumir situaciones de este estilo. Además, el estudio de esta nos enseñará los factores principales a la hora de superarse 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, & Umaña, 2015, p. 63)

### 2.3 Debilidades y Fortalezas

Como debilidad de la resiliencia se puede destacar la dificultad a la hora de iniciar un proceso, esta carece de una base fundamentada como mecanismo para confrontar aciertos y desaciertos. Además, no resulta sencillo hablar de resiliencia, ya que lo que creamos como una dificultad vital es una dimensión de nuestra identidad, relatada como su totalidad.

“Si entendemos la resiliencia como la capacidad del sujeto para recobrase de las dificultades (Walsh, 2004), comprendemos lo difícil que puede ser “recobrase” de una identidad significada como problemática y en ocasiones, inmutable”. (Romero, Rey & Fonseca, 2012)

Podemos destacar el enfoque sistémico que nos permite ver la resiliencia como una manera de reconstruir la realidad del sujeto, “dependiente de discursos sociales: de ideologías de género, clase social, religión, profesión, nación, etc. mezcladas con ideologías de edad (infancia, adultez, vejez)”. (González, García & Ferrer, 2008)

De acuerdo con Cyrulnik (2010 citado en Rengifo, Serrato & Umaña, 2015) “las relaciones familiares que se dan en torno a múltiples vínculos afectivos aumentan la protección afectiva y, en caso de crisis, facilitan una posibilidad de resiliencia”.

### 2.4 Escalas científicas que miden los constructos elegidos

- ❖ La escala científica que se empleará para medir la capacidad de resiliencia y que se utilizará en este proyecto de investigación será Connor & Davidson Resilience Scale (2016), con 10 ítems.
- ❖ Además de esta emplearemos la MLM, de Morgan & Farsides (2009), con 10 ítems.

- ❖ Contaremos con SWLS, de Diener, Emmons, Larsen & Griffin (1985), con 5 ítems, que nos ayudará a medir la satisfacción vital.
- ❖ También se usará la PANAS de Watson, Clark y Tellegen (1988), con 40 ítems, que evaluará el estado de ánimo o las emociones.
- ❖ Y por último la escala MOS, de Sherbourne y Stewart (1991), con 20 ítems, que medirá el apoyo social percibido.

### 2.5 Para qué es importante para el Trabajo Social

La resiliencia se ha teorizado como un fenómeno que resulta de la integración de sistemas humanos adaptativos que cooperan exitosamente cuando se produce una exposición a situaciones estresantes, adversas o traumáticas. Lo que se posibilitaría así es una flexibilidad adaptativa que permita el salto desde experiencias pasadas negativas hacia la superación de las vicisitudes de la vida diaria (Reguera, 2015, pp.64-65). Dentro de nuestra disciplina como profesionales es fundamental conseguir que las personas sean felices aumentando su estado de bienestar. Pese a que muchas personas tienen condiciones sociales deficitarias, es considerable determinar si aun así las personas consiguen darle un sentido a su vida. Es necesario investigar e identificar los factores que dan pie a la resiliencia ante numerosas condiciones adversas a las que se enfrenta la mayoría de la población. Es necesario confirmar el papel protector del apoyo social.

### 3. Objetivos e hipótesis

#### 3.1 Objetivos

- ❖ Conocer la capacidad de resiliencia de las personas encuestadas.
- ❖ Medir la significación vital de los sujetos de la muestra.
- ❖ Establecer el nivel de bienestar subjetivo (satisfacción vital + afecto positivo y negativo).
- ❖ Medir el nivel de apoyo social y familiar que tiene la muestra seleccionada en su entorno.

#### 3.2 Hipótesis

- ❖ Las personas de Indonesia tienen un alto grado de capacidad de resiliencia.
- ❖ Las personas con más apoyo social percibido tienen mayor capacidad de resiliencia.
- ❖ El apoyo social percibido es de gran importancia en esta comunidad para la obtención de mayor significación y satisfacción vital.

#### 4. Muestra y método:

Nos encontramos ante una investigación descriptiva de campo, con esta se pretende describir la realidad actual, los datos se extraerán directamente donde ocurren los hechos sin manipular ni controlar sus variables.

##### 4.1 Muestra

La muestra de partida para esta investigación será de 103 personas de Indonesia, mayores de 18 años. El sexo será seleccionado por conveniencia.

##### 4.2 Instrumento

Para esta investigación se ha elaborado un cuadernillo compuesto por 6 escalas diferentes, este es un método simple que nos facilitará la información que precisamos.

- ❖ Para medir la capacidad de resiliencia:
  - Connor & Davidson Resilience Scale (2016), con 10 ítems.
- ❖ Para medir la significación vital:
  - MLM, de Morgan & Farsides (2009), con 10 ítems.
- ❖ Para medir la satisfacción vital:
  - SWLS, de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985), con 5 ítems.
- ❖ Para evaluar el estado de ánimo o las emociones:
  - PANAS de Watson, Clark y Tellegen (1988), con 40 ítems.
- ❖ Para medir el apoyo social percibido:
  - MOS, de Sherbourne y Stewart (1991), con 20 ítems.
- ❖ Escala socio-demográfica.

En primer lugar la escala Connor & Davidson Resilience Scale (2016), consta de 10 ítems estructurados en una escala sumativa, en la cual: 1 será en absoluto, 2 rara vez, 3 a veces, 4 a menudo y 5 casi siempre. El rango de esta escala no tiene establecido ningún punto de corte, es decir a mayor puntuación, mayor resiliencia.



En cuanto a la escala MLM, de Morgan & Farsides (2009), comprende 10 ítems que abarcan cognitiva, afectiva, conductual y los componentes del significado en el concepto de la vida, cada ítem tiene 5 opciones, siendo el 1 muy en desacuerdo y el 5 muy de acuerdo, mide el sentido que tiene una filosofía personal o marco a través del cual entender la vida; A lo largo de la historia, como señalan los autores, la humanidad busca la naturaleza de la buena vida, estos factores resuenan a través de múltiples filosofías, humanista, socio-cognitiva, y perspectivas psicológicas positivas.

Por otra parte, la escala de Satisfacción con la Vida o SWLS (*Satisfaction With Life Scale*) se forma con 5 preguntas, teniendo cada una de ellas una puntuación entre 1 y 5 (siendo 1 muy en desacuerdo y 5 muy de acuerdo). Según la puntuación obtenida se interpretará si el sujeto que responde la pregunta está extremadamente descontento, descontento, ligeramente por debajo de la media, con una puntuación media, con una puntuación alta o altamente contento.

La escala PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*) de afecto positivo y afecto negativo, está compuestas por 40 ítems (20 de afecto negativo y 20 de afecto positivo). En la escala cada ítem tiene 5 opciones, siendo el 1 muy poco o nada y el 5 extremadamente.

Y por último la escala MOS, de Sherbourne y Stewart (1991), con 20 ítems nos ayudará a medir el apoyo social percibido del encuestado/a, cada ítem tiene 5 opciones, siendo el 1 en ningún momento del tiempo y el 5 todo el tiempo.

### 4.3 Procedimiento

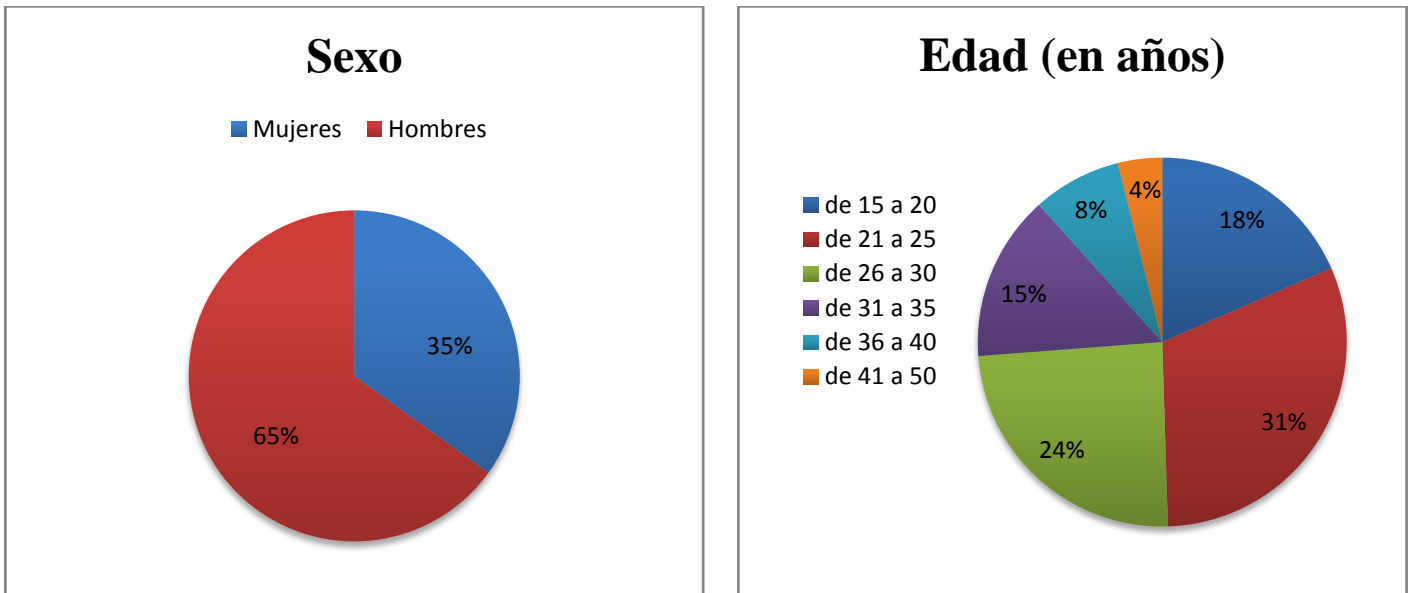
Para la muestra se han escogido a 103 personas de ambos sexos, mayores de 18 años, en Indonesia, en las aldeas en las que se estaba desarrollando programas de Cooperación Internacional, por parte de la ONG, Balanced World, en la que colaboraba la alumna. Para obtener los datos, se contactó y convocó a los potenciales participantes,

se les hizo una breve explicación y se les entregó el cuadernillo, con 6 escalas diferentes, mencionadas anteriormente. Una vez se proporciona el cuadernillo a la persona, se les da a saber que esta es información totalmente anónima y simplemente deberán dar a conocer su edad y sexo. Se estuvo presente en la cumplimentación y se les apoyó en todo momento si se requería. Posteriormente, se hizo el registro de respuestas en una tabla Excel y se procedió al tratamiento estadístico, análisis de datos y a la elaboración del informe, en el que también se presentan las conclusiones.

## 5. Resultados

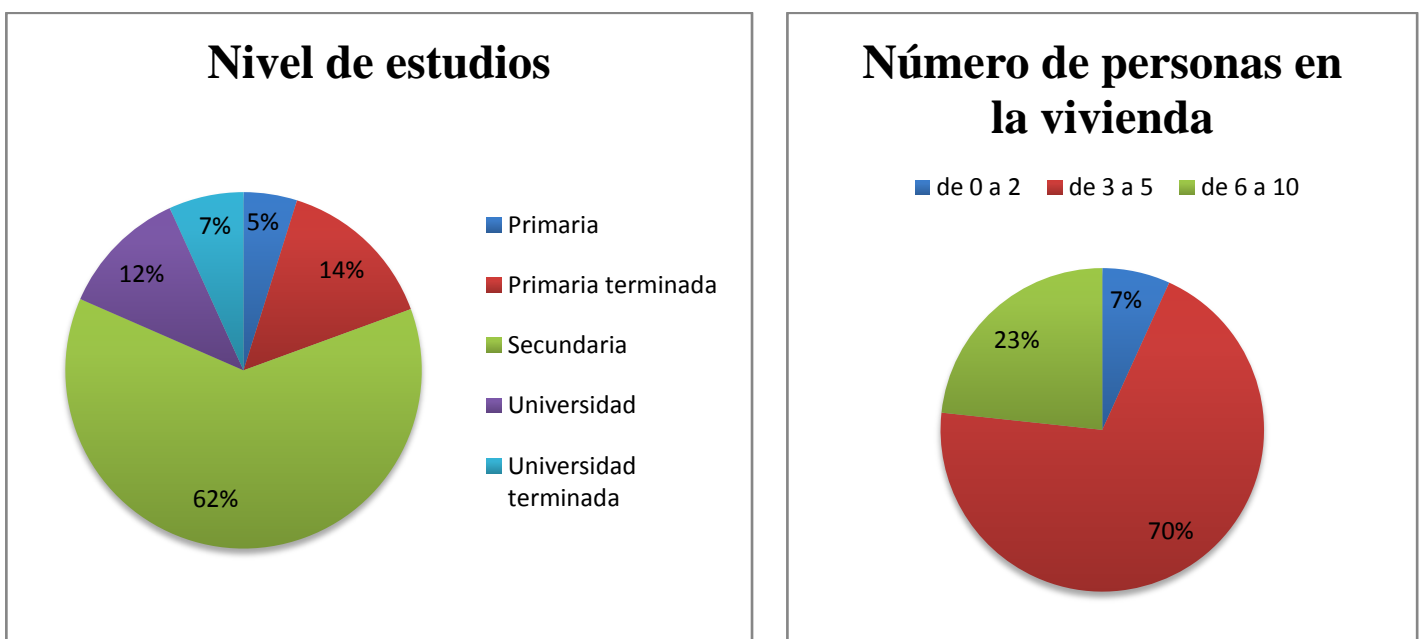
### 5.1 Características de la muestra

Gráfica 1 y 2. Características de la muestra



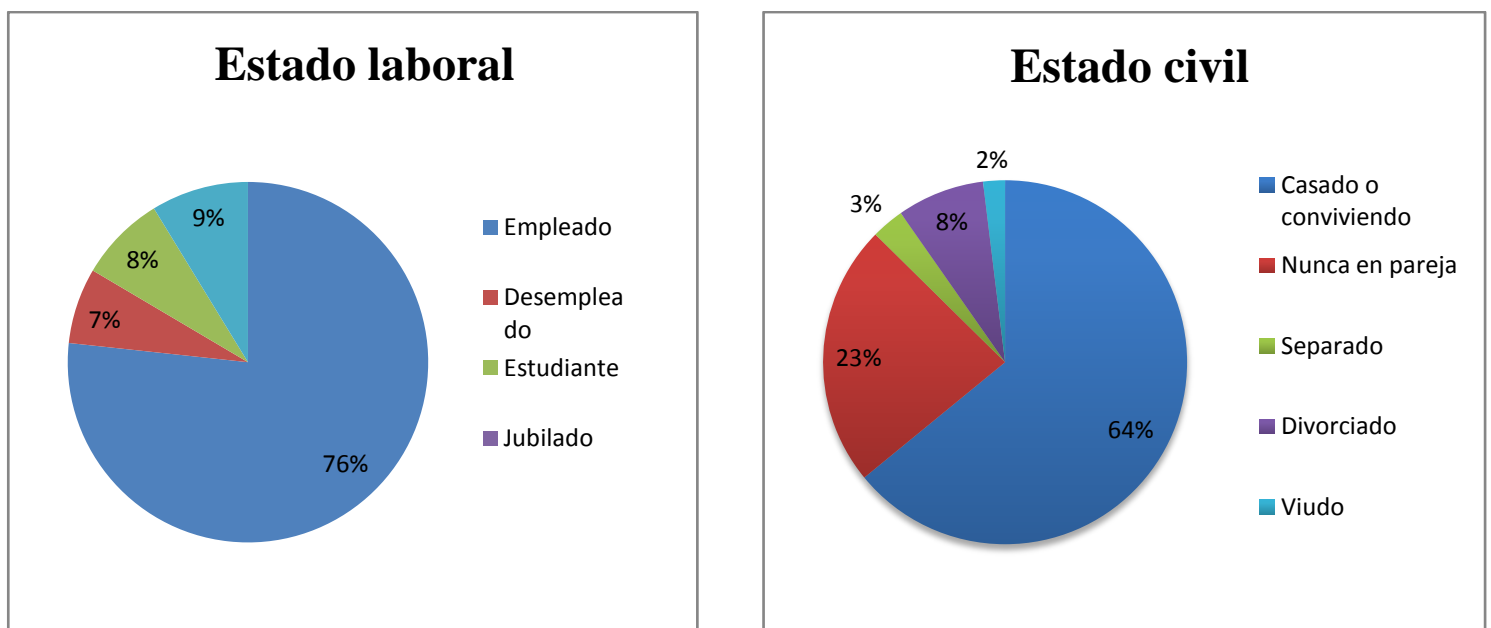
Se puede observar el 65% de las personas encuestadas fueron hombres. En cuanto a la edad de la muestra el 31% se sitúa en el intervalo entre 21 y 25 años.

Gráfica 3 y 4. Distribución por nivel de estudios; Distribución por personas en la vivienda



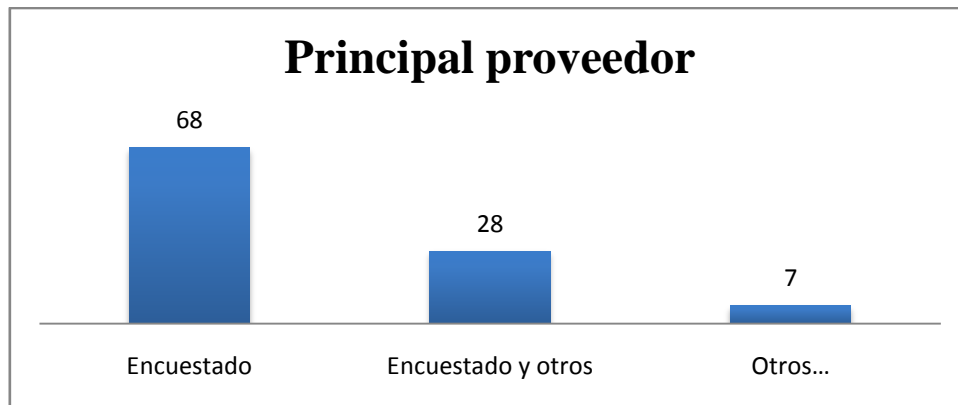
Como se puede apreciar, el nivel de estudios de la población se queda en la secundaria, siendo muy pocos los que continúan ampliando sus conocimientos en la universidad. En cuanto al número de personas en la vivienda, gran parte de las personas encuestadas comparten su domicilio con 3 o 5 personas por casa, siendo muy pocos los que viven con una o dos.

**Gráfica 5 y 6.** *Distribución por estado laboral; Distribución por estado civil*



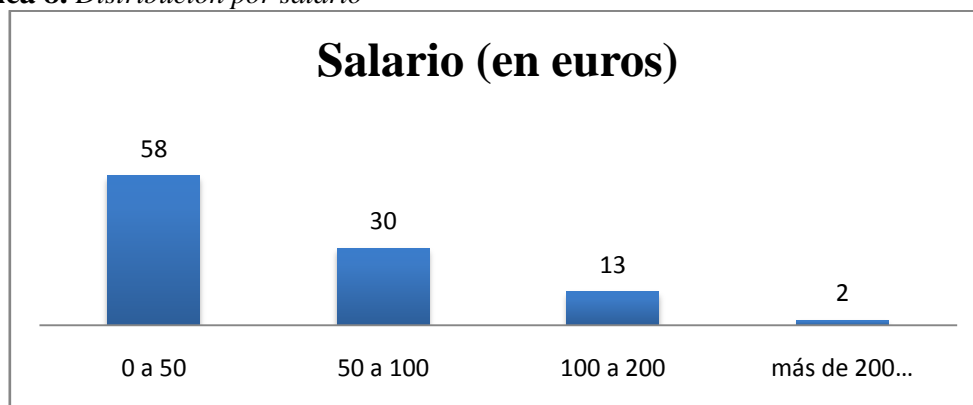
El estado laboral de la muestra escogida gran parte se encuentra trabajando, pero no siempre este tipo de empleo se encuentra remunerado correctamente. Dentro de la gráfica de estado civil, se ve como el 64% de las personas encuestadas se encuentra conviviendo o casadas, siendo sólo un 2% el que se encuentra viudo.

**Gráfica 7.** *Distribución por principal proveedor*



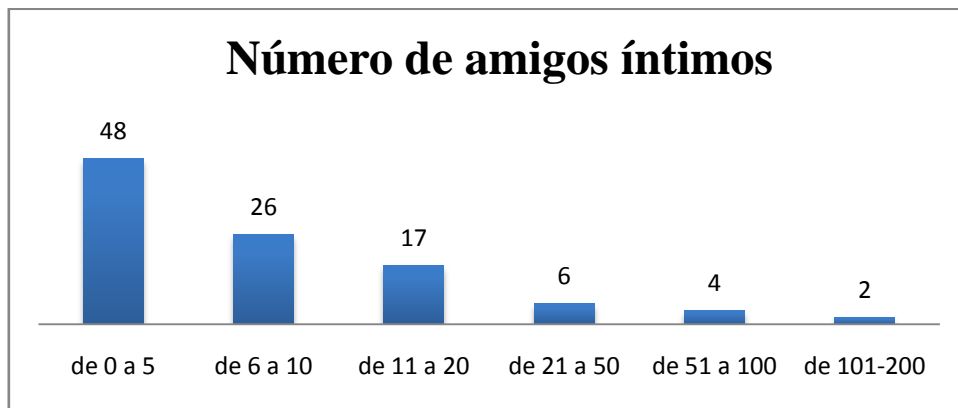
En esta gráfica se observa como la persona encuestada suele ser el sustentador/a principal en su hogar, siendo el que mantiene a su familia.

**Gráfica 8.** *Distribución por salario*



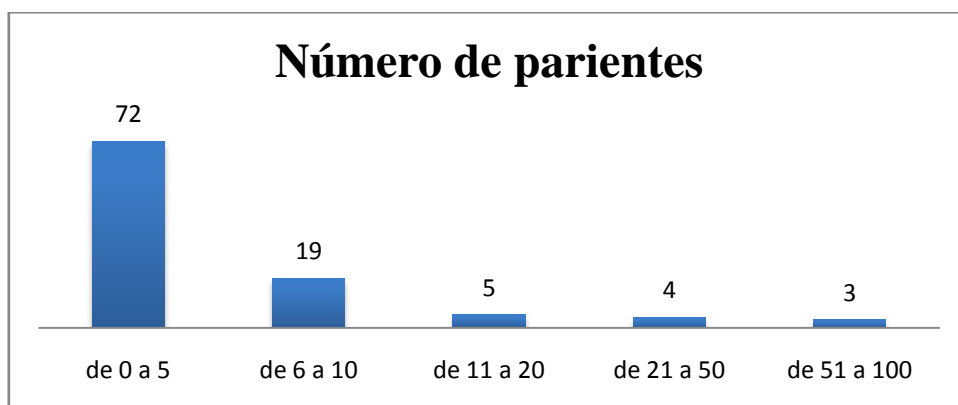
En el salario vemos como la mayoría de las personas que viven en Indonesia sobreviven con entre 0 a 50€ al mes.

**Gráfica 9.** *Distribución por número de amigos íntimos*



Cabe destacar dentro de la gráfica que el número de amigos íntimos por persona se encuentra entre 0 y 5 con un 48%, aún así muchos de ellos/as cuentan con un número elevado de amigos con los que poder contar en las situaciones difíciles de sus vidas.

**Gráfica 10.** *Distribución por número de parientes*



Por otra parte, los indonesios cuentan con un menor número de parientes, sin embargo existe un pequeño porcentaje que cuenta con una familia bastante extensa.

## 5.2 Análisis de fiabilidad

**Tabla 1.** *Fiabilidad de los instrumentos utilizados*

<b>Fiabilidad de los instrumentos utilizados</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Número de ítems</b>
MLM, de Morgan & Farsides (2009)	0,749715519	10
SWLS, de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985)	0,754335413	5
PANAS de Watson, Clark y Tellegen (1988)	0,78969826	40
MOS, de Sherbourne y Stewart (1991)	0,863786148	20
Connor & Davidson Resilience Scale (2016)	0,768148741	10

Como se observa los instrumentos empleados tienen un Alfa de Cronbach superior a 0,7, por lo tanto se puede decir que las escalas utilizadas son fiables. La escala MOS es la que posee mayor fiabilidad entre todas estas, teniendo un 0,86 de fiabilidad, y la escala MLM es la que posee menor fiabilidad con un 0,74.

**Tabla 2.** Media, desviación típica y coeficiente de variación de los instrumentos utilizados

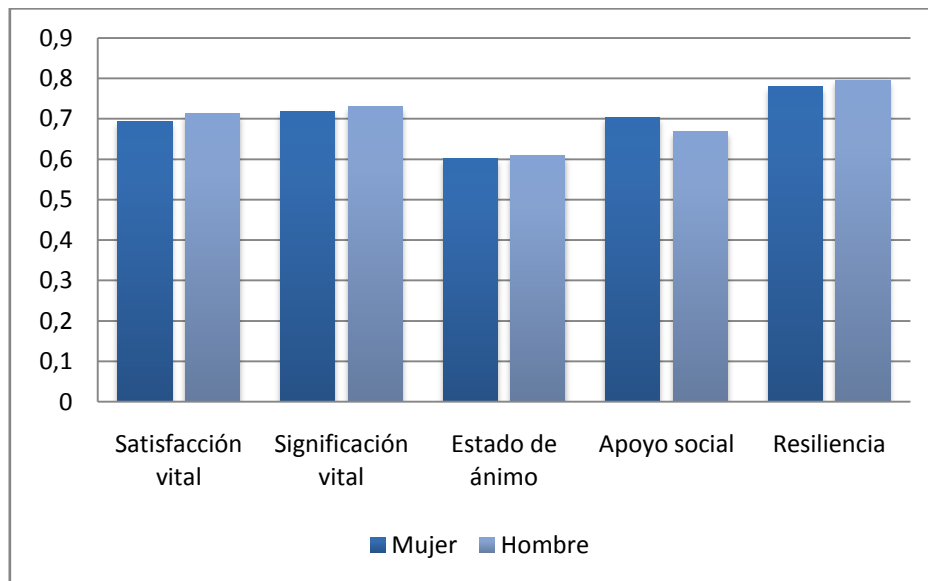
<b>Instrumentos utilizados</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación Típica</b>	<b>CV</b>
MLM, de Morgan & Farsides (2009)	3,631067961	1,15909482	31,9215953
SWLS, de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985)	3,530097087	1,011878377	28,66432147
PANAS de Watson, Clark y Tellegen (1988)	3,029854369	1,499621952	49,49485253
MOS, de Sherbourne y Stewart (1991)	3,438035408	1,127767702	32,80267851
Connor & Davidson Resilience Scale (2016)	3,951456311	0,900686262	22,7937801

Dentro de la tabla dos se puede ver como las medias de los instrumentos empleados se encuentran por encima del valor 3, en cuanto a desviación típica, que es el valor de dispersión respecto a la media, podemos ver como esta dispersión es pequeña lo que nos indica que los datos se encuentran agrupados y hay menos variabilidad, por lo tanto nuestras conclusiones serán fiables. Por otra parte el coeficiente de variación es una medida relativa entre la media y la desviación típica que nos indicará la dispersión de los datos.



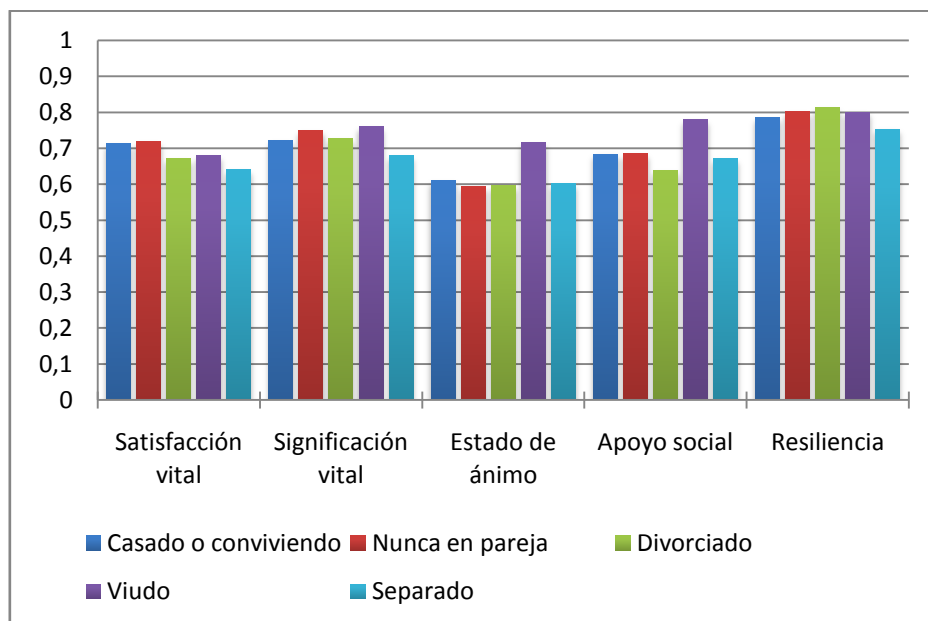
5.3 Correlaciones

**Gráfica 11.** *Correlación sexo e instrumentos utilizados*



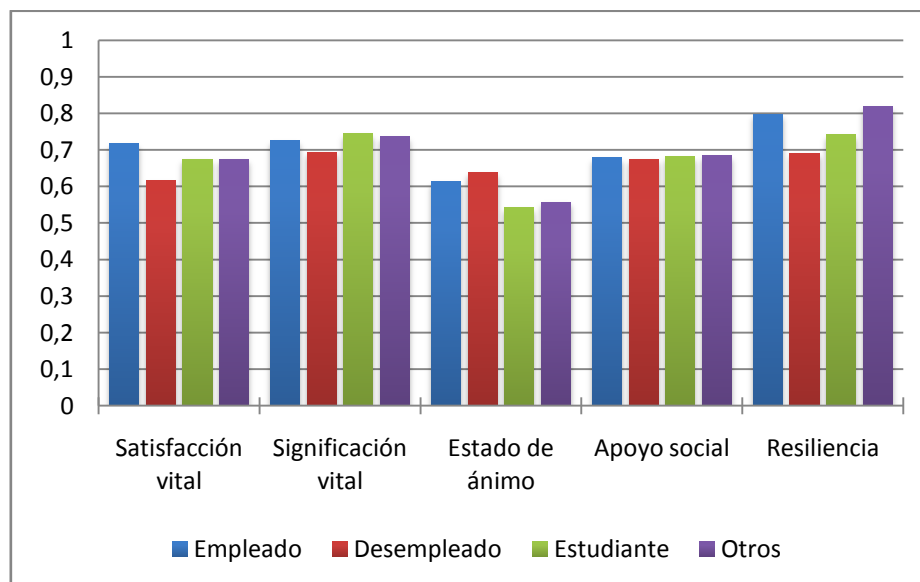
Como se observa, la gráfica no varía en gran medida si se es hombre o mujer, y se puede observar una ligera diferencia en el apoyo social, las mujeres cuentan con mayor apoyo que los hombres. Sin embargo, en la escala de resiliencia se observa como los hombres tienen mayor resiliencia que las mujeres.

**Gráfica 12.** *Correlación estado civil e instrumentos utilizados*



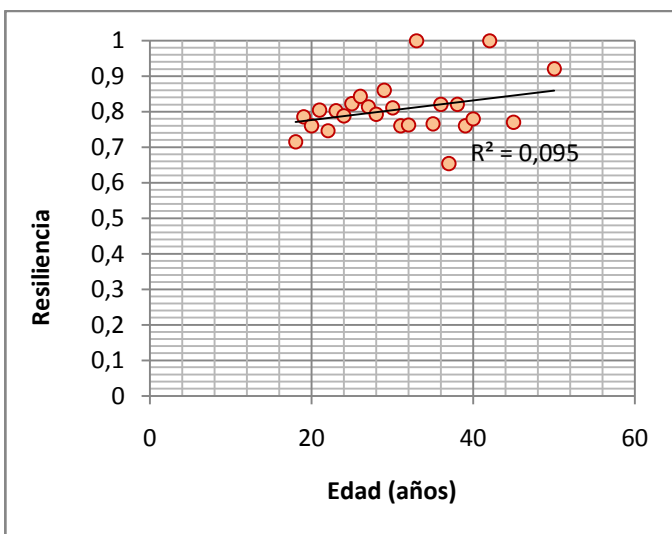
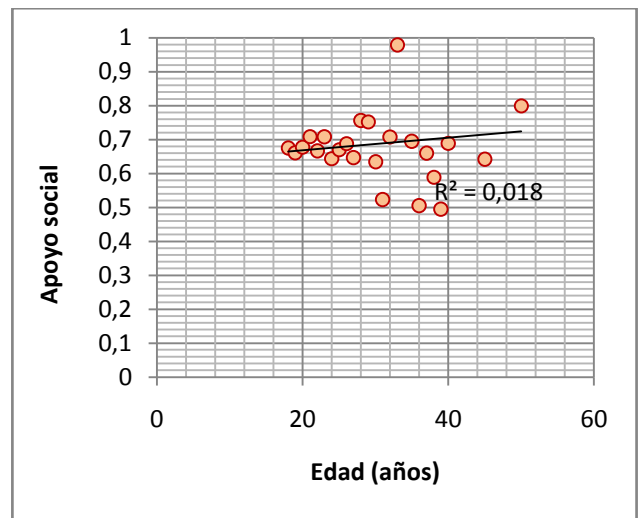
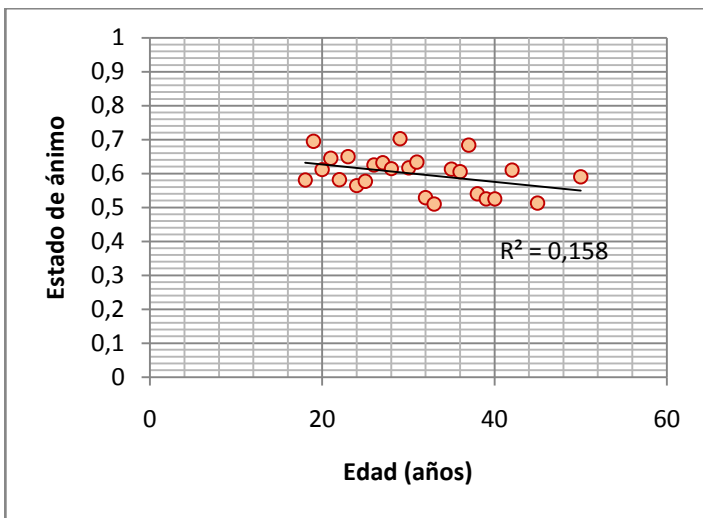
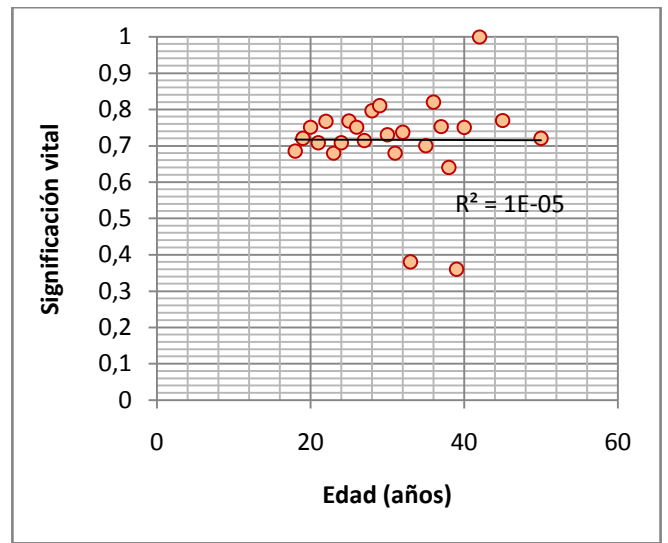
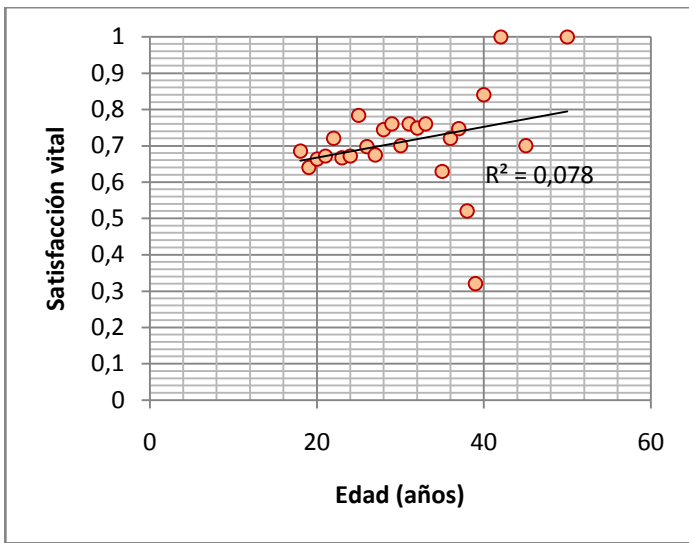
Dentro de la correlación que se observa entre los diferentes instrumentos y el estado civil, cabe destacar, en la escala de satisfacción vital, que aquellas personas que se encuentran casados o conviviendo al igual que las que nunca han estado en pareja poseen el mismo nivel de satisfacción. En cuanto a la escala de estado de ánimo se puede ver cómo aquellas personas que son viudas poseen un mayor estado de ánimo respecto a los demás estados civiles. Lo mismo sucede con la escala de apoyo social, siendo estos con los que mayor apoyo cuenta.

**Gráfica 13.** *Correlación estado laboral e instrumentos utilizados*

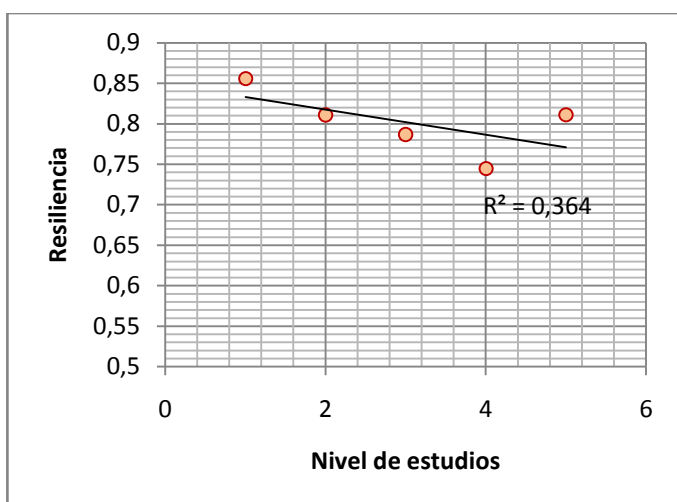
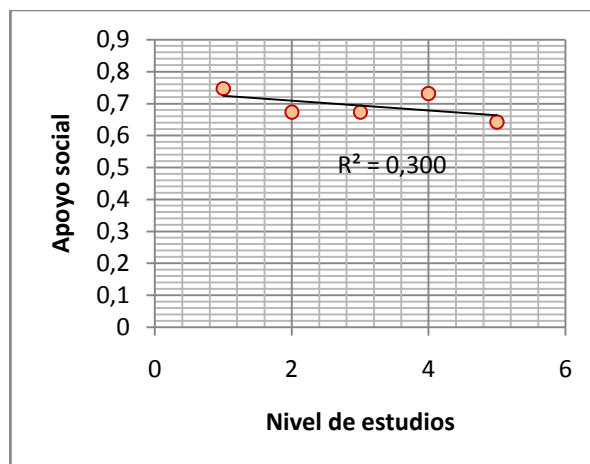
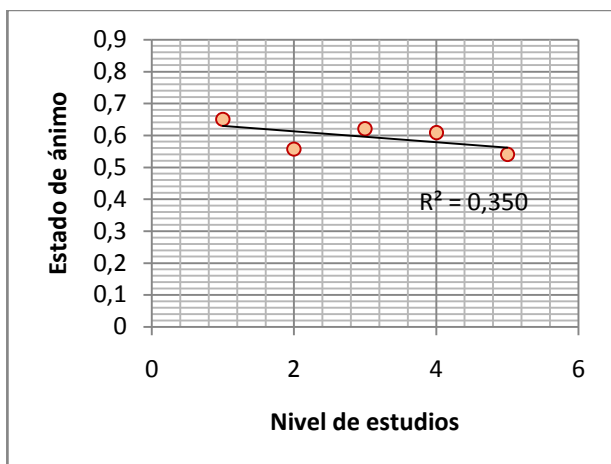
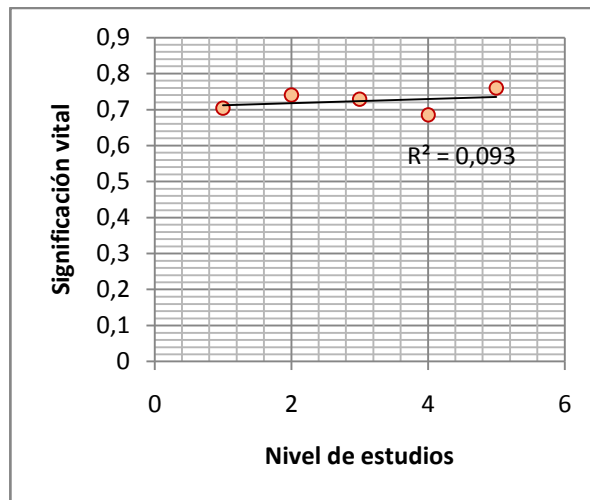
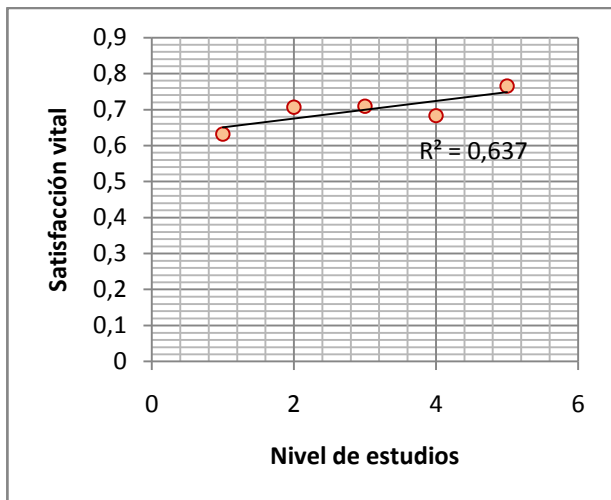


En cuanto a la correlación entre el estado laboral y los instrumentos empleados, destacar cómo aquellas personas que se encuentran trabajando destacan en las escalas de satisfacción vital y resiliencia por encima de las demás. Por otro lado, aquellas personas que se encuentran desempleadas cuentan con menor satisfacción vital, significación vital y resiliencia que el resto.

**Gráfica 14.** *Correlación edad e instrumentos utilizados*



**Gráfica 15.** *Correlación nivel de estudios e instrumentos utilizados*



Como se puede ver en las gráficas anteriores las correlaciones existentes que hay entre la edad y las diferentes escalas son las siguientes, en cuanto a las escalas de satisfacción vital, apoyo social y resiliencia son ascendentes cuanto más edad se tiene. Pasa lo contrario cuando hablamos de la escala de estado de ánimo. En cuanto a la escala de significación vital permanece constante si cambios relativos.

En las últimas gráficas en las que se correlaciona el nivel de estudio con las diferentes escalas se entiende que, para la escala de satisfacción vital y significación vital asciende cuanto más nivel de estudio posee el encuestado/a, sin embargo para el resto de escalas estas van en descenso cuanto menos nivel de estudios hay.

### 6. Análisis

Una vez expuestos los resultados, se procederá al análisis de estos. En primer lugar se analizará el histograma de sexo. Como se puede ver, gran parte de las personas encuestadas fueron hombres. Indonesia es un país donde culturalmente aún existe el machismo, muchas de las mujeres son las que se encargan del trabajo y el cuidado de los hijos/as, siendo estos los que disfrutan de mayor tiempo libre para su goce y disfrute. Además de esto, las mujeres aún no tienen el valor suficiente para poder sobrevivir por ellas mismas, ya que su religión principal es la musulmana.

En cuanto a la edad, se aprecia como la mayoría de los encuestados/as son jóvenes. Indonesia es un país donde la esperanza de vida aún es muy corta, siendo los/as jóvenes las personas principales con las que se puede contar para hacerles una encuesta.

Por otra parte el nivel de estudios de la población es muy básico, muy pocos continúan ampliando sus conocimientos en la universidad, debido a que la enseñanza solo se la pueden permitir aquellas personas que posean unos ingresos adecuados para poder ir a la universidad. Como se observa en las gráficas anteriores, el número de personas por vivienda es elevado, son muy pocas las personas que conviven solas o con una persona más, por lo que los gastos familiares siempre son superiores.

Gran parte de los encuestados se encuentran ocupados laboralmente, sin embargo este tipo de empleos no siempre son de forma legal, quiere decir que muchas de las personas que trabajan en Indonesia no cuentan con un salario estable por mes, todo va a depender del momento en el que se encuentren. En cuanto al principal proveedor en la familia suele ser el encuestado/a, pero este no posee unos ingresos superiores a los 50€ lo que supone un valor extremadamente pequeño si tenemos en cuenta el número de personas que viven en una misma casa.

El estado civil de la mayoría se encuentra en casados o conviviendo en pareja. Las personas de esta cultura cuentan con un número elevado de parientes y amigos cercanos, son muy pocos los que utilizan las redes sociales en este país, por lo que la escasez del internet y de los medios de comunicación obligan a las personas a relacionarse entre sí y tener mayor comunicación de forma personal.

En cuanto a la fiabilidad de las escalas estas tienen un Alfa de Cronbach superior a 0,7, por lo que podemos decir que estas son fiables, siendo la escala MOS la que mayor fiabilidad posee con un 0,86 y la MLM la que menor fiabilidad tiene con un 0,74.

Dentro de la tabla dos podemos ver como las medias de los instrumentos empleados se encuentran por encima del valor 3, en cuanto a desviación típica, que es el valor de dispersión respecto a la media, podemos ver como esta dispersión es pequeña lo que nos indica que los datos se encuentran agrupados y hay menos variabilidad, por lo tanto nuestras conclusiones serán fiables. Por otra parte el coeficiente de variación es una medida relativa entre la media y la desviación típica que nos indicará la dispersión de los datos.

De las correlaciones existentes cabe destacar que el sexo no influye a la hora de comparar las respuestas en la gráfica, esto quiere decir que tanto los hombres como las mujeres se encuentran de una forma igualitaria, se aprecia una ligera diferencia en la escala de apoyo social, siendo las mujeres las que cuentan con mayor apoyo respecto a los hombres encuestados. Sin embargo, si miramos la escala de resiliencia, son los hombres quienes poseen más frente a las mujeres.

Dentro de la correlación entre los diferentes instrumentos y el estado civil, se puede destacar la escala de satisfacción vital a aquellas personas que se encuentran casados o conviviendo con las que nunca han estado en pareja, ambas poseen el mismo

nivel de satisfacción. En la escala de estado de ánimo se puede ver cómo las personas que son viudas poseen un mayor estado de ánimo respecto a los demás estados civiles.

En la correlación entre el estado laboral y los instrumentos empleados, matizar cómo aquellas personas que se encuentran trabajando destacan en las escalas de satisfacción vital y resiliencia por encima de las demás. Por otro lado, aquellas personas que están desempleadas cuentan con menor satisfacción vital, significación vital y resiliencia que el resto.

Las correlaciones existentes que hay entre la edad y las diferentes escalas son las siguientes, en cuanto a las escalas de satisfacción vital, apoyo social y resiliencia son ascendentes cuanto más edad se tiene. Pasa lo contrario cuando hablamos de la escala de estado de ánimo. En cuanto a la escala de significación vital permanece constante sin cambios relativos.

En las últimas gráficas en las que se correlaciona el nivel de estudio con las diferentes escales se entiende que, para la escala de satisfacción vital y significación vital asciende cuanto más nivel de estudio posee el encuestado/a, sin embargo para el resto de escalas estas van en descenso cuanto menos nivel de estudios hay.



## 7. Conclusiones

En el presente apartado se exponen las conclusiones principales de la investigación realizada a partir de los resultados obtenidos, además se valorarán los objetivos que se habían presentado.

Por lo general se concluye, que el género no es una variable que influya significativamente en el bienestar de los encuestados/as, sin embargo la edad sí es una variable que influya dentro de este.

El primero objetivo que se planteó, era conocer la capacidad de resiliencia de las personas encuestadas. Como se creía las personas que viven en Indonesia, poseen una alta capacidad de resiliencia por lo tanto nuestra primera hipótesis queda confirmada.

El segundo objetivo planteado fue medir la significación vital de los sujetos de la muestra, al igual que la resiliencia la muestra escogida presenta tener una alta significación vital sin tener en cuenta mucha diferenciación entre las variables escogidas.

En el siguiente objetivo, establecer el nivel de bienestar subjetivo (satisfacción vital + afecto positivo y negativo), podemos ver como el nivel de bienestar de la personas en esta comunidad es bueno, si se observan las gráficas de correlación se aprecia como las escalas de significación y satisfacción vital van el aumento con relación a la muestra elegida.

Y el último objetivo, medir el nivel de apoyo social y familiar que tiene la muestra seleccionada en su entorno, da a conocer como la población de Indonesia cuenta con un número elevado de personas con la que poder contar en aquellas situaciones que más lo necesitan.

Por lo tanto, la segunda y tercera hipótesis se confirma, como se ha visto representado en las gráficas anteriores, tanto el bienestar y la capacidad de resiliencia aumenta al tener mayor apoyo social, es una variable que complementa estos dos.

Al analizar la investigación, es conveniente tener en cuenta las limitaciones de la misma. Se ha comprobado la teoría en una muestra pequeña de la población, pero para poder sacar conclusiones relevantes, es fundamental que la muestra sea más representativa de la población objeto.

No se debe olvidar la desigualdad en las edades, sobre todo en el grupo de personas mayores, es probable que este hecho haya influido en los resultados de los cuestionarios.

Otra limitación posible en la investigación, es el sesgo de deseabilidad social debido a la cercanía por parte de las personas encuestadas a la realizadora de estas, tal vez sus respuestas puedan haber sido modificadas.

## 8. Propuestas de mejora

Como propuestas de mejora para futuras investigaciones de este tipo podemos destacar:

- ❖ Es necesario que como profesionales nos intereseamos en el bienestar de las personas con las que trabajamos.
- ❖ Sensibilizar a la población para que cuiden e intenten mejorar su calidad de vida, traerá consecuencias positivas a la comunidad.
- ❖ Sería interesante que los trabajadores/as sociales se implicaran en investigaciones que nos ayuden a promover actividades para la mejora del bienestar social, implicando a la sociedad activamente en eventos de movilización y participación social.
- ❖ Es preciso contribuir a la mejora de la calidad de vida de las personas a las que nos dirigimos.
- ❖ La promoción del bienestar es un objetivo deseable tanto a nivel político y social como económico.
- ❖ Es conveniente potenciar en las personas la búsqueda de un propósito en la vida.
- ❖ Tal vez sea preciso, también, enseñarles herramientas para fomentar sus afectos positivos y disminuir los negativos o ayudar a definir qué es lo que más les satisface en la vida.

## Referencias bibliográficas

- ❖ Arcelay, Y., & Avilés, E. (2014). Conocimientos y experiencias de candidatos a maestros sobre la aplicación de practicas promotoras de resiliencia educativa. *Revista Electrónica “Actualidades Investigativas en Educación”*, 1-33.
- ❖ Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología clínica*, 11 (3), 125-146.
- ❖ Carrasco, N. (2010). Construcciones psicosociales de la crisis, la adversidad y la recuperación. *Pensando en Psicología*, 6 (11), 167-174.
- ❖ Davidson JRT and Connor KM. *Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) Manual. Unpublished. 04-01-2016*
- ❖ DeVol, R., & Bedroussian, A. (2007). *Sophe*. Recuperado el 11 de Octubre de 2016, de [http://www.sophe.org/Sophe/PDF/chronic\\_disease\\_report.pdf](http://www.sophe.org/Sophe/PDF/chronic_disease_report.pdf)
- ❖ Diener, E., Robert, A., Emmons, Randy, J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction White Life Scale. *Journal of Personality Assement*, 49 (1), 71-75.
- ❖ Donald Herbourne, C., & Stewar, A. (1991). The MOS Social Support Survey. *Sot. Sci. Med.*, 32 (6), 705-714.,.
- ❖ Gaxiola, J. C., González, S., & Gaxiola, E. (2013). Autorregulación, resiliencia y metas educativas: variables protectoras del rendimiento académico de bachilleres. *Revista Colombiana de Psicología*, 22(2), 241-252.
- ❖ Gaxiola, J. C., González, S. y Contreras, Z. (2012). Influencia de la resiliencia, metas y contexto social en el rendimiento académico de bachilleres. *Revista*

*Electrónica de Investigación Educativa*, 14(1), 164-181. Consultado en <http://redie.uabc.mx/vol14no1/contenido-gaxiolaglez.html>

- ❖ Gonzalez, Y., García, M., & Ferrer, A. (2008). ¿Cómo identificar la resiliencia? Un análisis desde las perspectivas de identidad y competencias. *Revista de la Universidad Antonio Nariño* , 1-21.
- ❖ Hewitt, N., Juárez, F., Parada, A. J., Guerrero, J., Romero, Y. M., Salgado, A. M., & Vargas, M. V. (2016). Afectaciones psicológicas, estrategias de afrontamiento y niveles de resiliencia de adultos expuestos al conflicto armado en Colombia. *Revista Colombiana de Psicología*, 25(1), 125-140. doi: 10.15446/rcp.v25n1.49966
- ❖ Morgan, Jessica and Farsides, Tom (2009) Measuring meaning in life. *Journal of Happiness Studies*, 10 (2). pp. 197-214. ISSN 1389-4978 (print), 1573-7780 (Online)
- ❖ Navarro, A., & Bueno, B. (2015). Afrontamiento de problemas de salud en personas muy mayores. *Anales de psicología* , 1008-1017.
- ❖ Pérez, J. y Martín, F. (2010). El apoyo social. Documentación del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales España. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
- ❖ Piña, J. A. (2015). Un análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología. *anales de psicología*,, 31 (3), 751-758.
- ❖ Quiñones, M. A. (2011). Creatividad y resiliencia. Análisis comparativo de nuevas formas de inserción creativa en contextos de incertidumbre y complejidad. *Educación científica* , 30-55.

- ❖ Reguera, E. A. (2015). Apego, cortisol y estrés en adultos, una revisión narrativa. *Neuropsiq* , 53-77.
- ❖ 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.
- ❖ Romero, J. A., Rey, Á. M., & Fonseca, J. C. (2012). Construcción narrativa de relatos identitarios que favorecen la resiliencia en jóvenes con orientación homosexual. *HALLAZGOS* , 133-148.

## Anexos

Cuestionario:

1. Age: \_\_\_\_\_years.
2. Woman ( )            Man ( )
3. Number of people that live in your house (including you)\_\_\_\_\_
4. Level of education:
  - 4.1.Primary School incomplete( )
  - 4.2.Primary school complete ( )
  - 4.3.Secondary ( )
  - 4.4.Studying at University( )
  - 4.5. Graduated From University ( )
5. Current Occupation
  - 5.1. Working ( )
  - 5.2. Unemployed( )
  - 5.3. Studying ( )
  - 5.4. Retired ( )
  - 5.5. Others: \_\_\_\_\_
6. Approximate monthly family income: \_\_\_\_\_ rupess

7. ¿Who is the principal bread-winner in your home?

7.1. You ( )

7.2. You and Others ( )

7.3. Others ( )

8. ¿Which of the following options best describes your marital state?

8.1. Married or cohabiting. ( )

8.2 I have never been married or lived with a partner. ( )

8.3 separated ( )

8.4 divorced ( )

8.5 widowed ( )

SCALES

Indicate with an X the answer that seems most appropriate, please

	1. Strongly disagree	2. Disagree	3. Neutral	4 Agree	5 Strongly agree
1. Facing my daily tasks is a source of pleasure and satisfaction.					
2. My daily living is dull and					



routine. (R)					
3. I have failed to accomplish much in life. (R)					
4. So far, I am pleased with what I've achieved in life.					
5. I have a personal value system which makes my living worthwhile.					
6. I hold certain values which I feel greatly enrich my life with significance.					
7. In my life I have very clear goals and aims.					
8. I have a clear idea of what my future goals and aims are.					
9. I really value my life.					
10. My life is worthwhile.					

	1	2	3	4	5
In most ways my life is close to my ideal.					
The conditions of my life are excellent.					
I am satisfied with my life .					

So far I have gotten the important things I want in life.					
. If I could live my life over, I would change almost nothing.					

This scale consists of a number of words that describe different feelings and emotions. Read each item and then mark the appropriate answer in the space next to that word. Indicate to what extent.

Use the following scale to record your answers:

**This past week, I've felt....**

1. Very slightly or not at all 2. A little 3. Moderately 4. Quite a bit 5. Extremely

	interested
	distressed
	excited
	upset
	strong
	guilty
	scared
	hostile
	enthusiastic

	irritable
	alert
	ashamed
	inspired
	nervous
	determined
	attentive
	jittery
	active

	proud
--	-------

	afraid
--	--------

**Generally, I feel ...**

1. Very slightly or not at all 2. A little 3. Moderately 4. Quite a bit 5. Extremely

	interested
	distressed
	excited
	upset
	strong
	guilty
	scared
	hostile
	enthusiastic
	proud

	irritable
	alert
	ashamed
	inspired
	nervous
	determined
	attentive
	jittery
	active
	afraid

Next are some questions about the support that is available to you.

1. About how many close friends and close relatives do you have (people you feel at ease with and can talk to about what is on your mind)?

Write in number of close friends: \_\_\_\_\_

And close relatives: \_\_\_\_\_

People sometimes look to others for companionship, assistance, or other types of support. How often is each of the following kinds of support available to YOU if you need it?

(Circle One Number On Each Line)

	None of the time	A Little of the time	Some of the time	Most of the time	All of the time
	1	2	3	4	5
2. Someone to help you if you were confined to bed....					
3. Someone you can count on to listen to you when you need to					

talk...					
4. Someone to give you good advice about a crisis...					
5. Someone to take you to the doctor if you needed it ...					
6. Someone who shows you love and affection ...					
7. Someone to have a good time with ...					
8. Someone to give you information					

to help you understand a situation ...					
9. Someone to confide in or talk to about yourself or your problems ...					
10. Someone who hugs you ...					
11. Someone to get together with for relaxation ...					
12. Someone to prepare your meals if you were unable to do it yourself.					

...					
13. Someone whose advice you really want ...					
14. Someone to do things with to help you get your mind off things ...					
15. Someone to help with daily chores if you were sick ...					
16. Someone to share your most private worries and fears with. ...					

17. Someone to turn to for suggestions about how to deal with a personal problem ...					
18. Someone to do something enjoyable with ...					
19. Someone who understands your problems ...					
20. Someone to love and make you feel wanted.....					



A continuación aparece LA ESCALA DE CONNOR Y DAVIDSON DE RESILIENCIA

Pada setiap pernyataan berikut, jawablah berdasarkan seberapa setuju Anda terhadap pernyataan tersebut. Lingkarilah salah satu jawaban yang paling menggambarkan diri Anda dalam sebulan terakhir ini. Bila terdapat pernyataan yang tidak terjadi dalam sebulan terakhir ini, jawablah berdasarkan bagaimana Anda akan menghadapinya bila hal itu terjadi. To finish, please answer the following questions

	tidak setuju (0)	kurang setuju (1)	agak setuju (2)	Setuju (3)	sangat setuju (4)
1. Saya mampu beradaptasi, ketika terjadi perubahan.					
2. Saya dapat menghadapi apa pun yang terjadi dalam hidup saya.					
3.Saya berusaha untuk memandang sisi humor dari masalah- masalah yang saya hadapi.					
4. Pengalaman menangani stres dapat membuat saya semakin kuat.					
5. Saya memiliki kecenderungan untuk bangkit kembali setelah berada dalam keadaan sakit, luka, atau penderitaan lainnya.					
6. Saya yakin dapat meraih tujuan saya,					

meskipun ada rintanganrintangan.					
7. Dalam situasi di bawah tekanan, saya dapat tetap fokus dan berpikir jernih.					
8. Saya tidak mudah putus asa akibat kegagalan.					
9. Saya menganggap diri saya adalah orang yang kuat ketika berhadapan dengan tantangan dan kesulitan hidup.					
10. Saya mampu mengatasi perasaan yang menyakitkan atau tidak menyenangkan, seperti kesedihan, ketakutan, dan kemarahan.					

If you have any comments, please write them below:

---



---



---



---



---



---

**Thank You, for your collaboration.**