

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes de una  
institución educativa en el distrito de  
El Tambo - Huancayo, 2022**

Maria Claros Astete

Para optar el Título Profesional de  
Licenciada en Psicología

Huancayo, 2022

Repositorio Institucional Continental  
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

### **Dedicatoria**

A mis queridos progenitores por su soporte y motivación constante en la lucha por alcanzar mis objetivos personales y profesionales.

## **Agradecimientos**

A Dios y a mi familia por su apoyo incondicional en mis logros personales y profesionales para poder contribuir al desarrollo de una sociedad más justa. Agradezco también a la Universidad Continental por brindarme los mejores especialistas, asesores en el área de psicología en mi formación profesional.

A la institución educativa por facilitarme el acceso a los estudiantes, quienes contribuyeron significativamente con su colaboración en el beneficio de los propósitos de la investigación.

## Resumen

La finalidad del estudio fue determinar la relación entre las variables de resiliencia y el proyecto de vida en los estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo. La metodología usada consistió en realizar una investigación de tipo básica, de enfoque cuantitativo, de nivel correlacional y de diseño no experimental, transeccional o transversal. Para la presente investigación se optó por el muestreo no probabilístico, intencional, considerando conveniente trabajar con el mismo tamaño de la población, es decir los 80 alumnos de 4.º y 5.º grado de secundaria de la institución educativa, a quienes se aplicó los instrumentos de la Escala de Resiliencia (ER) y la Escala de Evaluación de Proyecto de Vida. Los resultados señalaron que, el 81.3 % de los evaluados indicó poseer una competencia personal alta, y el 51.2 %, un alto grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo. El 47.5 % un nivel alto de factibilidad de metas educativas y ocupacionales y el 53.8 %, una aceptación media de uno mismo y de la vida. Sobre la base de ello, el 71.3 % de los encuestados posee una alta resiliencia, y el 57.5 %, un nivel alto de proyecto de vida. Asimismo, se ha encontrado que entre la resiliencia y el proyecto de vida existe un coeficiente de correlación rho de Spearman de 0.688 (sig. = 0.000). Es así que se concluye que existe una relación moderada, directa y significativa entre las variables en los estudiantes dentro de la institución educativa en estudio.

**Palabras clave:** resiliencia, proyecto de vida, competencia personal, aceptación de uno mismo y de la vida, grado de planificación de metas, factibilidad de metas.

## Abstract

The purpose of the study was to determine the relationship between the variables of resilience and the life project in the students of an educational institution in the district of El Tambo-Huancayo. The methodology used consisted of carrying out an applied, quantitative, correlational and non-experimental cross-sectional investigation. The sample consisted of 80 students to whom the Resilience Scale (ER) and the Life Project Evaluation Scale were applied. The results indicated that 81.3 % of those evaluated indicated having a high personal competence and 51.2 % a high degree of planning goals in the short, medium and long term. 47.5 % a high level of feasibility of educational and occupational goals and 53.8 %, an average acceptance of oneself and of life. Based on this, 71.3 % of the respondents have high resilience and 57.5 % a high level of life project. Likewise, it has been found that between resilience and the life project there is a Spearman's rho correlation coefficient of 0.688 (sig. = 0.000). Thus, it is concluded that there is a moderate, direct and significant relationship between the variables in the students within the educational institution under study.

**Keywords:** resilience, life project, personal competence, planning goals, level of feasibility, acceptance of oneself and of life.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

Dedicatoria.....	ii
Agradecimientos.....	iii
Resumen .....	iv
Abstract.....	v
Índice de contenido.....	vi
Índice de tablas .....	x
Índice de figuras .....	xii
INTRODUCCIÓN.....	xiii
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO .....	16
1.1. Planteamiento del problema y formulación del problema .....	16
1.2. Formulación del problema .....	19
1.2.1. Problema general.....	19
1.2.2. Problemas específicos:.....	19
1.3. Objetivos .....	19
1.3.1. Objetivo general.....	19
1.3.2. Objetivos específicos .....	20
1.4. Justificación e importancia.....	20
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO .....	22
2.1. Antecedentes del problema .....	22
2.1.1. Artículos científicos .....	22
2.1.2. Antecedentes internacionales.....	23
2.1.3. Antecedentes nacionales .....	26
2.1.4. Antecedentes locales .....	28
2.2. Bases teóricas .....	31
2.2.1. Resiliencia.....	31
2.2.1.1 Dimensiones de la resiliencia.....	41
2.2.2. Proyecto de vida.....	44
2.2.2.1 Dimensiones del proyecto de vida .....	53
2.2.3. Definición de términos básicos .....	57
2.3. Hipótesis.....	59
2.3.1. Hipótesis general.....	59
2.3.2. Hipótesis específicas .....	59

2.4. Operacionalización de variables .....	59
<b>CAPÍTULO III: DISEÑO METODOLÓGICO .....</b>	<b>61</b>
3.1. Metodología .....	61
3.2. Tipo, nivel, alcance, enfoque y diseño de la investigación .....	61
3.2.1 Tipo .....	61
3.2.2. Nivel.....	61
3.2.3 Alcance.....	61
3.2.4. Enfoque .....	62
3.2.5. Diseño .....	62
3.3. Población y muestra .....	63
3.4. Técnicas de recojo de información y procedimiento .....	64
3.4.1. Técnica .....	64
3.4.2. Procedimiento .....	64
3.5. Instrumentos de recolección de datos .....	64
3.5.1. Ficha técnica de la Escala de Resiliencia de Wagnil y Young.....	65
3.5.2. Ficha técnica de la Escala de Proyecto de Vida.....	66
3.6 Validez y confiabilidad .....	67
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....</b>	<b>69</b>
4.1. Resultados del análisis de la información .....	69
4.2. Resultados de la variable resiliencia y sus dimensiones .....	72
4.2.1. Dimensión competencia personal .....	73
4.2.1.1. Ecuanimidad .....	74
4.2.1.2. Perseverancia.....	75
4.2.1.3. Confianza en sí mismo .....	76
4.2.2. Dimensión: Aceptación de uno mismo y de la vida.....	77
4.2.2.1. Satisfacción personal .....	78
4.2.2.2. Sentirse bien solo .....	79
4.2.3. Resiliencia.....	80
4.3. Resultados de la variable proyecto de vida y sus dimensiones.....	81
4.3.1. Dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo .....	81
4.3.1 1. Planteamiento de metas.....	82
4.3.1.2. Posibilidad de logros .....	84
4.3.2. Dimensión: Factibilidad de metas educativas y ocupacionales .....	85



4.3.2.1. Disponibilidad de recursos .....	86
4.3.2.2. Fuerza de motivación .....	87
4.3.3. Proyecto de vida.....	88
4.4. Prueba de hipótesis.....	89
4.4.1. Prueba de la hipótesis general.....	91
4.4.2. Prueba de la primera hipótesis específica .....	92
4.4.3. Prueba de la segunda hipótesis específica.....	94
4.4.4. Prueba de la tercera hipótesis específica.....	95
4.4.5. Prueba de la cuarta hipótesis específica .....	97
4.5. Discusión de los resultados .....	99
CONCLUSIONES.....	107
RECOMENDACIONES .....	109
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	110
Anexos .....	115
Anexo 1 .....	116
Matriz de consistencia.....	116
Anexo 2.....	118
Aprobación del comité de ética.....	118
Anexo 3 .....	119
Carta de Autorización de la institución educativa.....	119
Anexo 4.....	120
Matriz de validación del registro de opiniones de expertos- Resiliencia.....	120
Anexo 5 .....	122
Matriz de validación del registro de opiniones de expertos - Proyecto de vida.....	122
Anexo 6 .....	123
Ficha de Validación por jueces: Jurado revisor N° 1 .....	123
Anexo 7 .....	135
Ficha de Validación por jueces: Jurado revisor N° 2.....	135
Anexo 8.....	147
Ficha de Validación por jueces: Jurado revisor N° 3.....	147
Anexo 9.....	159
Base de datos.....	159
Anexo 10.....	161
Instrumentos.....	161

Anexo 11 .....	163
Consentimiento informado.....	163
Anexo 12 .....	164
Enlace directo para la aplicación de los instrumentos a la muestra .....	164
Anexo 13 .....	165
Evidencia de envío del cuestionario por WhatsApp .....	165

## Índice de tablas

Tabla 1 matriz de operacionalización de variables.....	60
Tabla 2 ficha técnica de la escala de resiliencia de wagnild y young.....	65
Tabla 3 relación operacional de ítems por cada factor de la escala de resiliencia (er).....	65
Tabla 4 ficha técnica de la escala de evaluación del proyecto de vida.....	66
Tabla 5 relación operacional de ítems de la escala de evaluación del proyecto de vida .....	66
Tabla 6 confiabilidad de los instrumentos .....	67
Tabla 7 baremación de la variable resiliencia y sus dimensiones .....	69
Tabla 8 baremación de la variable resiliencia y sus indicadores .....	70
Tabla 9 baremación de la variable proyecto de vida y sus dimensiones .....	71
Tabla 10 baremación de la variable proyecto de vida y sus indicadores.....	72
Tabla 11 resultados de la dimensión competencia personal.....	73
Tabla 12 resultados del indicador ecuanimidad .....	74
Tabla 13 resultados del indicador perseverancia .....	75
Tabla 14 resultados del indicador confianza en sí mismo .....	76
Tabla 15 resultados de la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida .....	77
Tabla 16 resultados del indicador satisfacción personal .....	78
Tabla 17 resultados del indicador sentirse bien solo .....	79
Tabla 18 resultados de la variable resiliencia .....	80
Tabla 19 resultados de la dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo.....	81
Tabla 20 resultados del indicador planteamiento de metas .....	82
Tabla 21 resultados del indicador posibilidad de logros .....	84
Tabla 22 resultados de la dimensión factibilidad de metas educativas y ocupacionales.....	85

Tabla 23 resultados del indicador disponibilidad de recursos .....	86
Tabla 24 resultados del indicador fuerza de motivación .....	87
Tabla 25 resultados de la variable proyecto de vida.....	88
Tabla 26 prueba de normalidad de la variable resiliencia y sus dimensiones .....	89
Tabla 27 prueba de normalidad de la variable proyecto de vida y sus dimensiones .....	90
Tabla 28 prueba de hipótesis de la variable resiliencia y la variable proyecto de vida.....	92
Tabla 29 prueba de hipótesis de la dimensión competencia personal y la dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo. ....	93
Tabla 30 prueba de hipótesis de la dimensión competencia personal y la dimensión factibilidad de metas educativas y ocupacionales .....	95
Tabla 31 prueba de hipótesis de la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida y la dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo.....	96
Tabla 32 prueba de hipótesis de la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida y la dimensión factibilidad de metas educativas y ocupacionales .....	98

## Índice de figuras

Figura 1. Ciclo de desarrollo de las competencias. ....	48
Figura 2. Competencia personal .....	73
Figura 3 Ecuanimidad.....	74
Figura 4. Perseverancia.....	75
Figura 5. Confianza en sí mismo .....	76
Figura 6 Aceptación de uno mismo y de la vida .....	77
Figura 7. Satisfacción personal.....	78
Figura 8. Sentirse bien solo .....	79
Figura 9. Resiliencia .....	80
Figura 10. Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo .....	82
Figura 11. Planteamiento de metas.....	83
Figura 12. Posibilidad de logro .....	84
Figura 13. Factibilidad de metas educativas y ocupacionales .....	85
Figura 14. Disponibilidad de recursos .....	86
Figura 15. Fuerza de motivación .....	87
Figura 16. Proyecto de vida.....	88

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación se refiere a la relación que existe entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de educación secundaria en especial en los dos últimos años, quienes se encuentran próximos a terminar la educación básica y se ven en la necesidad de planificar sus metas y aspiraciones a nivel personal, educativo y social para enfrentar nuevos retos que se presentarán durante su vida. Por ello, la educación se enfoca en incrementar habilidades y capacidades de los educandos, así como brindarles las herramientas adecuadas para lograrlo, lo que garantizará un desarrollo integral en un entorno acogedor y seguro. Sin embargo, el bienestar del joven y del adolescente se ha visto enfrentado a la injusticia y desigualdad social, que trae como consecuencia la insuficiente protección sobre la salud física, emocional y sexual y la incapacidad en el ejercicio de sus derechos fundamentales (Unesco, 2021).

En Perú, las principales causas de deserción son la estrechez económica, la sobrecarga de quehaceres domésticos y problemas familiares (Minedu, 2021), los cuales se vinculan a los comportamientos adolescentes como el consumo de alcohol o sustancias tóxicas, además de malas influencias, fracaso escolar, problemas familiares y económicos, que llevan al desarrollo de trastornos mentales como estrés y depresión.

No obstante, un escenario completamente distinto es reflejado en el mismo entorno, donde se ha detectado la presencia de jóvenes que luchan día a día por cambiar las circunstancias, buscando salir fortalecidos del problema que los rodea (Flores et al., 2014). Estos son los jóvenes que representan el significado del término *resiliencia*, quienes poseen la capacidad de adaptabilidad a situaciones estresantes y complejas, fortaleciendo las competencias personales del ser humano y la aceptación de uno mismo y de la vida. De ahí, consiguen dar una resolución a sus problemas y un sentido con propósito. Este último, estrechamente relacionado con las expectativas de vida a presente y futuro y el proyecto de vida que funcionan como predictor positivo de esta capacidad (Moreno et al., 2019).

Por lo anteriormente mencionado, la investigación se cuestiona: ¿cuál es la relación entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022)? Teniendo como fin determinar la relación entre resiliencia y el proyecto de vida en los estudiantes. La presente investigación es de tipo básica de enfoque cuantitativo, de nivel correlacional y de diseño no experimental, transeccional o transversal. Además, para el presente estudio se consideró el tamaño de población de 80 estudiantes de 4.º y 5.º grado del nivel secundario y el instrumento que se tomó en cuenta es el cuestionario. De este modo, se busca corroborar la siguiente hipótesis: Existe relación significativa y directa entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes.

Los alcances de la investigación están conformados por los estudiantes de 4.º y 5.º grado de secundaria en el 2022 de una institución educativa, abarca a ese espacio investigado y posiblemente tenga alcance para otras instituciones con las mismas características.

La única limitación de la investigación fue en la aplicación de los instrumentos a las estudiantes de la institución educativa, ya que no se pudo tener un contacto directo con ellas, debido a la emergencia sanitaria por la que actualmente estamos pasando a causa de la pandemia del COVID-19, por ello, la recolección de datos fue de manera virtual a través de la aplicación Google Forms, sin embargo, se tuvo el apoyo y la disponibilidad de la población estudiantil que logró identificar la relación entre la resiliencia y el proyecto de vida.

La investigación está compuesta por cuatro capítulos y se describe a continuación. El capítulo 1 está compuesto por el planteamiento del estudio, la formulación del problema y los objetivos de la investigación. En el capítulo 2 se muestra por el marco teórico: los antecedentes del problema, bases teóricas, definición de términos; hipótesis, variables y

operacionalización.

En el capítulo 3 se presenta lo siguiente: diseño metodológico, tipo, alcance y diseño de investigación; población y muestra, técnicas e instrumento de recolección de datos, técnicas de análisis de datos. En el capítulo 4. Se muestran los resultados y discusión. Finalmente, se describen las conclusiones, recomendaciones, referencias y anexos.



## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

#### 1.1. Planteamiento del Problema y Formulación del Problema

La educación potencia las habilidades y capacidades de los educandos, además les brindar las herramientas adecuadas para lograr su objetivo, lo que garantizará un desarrollo integral en un entorno acogedor y seguro. Sin embargo, el bienestar del joven y del adolescente se ha visto enfrentado a la injusticia y desigualdad social, que trae como consecuencia la insuficiente protección sobre la salud física, emocional y sexual, y la incapacidad en el ejercicio de sus derechos fundamentales (Unesco, 2021). Problema que trajo como consecuencia el incremento de los índices de deserción escolar y, según cifras brindadas por la Unesco (2017), alcanzó un 22 % de la población estudiantil latinoamericana, donde el 85 % de ese porcentaje nunca ingresó a un nivel superior secundario. La Unión Europea no es esquivada a esta situación, en el informe de EUROSTAT, el 16 % de la población estudiantil adolescente de España no completó la secundaria, cifra superada por Malta con el 16.7 % y seguida por Rumania con el 15.6 % e Italia con el 13.1 % (Millán, 2021).

En Perú, teniendo como base las cifras publicadas por Minedu (2021), se detectó una brecha de acceso a la educación secundaria de más del 13 %; asimismo en el área rural se reportó una brecha de asistencia de 16.7 % y, según la clase social, el nivel no pobre al pobre extremo, la brecha se incrementó en dos puntos porcentuales y llegó a 17.2 %. Al identificar las principales causas de deserción, destacaron la estrechez económica y los problemas familiares, representando más del 90 % de la deserción.

En la región Junín, mediante la investigación titulada “Estilos de crianza y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de la Oroya”, Espíritu, y Zurita

(2020) concluyen que la resiliencia en los adolescentes se puede fortalecer a través de adecuados estilos de crianza. Por su parte, en la investigación “Proceso de resiliencia para la superación de riesgos sociales en los niños, niñas y adolescentes de la ONG Gema-Huancayo” de Vargas y Montalvo (2017), quienes señalan que la ONG Gema a través de su programa social de procesos de resiliencia se logró mejorar las condiciones de vida de los niños, niñas y adolescentes que se encontraban en situación de riesgo social constante debido a la extrema pobreza y desintegración familiar.

Con la investigación de Manrique, (2010) “Valoración del trabajo y la construcción del proyecto de vida en niños y adolescentes trabajadores de las ladrilleras de Palian-Huancayo” se determinó que los niños y adolescentes que participan en el labrado de ladrillos valoran el trabajo que desempeñan y esta valoración influye positivamente en la construcción del proyecto de vida desarrollando habilidades y destrezas para el trabajo.

Por otra parte, estudios demostraron que este problema se asocia a diferentes factores endógenos y exógenos, y se vincula a comportamientos adolescentes como el consumo de alcohol, sustancias tóxicas, malas influencias, fracaso escolar y problemas familiares, que llevan al desarrollo de trastornos mentales como estrés y depresión. No obstante, un escenario completamente distinto es reflejado en el mismo entorno, donde se ha detectado la presencia de jóvenes que luchan día a día por cambiar las circunstancias, buscando salir fortalecidos del problema que los rodea (Carretero, 2010).

Estos son los jóvenes que representan el significado del término *resiliencia*, que según Wagnild y Young (1993) se concentra en disminuir las consecuencias negativas que ocasionan las situaciones adversas o riesgosas, y consiguen la adaptabilidad a las mismas, fortaleciendo las competencias personales del ser humano y la aceptación de uno mismo (García & Domínguez, 2013). Asimismo, la resiliencia comprende cuatro pilares que

permiten su construcción individual y colectiva: autorregulación del contexto, resolución de problemas, competencia personal y sentido del propósito. Este último, estrechamente relacionado con las expectativas de vida, a presente y futuro, y el proyecto de vida, que funcionan como predictor positivo de esta capacidad (Moreno et al., 2019).

En tal sentido, nace el concepto del *proyecto de vida*, término estrechamente vinculado a las necesidades del individuo y a la búsqueda de su progreso integral y bienestar, que además construye el planteamiento estratégico de la personalidad del ser humano y permite el progreso de acciones de fortalecimiento de las mismas. Todo esto visto desde un enfoque pedagógico con miras al potenciamiento de sus capacidades de resiliencia que haga frente al entorno real (Suárez, 2018)

Dado que la proyección de vida demanda una metamorfosis de la propia realidad que, articulada con las estructuras sociales, que permite la complejidad de la experiencia vital, pero genera cierta tensión entre lo proyectado y lo posible. Ante esta dificultad y como alternativa de solución, la Unesco (2017) desarrolla una programación curricular específica para desenvolver la resiliencia en los educandos y promocionar la necesidad de proyectar el futuro que desea para su vida, tanto a corto, como a largo plazo. Esto mediante una serie de direcciones encaminadas a la construcción de la identidad, gestión de recursos económicos y tutorías grupales. Puntos que, además de enfocarse en la evaluación de emociones y resolución de conflictos morales, pretenden justificar la importancia de la dignidad y práctica de los derechos fundamentales, así como la reciprocidad de las relaciones humanas; además de la importancia de las tomas de decisiones, encaminadas en efectuar los fines trazados en su proyecto de vida. Cabe resaltar, la situación que los estudiantes pasaron debido al COVID-19, donde la modalidad de las clases virtuales ha puesto a prueba la resiliencia de los estudiantes, para dar continuidad y cumplir con las tareas encomendadas por sus maestros, y genera en ellos nuevas alternativas para adecuarse y dar continuidad con las clases.

## **1.2. Formulación del Problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022)?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es la relación entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo 2022?
- ¿Cuál es la relación entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022)?
- ¿Cuál es la relación entre la aceptación de uno mismo y de la vida y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022)?
- ¿Cuál es la relación entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022)?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación significativa y directa entre la resiliencia y el proyecto de vida en los estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022).

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Identificar la relación significativa y directa entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022).
- Identificar la relación significativa y directa entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022).
- Identificar la relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022).
- Identificar la relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022).

### **1.4. Justificación e Importancia**

La investigación se justifica teóricamente, ya que alcanzó referencias teóricas que aportaron al conocimiento científico de resiliencia y proyecto de vida, según la psicología positiva, vista desde la superación de obstáculos y enfoque en la fortaleza interna del individuo para enfrentar los infortunios de la vida.

También, se puede destacar el aporte de la investigación en cuanto a la correlación de las variables de resiliencia y proyecto de vida en la región Junín, debido a que no hay investigaciones que relacionan dichas variables.

Como justificación social, la tesis brinda información recolectada como referencia a instituciones y equipos profesionales que fueron conformados para enfrentar los crecientes índices de deserción escolar, causados por los problemas juveniles como el consumo de sustancias tóxicas para el organismo, embarazo temprano, entre otros.

Es importante resaltar el rol de los padres de familia, de los docentes y de la intervención del psicólogo en el ámbito educativo para orientar, motivar y acompañar a los adolescentes a través de programas de prevención e intervención, fortaleciendo la resiliencia con visión a la planificación de metas, los cuales contribuirán a la autorrealización y al bienestar del estudiante. De esa manera, poder afrontar la adversidad o momentos difíciles en la vida, especialmente en la etapa de la adolescencia, una etapa donde el adolescente está en búsqueda de su identidad y de la adaptación al entorno que lo rodea.

De igual modo, la justificación metodológica señala que una vez aplicados los instrumentos, permitió conocer la situación actual de las adolescentes de la institución educativa, la manera en que afrontaron la vulnerabilidad familiar y social, el progreso de su proyecto de vida y de la resiliencia. En los cambios que se puedan dar de acuerdo con cada etapa de desarrollo y a las experiencias aprendidas que han ido pasando en el transcurso de sus vidas y también de acuerdo con las demandas en el ámbito sociocultural al que estuvieron orientadas la preparación de sus metas.

Los instrumentos aplicados podrán ser adaptados y utilizados en otras investigaciones con similares características.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes del Problema**

##### **2.1.1. Artículos científicos**

Benítez y Barrón (2018) desarrollaron la investigación titulada, “Análisis cualitativo de resiliencia en estudiantes de posgrado”. El propósito del trabajo fue analizar la resiliencia desde la perspectiva de los estudiantes para encontrar los elementos que facilitan el progreso de la resiliencia. Además, es una investigación sistemática y cualitativa para comprender la realidad de la resiliencia, considerando técnicas de talleres. La muestra fue de 23 egresados. Los resultados manifestaron que la resiliencia permite que haya una percepción positiva de la vida, con una autoestima consciente y un pensamiento crítico. El sentido de vida es resultado de la capacidad de analizar las situaciones adversas; la importancia de planificar para darle sentido a la vida, el reconocimiento de la sociedad estimula la autoestima y favorece la resiliencia. El sentido de vida se desarrolla a partir de haber contado con factores protectores desde la niñez, somos seres sociales por naturaleza necesitamos del otro para avanzar y seguir adelante. Algunas personas del estudiantado de posgrado en su niñez fueron acompañadas por personas que les dieron amor y esperanza. Esto le dio sentido a su vida y, por ende, sembró la semilla de su resiliencia.

Por su parte, Pinargote et al. (2020) realizaron el artículo científico titulado “Factores resilientes y proyecto de vida en padres adolescentes de la Unidad Educativa "Monserrate Álava de González”, con el propósito de identificar factores flexibles y las vidas de los adolescentes en 2019 y 2020. La encuesta se desarrolló de acuerdo con el método científico y un enfoque mixto, cuando se trabaja con datos de calidad y cantidad. De manera similar, como se ha utilizado una tecnología para analizar el escaneo y los documentos, la aplicación de cuestionarios para 11 estudiantes. En los resultados, 55 % siempre define sus decisiones,

después de solo el 36 % casi definido y solo el 9 %. Por lo tanto, los autores concluyeron que, entre las fuentes de flexibilidad, la capacidad de aceptar y de verificar es percibido positivamente; además, los padres deben motivar el propósito del futuro y monitorear el nivel de control del desempeño en los objetivos.

Mientras que Flores et al. (2014) realizaron el artículo titulado “Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: reto de las instituciones de educación superior”, que describió todos los niveles de resiliencia de los estudiantes universitarios víctimas del conflicto armado colombiano, basada en una metodología cuantitativa, de estudio no experimental, de tipo transversal y descriptivo. En este sentido, trabajó con una muestra conformada por 103 estudiantes universitarios, víctimas de conflictos armados, desarrollando dos herramientas. Se ha detectado que el 29.2 % tiene una capacidad de recuperación promedio, 23.3 % alta, 22.3 % de altura, 15.5 % baja y 9.7 % muy baja. Además, las estrategias de la confrontación la mayoría de ellas son los siguientes: soluciones oportunas a problemas, religiones y evaluación positiva de la solución. El autor concluye que la resiliencia ha abierto las puertas de la esperanza, brindándole también la posibilidad de estar dispuesto a un aprendizaje continuo en la transformación de su propia vida y la de los demás a pesar de las dificultades que se le presenten en su entorno. Por ello, reafirma el potencial humano desde la responsabilidad individual y colectiva, por lo tanto, las instituciones educativas del nivel superior tienen el compromiso social y moral de promoverla entre los miembros de su comunidad educativa para fortalecer su uso en la resolución de problemas y toma de decisiones que motive a incrementar su capacidad de defensa para poder hacer frente a situaciones adversas.

### **2.1.2. Antecedentes internacionales**

Céspedes (2021) desarrolló la investigación titulada “La resiliencia y la inteligencia emocional en los estudiantes de tercer año de bachillerato general unificado de la unidad



educativa Joaquín Arias del Cantón San Pedro de Pelileo”. El fin del estudio fue estudiar la correlación entre inteligencia emocional y resiliencia en educandos. Para ello se usó una metodología aplicada, cuantitativa y cualitativa, con un método bibliográfico y un nivel de correlación descriptivo. Además, como método se elaboró una prueba para estudiantes y una encuesta para docentes. Los logros determinan la potenciación de la resiliencia e inteligencia emocional de los educandos mediante el uso de estrategias adecuadas para conseguir una satisfacción personal, el reconocimiento de habilidades propias y el uso racional de los tiempos para el desarrollo integral de los aspectos impulsivos de atención emocional y claridad emocional.

Quevedo (2019), en su investigación “Resiliencia y proyecto de vida en jóvenes con edades entre los 14 y 20 años en la sede principal de la institución educativa Antonia Santos Jordana de la ciudad de Cartagena”, presentada al Programa de Psicología de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), tuvo el fin de establecer el grado de vinculación existente entre el proyecto de vida y la resiliencia, aplicando una metodología correlacional, descriptiva y no experimental. Además, tuvo como muestra a 55 educandos y aplicó el cuestionario. Los resultados, más del 85 % de educandos controló una tasa de recuperación alta, 12.7 % media y 1.8 % baja. Mientras que el 76.3 % refleja un alto grado de definición del plan de vida y el 23.6 % son promedio. En la prueba de hipótesis, se obtuvo  $\rho = 0.325$  y  $p = 0.015$ , aceptando la hipótesis original. Se concluye que existe relación entre resiliencia y proyecto de vida en los estudiantes, siendo alta la puntuación de ambas variables. El 85 % de educandos presenta resiliencia alta, mientras que el 76.3 % refleja una alta definición del proyecto de vida, aceptando la hipótesis original.

A su vez, Aguilar (2018), en su tesis “Capacidades de la resiliencia y proyecto de vida en universitarios de la carrera de ciencias de la educación de la Universidad Pública de El Alto, 2015-2016”, presentada a la Unidad de Postgrado, Facultad de Humanidades y

Ciencias de la Educación de la Universidad Mayor de San Andrés, identificó la asociación entre capacidades resilientes y proyecto de vida. En tal sentido empleó un modelo no experimental-transaccional y aplicado. Asimismo, el tamaño muestral fue de 184 estudiantes y se usó el cuestionario. Como resultado se obtuvo que, el 60 % tiene casi definida sus metas; un 21 %, medianamente definido; y un 10 %, casi nada y nada. Por otra parte, un 70 % cree que es casi y altamente posible lograr su objetivo; un 24.5 %, moderadamente posible; y un 5 %, entre mínimamente y nada posible. Metas que más del 60 % consideró alcanzables, debido a las posibilidades y recursos con los que contaron; además de la fuerza de motivación que más del 80 % aseguró tener. Sobre los resultados, se determinó una concordancia de 87.76 %, aceptando la hipótesis inicial; sin embargo, como conclusión, la hipótesis planteada refleja que existe relación entre las capacidades de la resiliencia y la definición del proyecto de vida con un 87.76 % en estudiantes de la carrera de ciencias de la educación.

Por su parte, Jurado et al. (2018) desarrollaron la investigación titulada “Perfiles resilientes de estudiantes de los grados 6.º y 7.º de una institución educativa del sector rural del Municipio de Belén de Umbría (Risaralda)”. El fin fue demostrar las características de resiliencia en estudiantes. La metodología aplicada fue estudio de caso y observacional y se tuvo como muestra a estudiantes del nivel primario y se aplicó el cuestionario. Se concluye que el 85,7 % de los estudiantes demuestra capacidad de responder asertivamente a la adversidad, de este modo, existen diferentes capacidades personales relacionados con la resiliencia, las capacidades que han sido identificados en niños y adolescentes resilientes son la competencia social, la capacidad de resolución de problemas, la autonomía y el sentido de propósito y de futuro, como se puede observar en este estudio.

Mientras que Pérez (2017), en su tesis “Resiliencia y proyecto de vida en adolescentes de Liceo Martín José Sanabria del Estado Carabobo. Diciembre, 2016”,

presentada a la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Mayor de Carabobo, estableció la correspondencia existente entre identificación del proyecto de vida y resiliencia. Para ello se usó una metodología descriptiva, correlacional, transversal y no experimental. Asimismo, se tuvo como muestra a 55 estudiantes y se usó el cuestionario. Según los resultados concluye que 78.2 % de los estudiantes (43 de 55) se plantea metas a corto, mediano y largo plazo, Además el 60 % considera altamente posible alcanzar metas educativas. En cuanto al área ocupacional el 43 % considera altamente posible consolidarse en esa área contra un 30,9 % que considera casi posible consolidarse.

### **2.1.3. Antecedentes nacionales**

Gomez (2021), en su tesis “Actitudes resilientes y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Puquio en Ayacucho, 2021”, presentada a la Unidad de Postgrado de la Universidad César Vallejo, con la que optó al título de Maestro en Psicología Educativa, tuvo el fin de identificar la relación entre resiliencia y proyecto de vida entre educandos. La investigación fue cuantitativa y es fundamental más que empírica; de igual forma, la muestra fue de 40 estudiantes y se usó el cuestionario. Los resultados mostraron que existe una estrecha relación entre la resiliencia y el proyecto de vida con el coeficiente de Pearson (0.590) y p-valor (0.000), señalando una correlación moderada y significativa entre las variables.

Por su parte, Machuca y Velarde (2021) realizaron la tesis titulada, “Resiliencia y proyecto de vida en adolescentes”, para lograr el título de psicología, desarrollada en la Universidad Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca. Perú. La tesis tuvo el propósito de identificar los aportes teóricos de la resiliencia en el proyecto de vida, usando una metodología analítica. Además, se tuvo como muestra a bases bibliográficas y se usó la ficha de registro. De ello, se concluyó que los rasgos significativos que evidencia un estudiante es la competencia social, el sentido del humor, la solución de conflictos, el sentido de propósito,

de futuro, la adaptabilidad y el autocontrol ante situaciones estresantes, los cuales logran ser desarrollados según las necesidades de cada individuo.

A su vez, Pajuelo (2020) elaboró su tesis de maestría “Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes del 5° de secundaria de la IE El Amauta-Amarilis-2017”, presentada al Programa Académico de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Huánuco, con la que obtuvo la Licenciatura en Psicología. Huánuco, Perú. El fin fue establecer la correspondencia entre proyectos de vida y resiliencia en educandos. Los métodos se basaron en un enfoque correlacional cuantitativo, básico y no experimental, se trabajó con 100 estudiantes, quienes desarrollaron la Escala de Wagnil & Young, Resilience (ER) y el Proyecto Escala Vida García. El resultado fue que 64 % de los estudiantes tiene una resiliencia alta y el 36 % restante está en el promedio. En cuanto al establecimiento de metas, el 84 % de los estudiantes las calificó como altas; mientras que el 16 % es promedio. Al aplicar el Rho de Spearman se obtuvo el valor 0.384, indicando una correlación positiva con un puntaje de correlación bajo. Por lo tanto, el autor concluye que existe un grado despreciable de correlación entre las variables y sus tamaños.

A su turno, Huanca y Sánchez (2018), en su tesis de “Resiliencia y proyectos de vida en estudiantes de 3.° a 5.° de secundaria de zonas rurales del distrito de Majes-Arequipa”, presentada a la Escuela Profesional de Psicología, de la Facultad de Psicología, Universidad de Nacional de San Agustín, con la que optaron al título profesional de Psicólogas, Arequipa, Perú, se construyó para establecer la correlación entre el proyecto de vida y la resiliencia en estudiantes. Además, la metodología fue correlacional, no experimental y descriptiva. Asimismo, la muestra fue de 392 educandos y se aplicó el cuestionario. Obtuvo como resultados que el 57.7 % de los estudiantes tiene un nivel de confianza adecuado, mientras que el 42.3 % de este grupo no presenta el mismo nivel de convicción. Por otro lado, los estudiantes de los grados 3 (79.1 %), 4 (76.3) y 5 (76.5 %) de secundaria reportaron en su

mayoría un alto grado de establecimiento de metas. Concluyó que mientras el adolescente sea más flexible, contará con los medios básicos para poder formular su proyecto de vida.

Mientras que Velásquez (2017) realizó la tesis “Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes de cuarto grado de secundaria, Pativilca-2017”, Lima, presentada para la Escuela de Posgrado, Universidad César Vallejo, con la que optó al grado académico de Maestría en Psicología Educativa. La finalidad del estudio fue establecer la relación entre proyecto de vida y resiliencia. Además, la metodología fue correlacional y no experimental. El tamaño muestral estuvo formado por 80 educandos y se usó el cuestionario. La autora concluye que existe una relación significativa, positiva con  $\rho = 0,499$  y correlación moderada entre la competencia personal y el proyecto de vida en los estudiantes de cuarto grado de secundaria; indicándonos también la existencia de una relación significativa y positiva con  $\rho = 0,605$  y correlación moderada entre la aceptación de uno mismo y de la vida y el proyecto de vida que presentan los estudiantes del cuarto grado de secundaria; con respecto a la dimensión de la factibilidad de metas educativas y ocupacionales se observa en la tabla 10 y figura 6, que la mayoría de los estudiantes que equivale a un 63 % están en un nivel alto en cuanto a la factibilidad de metas educativas y ocupacionales, así también un 25 % de estudiantes están en un nivel medio y finalmente un 12 % están en un nivel bajo.

#### **2.1.4. Antecedentes locales**

Rodríguez y Vara (2020) elaboró su tesis de “Resiliencia y calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Huancayo”, presentada para la Universidad Peruana Los Andes, con la que obtuvo el título profesional de Psicólogo. La tesis tuvo el propósito de establecer la correlación entre la calidad de vida y la resiliencia en educandos. En cuanto a la metodología, se aplica a través de un enfoque de correlación no experimental, cuantitativa y transformativa. Las muestras de investigación fueron presentadas por 138 estudiantes y se aplicó el cuestionario. Como resultado, el Rho de Spearman se obtiene un

valor numérico (0.473), que se considera una relación moderada. Se concluyó que hubo una correspondencia directa e intermedia entre las dos variables.

A su vez, Vargas y Montalvo (2017), en su tesis de “Proceso de resiliencia para la superación de riesgos sociales en los niños, niñas y adolescentes de la ONG GEMA-Huancayo 1990-2016”, presentada para la Universidad Nacional del Centro del Perú, con la que obtuvo el título profesional de licenciada en sociología, tuvo el objetivo general de este estudio fue crear conciencia sobre el proceso de recuperación y su impacto en la mejora de las habilidades. Además, se aplicó la metodología básica, cualitativa y no experimental de la sección longitudinal. Asimismo, se utilizaron entrevistas y revisión de documentos y se aplicaron a 30 adultos. En conclusión, la ONG Gema cuenta con un programa social que permite a los niños y jóvenes desarrollar nuevas habilidades.

A su turno, Rodríguez (2019) expuso el estudio “Relación entre el afrontamiento y la resiliencia en estudiantes de I-II ciclo de un Instituto Privado de Huancayo” en la Universidad Continental, Facultad de Humanidades, para ser Licenciada como Psicóloga. La finalidad de la tesis fue establecer la sociedad de resiliencia y afrontamiento en estudiantes. Usando una metodología descriptiva y aplicada, tuvo como muestra a 231 educandos y se usó el cuestionario. A partir de ello, se identificó que coexiste una reciprocidad positiva entre las variables. Además, las características de los estudiantes resilientes indicaron que poseen una adecuada toma de decisiones y resolución de conflictos. Se concluye, que el índice de correlación de  $\pm 0.153$ ; Mientras que el nivel de retroceso estaba en -0.092.

Por su parte, Espíritu y Zurita (2020) realizaron el estudio “Estilo de crianza y resiliencia en los estudiantes de secundaria en una institución educativa de la Oroya-2020” expuesto en la Universidad Peruana Los Andes, facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología para titularse como psicólogas en línea de Salud y Gestión de la

Salud. La tesis investigó el vínculo entre el estilo de crianza y la resiliencia entre estudiantes, fue descriptiva, científica, relacional, el arquetipo es básico, el diseño es seccional, no experimental y correlativo. La muestra fue de 100 estudiantes y se usó el cuestionario. Sus resultados indican que  $p < 0.05$ . es  $0.000 < 0.05$ , lo que significa una relación entre la educación y la resiliencia. También, se encontró entre el estilo de crianza y la confianza, con  $p < 0.05$ . es  $0,000 < 0.05$ . Se concluye, en la existencia de una correspondencia moderada entre resiliencia y estilos de crianza.

Mientras que Aire y Castellares (2018) expusieron su tesis “Niveles de resiliencia entre instituciones educativas públicas y privadas del distrito de Huancayo, 2017” en la Universidad Peruana Los Andes, facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, para obtener la Licenciatura en Psicología. El fin de la indagación fue establecer las discrepancias entre la resiliencia en entidades privadas y estatales. La metodología fue correlacional, descriptivo y comparativo y el tamaño muestral fue de 366 educandos y se usó el cuestionario. Además, los resultados revelaron que no hubo discrepancias entre el grado de recuperación entre instalaciones, pero sí entre los niveles de recuperación de los estudios, con un valor de P de 0.000 y una significancia cercana a 0.003. En consecuencia, el autor concluye que existe una diferencia en el nivel de recuperación entre sexos en las instituciones educativas.

A su vez, Manrique (2010), en su tesis “Valoración del trabajo y construcción del proyecto de vida en niños y adolescentes trabajadores de las ladrilleras de Palian-Huancayo 2010”, en la Universidad Nacional del Centro del Perú, Facultad de Trabajo Social para obtener el grado académico de Magíster en Políticas Sociales, buscó conocer cómo es la valoración del trabajo y cómo construyen sus proyectos de vida los niños y adolescentes trabajadores de las ladrilleras de Palian. Es de nivel exploratorio-explicativo, aplicó el método inductivo deductivo y tuvo como muestra 50 niños y adolescentes entre las edades

de 8 a 15 años. Concluye que los niños y adolescentes, que participan en el labrado de ladrillos en la zona de Palian-Huancayo, valoran el trabajo que despliegan, esta valoración influye positivamente en la construcción del proyecto de vida y como consecuencia del trabajo que despliegan desarrollan el sentido de pertenencia, habilidades y destrezas para el trabajo.

## **2.2. Bases Teóricas**

### **2.2.1. Resiliencia**

Respecto a las definiciones de resiliencia se tiene lo siguiente:

Wagnild y Young (1993) definieron la resiliencia de la siguiente manera:

Una particularidad de las personas que les permite enfrentar una situación negativa, pero con posición positiva. Esta posición a la vez le permite fortalecerse y mostrar un estado de valor y adaptabilidad ante sucesos negativos que no le afectan trascendentalmente (p. 102).

Para Grotberg (2002), la resiliencia se la entiende de la siguiente manera: “La capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e inclusive, ser transformados por estas” (p. 18). Se refiere a la resiliencia no solo para enfrentar adversidades, sino también para promover la salud mental y emocional de las personas.

La resiliencia es una palabra que proviene del latín *resilio*, que se refiere a ‘un rebote, el volver atrás’. Generalmente, se emplea en las ciencias sociales, se presupone la adaptación y el riesgo frente a cualquier situación, se fortalecen las capacidades de supervivencia de la persona, siendo este el sentido de estar de una persona, el cual está ensimismado en la vida que lleva, desarrollando así sus capacidades de resiliencia en una cierta situación (Carretero, 2010).

De este modo, la resiliencia es una competencia que ayuda a la persona a enfrentarse a momentos desalentadores, siempre viendo el lado bueno de las cosas (Saavedra et al., 2015)



La resiliencia al considerarse de rasgo personal, esta acompaña al desarrollo de la persona en toda su vida, por ello, se relaciona con la independencia, la autoestima, la adaptación que tiene una persona al estrés, a la adversidad y al liderazgo, siendo así que está relacionado con los siguientes rasgos (Carretero, 2010):

- i. Dominio, que se basa en la dirección de los equipos de trabajo, produciendo una capacidad de sobreponerse a una serie de complicaciones resilientes (Carretero, 2010).
- ii. Gran energía, que es la capacidad de estar motivado intrínsecamente, buscando que la persona no se sienta abatida con las dificultades (Carretero, 2010).
- iii. Confianza personal, que es conseguida mediante la autoestima, esta es la valoración que se tiene sobre uno mismo (Carretero, 2010).
- iv. Locus de control interno, que abarca al deber de manejar su vida y como hace frente a las situaciones poco favorables, las cuales son presentadas durante el transcurso de sí (Carretero, 2010).
- v. Estabilidad, que se basa en el reconocimiento del FODA, buscando un equilibrio entre sus características (Carretero, 2010).
- vi. Integridad, que son los valores resilientes, respecto a la superación de las complicaciones y obstáculos diarios (Carretero, 2010).
- vii. Inteligencia al momento de resolver complicaciones (Carretero, 2010).
- viii. Inteligencia emocional, que es la capacidad para controlar e identificar las emociones de los que nos rodean (Carretero, 2010).
- ix. Flexibilidad, que es tener disposición frente a momentos nuevos, los cuales abarcan al enfrentamiento de retos inesperados (Carretero, 2010).
- x. Sensibilidad hacia los demás, que se da al practicar la asertividad y empatía con otros, siendo un detalle que nace de la misma resiliencia (Carretero, 2010).

Especialistas menciona que el juicio moral y la resiliencia tienen relación, tomándolos como aspectos que fomentan los comportamientos, conductas y actitudes, las cuales desembocan en el desarrollo del liderazgo, social y personal. De este modo, son examinados diversas áreas de la vida, este se basa en lo siguiente: “yo tengo” o eje de apoyo, el “yo soy” (eje de fuerza interior) y el “yo puedo”, que se refiere a la capacidad interpersonal que ayuda a resolver conflictos (Grotberg, 2002).

#### **a. Evolución histórica**

Inicialmente, la resiliencia se explica sobre la base de la ciencia física, principalmente se basa en la metalurgia e ingeniería, la cual explica a la capacidad de resistir que tiene los metales frente a golpes o variaciones en la temperatura. Luego, es tomada como teoría de ciertas ciencias, como la social, donde se indica que es el enfrentamiento de la persona a situaciones riesgosas; sin embargo, permite hacer frente a momentos de adversidad (Carretero, 2010).

En relación conl desarrollo del término se consideran los siguientes momentos:

En la realidad anglosajona, la resiliencia se estudió en el área psiquiátrica, donde los especialistas estudiaron casos de niños que se enfrentaron a situaciones difíciles. Del 1983 al 1994 se encontraron ensayos que diferenciaron el comportamiento de los niños con trastornos de superación, psiquiátricos y como son tratados (García & Domínguez, 2013).

- Un punto relevante se dio mediante el estudio de Werner donde 500 niños de Hawai, que pese a convivir con familiares alcohólicos y someterse a momentos de estrés llegaron a salir adelante y lograron construirse un futuro prometedor (García & Domínguez, 2013).
- Partiendo de ese estudio, se dieron diferentes estudios donde se analizó la existencia de aspectos de protección a niños pese a estar en la pobreza, siendo una situación

que genera estrés y la cual genera fragilidad en las emociones, con una intelectualidad más baja y una ejecución académica menor. No obstante, el daño potencial generado por momentos relacionados a la pobreza no puede evitarse o revertirse. Hay aspectos de protección que amortiguan al impacto de las realidades en los menores (García & Domínguez, 2013).

- Los factores de protección tienden a intervenir en la resiliencia de una persona, garantizando un mejor enfrentamiento a la hostilidad presentada. Estos aspectos son agrupados como factores íntimos, como es el acercamiento social, humor positivo y ritmo biológico adecuado (García & Domínguez, 2013).
- En el siguiente hito, los especialistas trataron más de la resiliencia en dos factores, como es la noción procesal, la cual se refiere a la interacción de los factores de resiliencia y de riesgo. En el segundo punto, es desplazado el foco de interés desde la perspectiva personal a un interés mayor de los aspectos externos, donde casi todos los estudiosos se adscriben al modelo triádico de la resiliencia, siendo los ambientales, individuales y familiares (García & Domínguez, 2013).

#### **b. Teoría psicoanalítica de la resiliencia**

Este es el primer pilar, el cual se fundamenta en el desarrollo de la independencia, creatividad, iniciativa, introspección, como se relaciona su moral y su humor. Después hace una descripción de estos en la capacidad de análisis crítico, el cual representa a un retorno de la persona singular a su realidad, y llegó a conseguir grupos con una determinada identidad, la cual al iniciar puede ser convertida en hegemónica. Este proceso tiende a operar mediante un sistema conductual de afiliación de Bowlby, el cual indica como una persona genera estrés y origina una patología. Si se da la situación positiva, la persona será resiliente permitiéndose superar las adversidades, avanzando en la comprensión de su construcción y el estatuto de sus mecanismos psíquicos (Marra, 2012 & Rodríguez, 2014).

A comparación con los mecanismos de defensa, se indican una conciencia de la capacidad del sujeto para superar los efectos de la enfermedad. El oxímoron reveló el contraste de alguien que recibió un gran golpe, se separó y se conformó. La parte dañada produce necrosis, y la más protegida, todavía sana pero no se conoce, tiende a estar desesperada. Mientras otros autores convirtieron a la resiliencia en “elasticidad”, nada de esto se confirma hoy en la imaginación: la resiliencia nunca implica un retorno completo a un estado previo al trauma o a la emergencia: nada es igual (Marra, 2012 & Carretero, 2010).

En el caso del segundo tema, ver el *yo* como instancia debe “guiar” al sujeto en relación con sus deseos conscientes e inconscientes, la moral, sus ideales y las exigencias del mundo exterior. En otras palabras, se refiere a la relación con el entorno y los beneficios de estimulación clara, estrechamente, relacionado con la capacidad del ego. En el prototipo psicoanalítico, la fortaleza de la persona tiende a facilitar la tramitación de la persona por otras situaciones, siendo un producto y consecuente de la cura; a través, del psicoanálisis y la formación resiliente; pues el trauma consigue generar una estructura psicótica, pero también puede ser un punto final al generar una estructura para defenderse. La resiliencia es construida, desde el interior al exterior, basándose en las vivencias (Uriarte, 2005 & Rodríguez, 2014).

Asimismo, se busca conectar al psicoanálisis con la teoría que fundamenta a la resiliencia, buscando un punto de reflexión respecto a los devenires del psicoanálisis actual. Esto se puede observar cómo repercute en el sujeto lo que ocurre es su vida diaria y, por ello, según el psicoanálisis debe de promoverse prácticas que ayuden a los especialistas a mejorar su servicio. El autor señala que hay una gran distancia entre el psicoanálisis y la teoría de la resiliencia; sin embargo, logran complementarse y ser útiles a nivel clínico. De acuerdo con el psicoanálisis, es necesario usar la teoría de la resiliencia con énfasis contemporáneo de la persona y cómo afronta esto (Marra, 2012).

### **c. Teoría del desarrollo psicosocial de Grotberg**

La resiliencia conlleva a tener conductas pensamientos y acciones basándose en el aprendizaje y desarrollo que tiene una persona diariamente. Es una nueva perspectiva de cómo las personas tienden a afrontar situaciones de estrés, ello puede ser a nivel familiar social o laboral. En vez de preguntarse por qué se dan dichas catástrofes o problemas, la resiliencia busca crear una nueva perspectiva donde se indague las condiciones que las causaron y como solucionarlas o evitar al estrés alto a causa de ellos. Las situaciones o catástrofes suelen estar englobadas en los famosos “grupos de riesgo”. El hecho de que las personas no se sientan derribadas por la adversidad demuestra que ellos la confrontan a través de factores de la siguiente manera: los recursos económicos, la alimentación, su educación, entre otros (Peña, 2009; García & Domínguez, 2013).

Asimismo, las personas resilientes tienden a destacar por tener una competencia alta en diferentes áreas como es a nivel emocional, intelectual, motivacional, también cuentan con una autoestima alta, sentimientos positivos y la independencia. Y esto puede continuar así pese a dañar áreas básicas para la supervivencia cómo es la nutrición. Con el objetivo de esclarecer a la resiliencia, diferentes especialistas mencionaron las características del ambiente donde se desarrollan estas personas, entre estas características se tiene a las siguientes: la edad corta de pasar por una situación traumática, posiblemente las familias de dónde provienen cuentan con padres competentes e integrales que apoyan constantemente al menor (García & Domínguez, 2013).

En relación conl funcionamiento de la psicología que protege del estrés a los resilientes se tiene a los siguientes:

- Un coeficiente intelectual alto y capacidades para solucionar problemas bien desarrollados (García & Domínguez, 2013).
- Los estilos de afrontamiento son adecuados (García & Domínguez, 2013).
- Hay conocimiento, empatía y manejo adecuado que fortalecen las relaciones

interpersonales que tienen (García & Domínguez, 2013).

- Su sentido de humor es positivo, esto lo convierte en una persona con capacidad de resiliencia y en personas competentes para la sociedad (García & Domínguez, 2013).

#### **d. Modelo del desafío de Wolin y Wolin**

Las cualidades resilientes ayudan a los sujetos a hacer frente a las adversidades de la vida. Según Wolin y Wolin (1993):

Las fuerzas negativas expresadas en daños no actúan de forma lineal en las personas, sino que encuentran en los niños/as, adolescentes o comunidad un escudo protector constituido por sus resiliencias, que transforman esos factores negativos en desafíos que llegan a convertirse en factores de superación (p. 53).

El modelo de reto son siete pilares que ayudan a tener otra perspectiva de la vida, a comprenderla para poder enfrentar a la adversidad (Uriarte, 2005 & Peña, 2009).

Seguidamente, son mencionados estos siete pilares:

- i. *Introspección*. Es cuestionarse sobre uno mismo y responderse. Es observar y ser observado a la vez (Ortega & Mijares, 2018).
- ii. *Interdependencia*. Se basa en ponerse límites y a la situación por enfrentar. Es una competencia que mantiene lejos a las emociones y a la física sin aislarse (Ortega, Z. & Mijares, B., 2018).
- iii. *Capacidad para relacionarse*. Es la capacidad de relacionarse con los demás y equilibrarlas necesidades de simpatía con las aptitudes con los demás. Las relaciones determinadas por un menor responden activamente a lo que necesita y la oportunidad de percibirse como un ser amable (Ortega & Mijares, 2018).
- iv. *Iniciativa*. Probar determinadas tareas siendo exigente de forma gradual. Esta

competencia se basa en la responsabilidad y locus del control interno hacia uno mismo, desarrollando así una vida independiente (Ortega & Mijares, 2018).

- v. *La creatividad.* Belleza y orden en el caos y desorden, es creatividad. Si el sujeto es capaz de reparar lo antiguo y hacerlo aparecer nuevo o reír basándose en el dolor puede obtener perspectivas positivas respecto a la situación y convertirse en una persona resiliente (Ortega & Mijares, 2018).
- vi. *La ética.* Es la conciencia de extender los deseos íntimos de bienestar a las demás personas y también el comprometerse con los valores. Su desarrollo en la infancia es relevante ya que ayuda a incorporar a cada pilar de la resiliencia a la vida de la persona (Ortega & Mijares, 2018).
- vii. *El sentido del humor.* Actitud positiva para tener momentos de alegría a pesar de los problemas o dificultades. El tener buen sentido del humor ayuda a reducir el estrés, pensar en positivo, motivarnos a dar solución a conflictos o problemas y mantener una relación cordial en el ámbito interpersonal (Ortega & Mijares, 2018).

#### **e. El enfoque de riesgo y protección**

Esta teoría señala que las circunstancias que afronta el sometido ocasionan disposiciones psicológicas como son los miedos, los sentimientos de culpa, los conflictos con la autoridad, entre otros. De este modo, la respuesta científica busca lograr una adecuada conceptualización de las situaciones patológicas dadas a efecto de las diferencias sociales, cabe resaltar sus causas y cómo es desarrollada cada patología para así determinar su tratamiento. El resultado del estudio de las causas también busca formular predicciones basándose en los datos de los factores de riesgo sobre el momento donde aparece la patología para que esta sea abordada desde la raíz (Carretero, 2010 & García & Domínguez, 2013).

La psicopatología hace énfasis en las situaciones hostiles que forjan los factores de riesgos y los efectos que tienen en los adolescentes y menores. No obstante, más allá de las teorías empleadas, frecuentemente las predicciones no llegaban a cumplirse y las patologías

no se presentaban. Frente a ello, las pruebas de que no todas las personas en situación de riesgo tienen patologías, demostraron que, a diferencia de ellos, estas personas se fortalecen frente a adversidades y catástrofes en sus vidas (Aguilar & Acle, 2019).

Estos pueden actuar de forma grupal y también manifestarse en diferentes etapas de desarrollo de la persona. En el modelo de desafío, el estrés es un estímulo competente. En el modelo compensatorio, los exteriores del estrés y sus caracteres individuales se unen para llegar a una predicción respecto a los efectos y al estrés que pueda presentarse. Para finalizar en el modelo de inmunidad, se relaciona condicionalmente a los estresores y los factores de protección estos últimos equilibran al impacto del estresor, pese a que esto no siempre va a estar presente (Carretero, 2010).

Por tanto, el fomentar la resiliencia ayuda a optimizar la calidad de vida basándose en representaciones que ellos tienen. Por ende, para mejorar la resiliencia se debe de potenciar las cualidades y fortalezas de uno mismo para hacer frente positivamente a las experiencias negativas. Es necesario que se cuenten con programas de intervención en los jóvenes y niños para mejorar su desarrollo de la resiliencia, entre estos están los factores protectores (Carretero, 2010).

El estudio sobre la resiliencia se orienta a la inmunidad frente a la presión de las situaciones negativas que aparecen diariamente. No hace referencia a las disposiciones genéticas, sino a los aspectos de protección que surgen con la interacción de componentes cómo es la naturaleza y la educación o la experiencia de la persona (García & Domínguez, 2013).

Además, los factores de protección no son independientes entre sí, sino que están vinculados sobre mejorar los recursos personales, al igual que estos pueden provocar respuestas positivas de las redes de apoyo. Por lo que, los mismos factores pueden ser riesgosos y/o protectores (debido al desarrollo de nuevas actitudes y habilidades) según el



contexto. Es decir, a través de un entendimiento amplio del significado de peligro, exponiéndose gradualmente a la situación y potencialmente lidiando con eficacia u que obtiene el apoyo necesario, y aprendiendo a desarrollar un modelo apropiado no destructivo de parte de adultos emocionalmente maduros, para desarrollar soluciones a problemas (Carretero, 2010; Aguiar & Acle, 2019).

#### **f. La resiliencia y la adolescencia**

La resiliencia tiende a desarrollarse en cualquier edad dependiendo de la persona. Nunca llega a ser absoluta y es diferente en cada fase de la vida vivida y por vivir. Entonces, se puede afirmar que las capacidades de una persona se relacionan a su propio desarrollo en una determinada realidad. Estas capacidades ayudan a construir la resiliencia o retrasarlas, se busca reconocer para ello las actitudes y conductas que tienen y las decisiones que toman, aprendiendo a sobrellevar mediante las experiencias que vivió (Salinas & Villegas, 2021).

La adolescencia es un segundo nacimiento, donde los individuos llegan a una sociedad más amplia y así comienzan a separarse del sistema familiar; las diferencias psicosociales en el entorno familiar llevan a una redefinición de estas relaciones. Sin embargo, su irrupción trae un nuevo panorama sobre la significación de resiliencia, ya que, la investigación e introducción prometen hechos de ganancia y aventura (Moreno et al., 2019). De tal manera que, en la adolescencia, el progreso es apresurado y los sucesos de diferencia se ejecutan tan ligeramente que forman una dificultad constructiva y estructurante. Asimismo, este proceso permite la adopción de actitudes que exponen a los factores de riesgo y situaciones de adversidad (Salinas & Villegas, 2021).

Sobre el riesgo en la adolescencia, el nivel de este en los adolescentes y adultos jóvenes se desprende del compromiso estructurado en su estilo de vida y los comportamientos manifestados (Vinaccia, et. al, 2007).

Por otro lado, el adultocentrismo, al ser una fase insidiosa, proporciona la edificación de la identidad negativa, forjando desaliento y poca apreciación en sí mismo. Esta negatividad tiende a relacionarse mucho con las drogas, embarazos, grupos juveniles y violencia, basándose en la realidad donde se desarrolló el menor (Moreno et al., 2019), evitando que el desarrollo de la resiliencia sea acertado, y genera así que la identidad se construye de manera incompleta. Por efecto de esto, los adolescentes no tienen valoración por sí mismos y se sienten más vulnerables frente a la sociedad (Salinas & Villegas, 2021).

Entonces, se toman en cuenta factores de protección, enlistados a continuación:

*Características personales.* La interrelación, como la habilidad de establecer contacto con otros individuos en especial entre los adolescentes, por una aceptación social; resolución de problemas, que quiere decir que está en la búsqueda de alternativas positivas ante dificultades cognitivas y sociales; adaptación positiva asociado al contexto; sentido de propósito y visión a futuro orientado a objetivos de vida (Salinas & Villegas, 2021).

*Características familiares.* Cohesión, calidez, estimulación adecuada, reconocimiento de su valía e individualidad en todos los ámbitos, escuelas, instituciones sociales, comunidades, etc. (Salinas & Villegas, 2021).

### **2.2.1.1 Dimensiones de la resiliencia**

Con respecto a las dimensiones de la resiliencia encontramos el siguiente aporte:

Wagnild & Young (1993) plantean que la resiliencia es la habilidad de convertir las desgracias en éxitos y se compone de dos factores: uno referido a la competencia personal y el otro, a la aceptación de uno mismo. Estos son moduladores de las dimensiones asociadas a los efectos del estrés como son la ecuanimidad, la perseverancia, la confianza en sí mismo, la satisfacción personal y el sentirse bien solo, las cuales posibilitan logros significativos de niveles de adaptabilidad y superación de infortunios (p. 37)

### a. Competencia personal

Wagnild, & Young (1993) definieron la competencia personal como “el desarrollo y la representación de características como la autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia” (p. 102).

Se refiere a que una persona está preparada para afrontar todo tipo de situaciones presentadas en su día a día, incluso aquellos “imprevistos” poco comunes; de igual manera, las competencias personales engloban las creencias relacionadas con el conocimiento de las respuestas y la manera de encontrarlas (Wagnild & Young, 1993).

Los indicadores de resiliencia son los siguientes:

- *Ecuanimidad*. Es el punto de vista equilibrado de sus experiencias y su vida, se relaciona con la capacidad de ver una amplia gama de experiencias y estar tranquilo al momento de recibir los golpes o buenas noticias basándose en la situación que está viviendo, pero siempre tienen moderación de las respuestas extremas (Peña, 2009).
- *Perseverancia*. La perseverancia se emplea en toda situación de la vida, con el fin de tomar decisiones justificadas y dedicarse a buscar que la situación vaya por el mejor lado posible. Se enfatiza en un período largo y al que la perseverancia se relaciona con dejar pasar los malos momentos hasta que pueda seguir adelante sin que esta dañe la vida de la persona o en todo caso se toman decisiones que reduzcan su impacto en la vida diaria. De modo que la perseverancia no solo es un valor humano básico que permite a la persona a no rendirse y seguir adelante pese a todos los sentimientos negativos que pueda sentir (Salinas & Villegas, 2021).
- *Confianza en sí mismo*. Hace referencia a una serie de expectativas positivas respecto a uno mismo y a las acciones que se tiene con los demás, tiene la

capacidad de aceptar y sobrellevar situaciones de estrés que pueden aparecerse en el día a día (Aguilar & Acle, 2019).

**b. Aceptación de uno mismo y la vida**

Wagnild & Young (1993) consideraron que la aceptación de uno mismo y de la vida “es demostrar adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable que coincide con asumir situaciones difíciles y salir airoso” (p. 104).

Con respecto a la aceptación de uno mismo y de la vida, García y Domínguez (2013) mencionan que “la adaptación de uno mismo y de la vida se refiere a la capacidad de adaptabilidad a nuevas vistas sobre la calidad de vida y aceptación de entornos que reflejan sensaciones de paz ante situaciones de adversidad” (p. 65).

Por lo que, se descomponen en los siguientes ítems:

*Satisfacción personal.* La satisfacción de uno mismo es cómo se siente respecto a su vida y cómo se valora a sí mismo, esta valoración se basa en las apreciaciones que tiene respecto a su físico como a aspectos internos trascendiendo de lo económico e intelectual. La satisfacción personal también se basa en la calidad de vida, en los modos de vida y expectativas que plantea tener el individuo. La calidad de vida tiende hacer una construcción histórica y cultural de valores, las cuales están conectadas con las variables de tiempo espacio y pensamientos imaginarios (Cardona, & Agudelo, 2007).

*Sentirse bien solo.* Se relaciona con la sensación de no sentirse apoyado, tener personas que cuidan de uno, al sentirse solo se hace referencia sentirse así con gente alrededor y también puede ser sentirse físicamente solo. Para hacer frente a esta situación se debe de optimizar la forma de relaciones con el entorno y también debe de aprenderse a estar solo como también acompañado, el hecho de aprender a estar solo te puede ayudar a lidiar con la sensación de soledad (Cardona & Agudelo, 2007).

### **2.2.2. Proyecto de vida**

Con respecto a las definiciones de proyecto de vida tenemos el siguiente aporte, según Suarez (2018):

Desde una perspectiva amplia se puede decir que todo ser humano de manera explícita o implícita realiza un proyecto de vida, que consiste en darle un sentido a su vida e integrar aspectos vocacionales, laborales, económicos, sociales, afectivos y de proyección vital que hacen que esté evaluando y corrigiendo este proyecto a partir de una enunciación de metas que se suman e integran en este proyecto vital y que permiten llegar a cada etapa buscando lo que le proporcione bienestar y satisfacción para así continuar a una etapa siguiente (p. 508).

Por su parte, García (2017) menciona lo siguiente con respecto al proyecto de vida:

El proyecto de vida se puede concebir como un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social. En ese sentido la construcción de un itinerario vital, no se puede comprender si no es con relación a las realidades de ese entorno. Por ello, este constructo personal está construido tanto por las aspiraciones como por las posibilidades de concretar estas proyecciones de vida. De este modo, no es posible pensar en la construcción de un proyecto de vida si no es con relación a las posibilidades concretas de realización de acuerdo con la realidad social e histórica a la que pertenece el individuo (p. 154)

Para D'Angelo, (2003), los proyectos de vida son entendidos de la siguiente manera:

Desde la perspectiva psicológica y social, integran las direcciones y modos de acción fundamentales de la persona en el amplio contexto de su determinación-aportación dentro del marco de las relaciones entre la sociedad y el individuo. Son estructuras psicológicas que expresan las direcciones esenciales de la persona, en el contexto

social de relaciones materiales y espirituales de existencia, que determinan su posición y ubicación subjetiva en una sociedad concreta (p. 3).

Por lo tanto, las expectativas de vida se basan en las estrategias y los logros de objetivos que se puedan dar entre el sujeto y su ambiente. Asimismo, existe una relación entre la construcción de decisiones y acciones dentro de un orden social, familiar y estructural, desde la propia experiencia y la visión completa como ser humano (García, 2017).

A continuación se mencionan las distintas teorías respecto al proyecto de vida.

**a. El proyecto de vida desde una visión estratégica**

Se refiere a la estrategia implementada por el individuo para ubicarse en su desarrollo integral y búsqueda de sus metas. De manera que, actualmente, se ha visto implementada en la planeación de las organizaciones y desarrollo de procesos, que toma como base la pirámide de necesidades de Abraham Maslow, aproximándose a la visión de bienestar y actualización del bienestar humano. Entonces, se entiende al proyecto de vida como un propósito a largo o mediano plazo, enfocado en las actividades del individuo, su identidad y percepción, que compone una forma de planificación estratégica en su personalidad y dirección de procesos educativos. Los resultados del proceso se convierten en herramientas de utilidad para la valoración de las fortalezas y debilidades organizativas, en función al individuo, y la identificación de las ventajas competitivas que integren a la definición de las estrategias (Suárez, 2018).

**b. El proyecto de vida como sistema y proceso psicosocial**

Es visto desde un punto filosófico, se percibe como un proceso fundamental que se relaciona a los contextos ideales sobre la existencia y dirección perspectiva de la vida del individuo. Asimismo, se relaciona con el desarrollo individual sobre el proceso de maduración afectiva, entendiendo a la calidad de vida como un bien útil y necesario en su

día a día (Suárez, 2018).

En tal sentido, busca la complementación de cuatro tareas básicas:

- Orientación de las acciones en función a los valores (Suárez, 2018).
- Aprendizaje y responsabilidad, haciéndose cargo de las consecuencias de sus decisiones (Suárez, 2018).
- Desarrollo de actitudes de respeto, siendo capaz de aceptar las diferencias en el entorno (Suárez, 2018).
- Construcción basada en el conocimiento sobre uno mismo, intereses propios, aptitudes y medios de su realidad social (Suárez, 2018).

**c. Proyecto de vida como proceso intersubjetivo**

En esta teoría se considera al proyecto de vida como un ambiente de indagación sobre las representaciones sociales y construcción de subjetividades, que articulan los campos de indagación y representaciones sociales. Se crean nuevas perspectivas De acuerdo con el proceso y los objetivos planteados en la vida, conectando las vivencias y experiencias, de acuerdo con su contexto sociocultural. También, se entiende que el proyecto de vida se fundamenta en la subjetividad del individuo y que esta subjetividad es el resultado de una construcción social, una realidad sociocultural determinada, que moldeará la forma de pensar, de ser y de actuar de la persona.” Uno de los primeros ámbitos en los que se desarrolla el ser humano es el entorno familiar y posteriormente el ámbito social los cuales influenciarán en la intersubjetividad” (Suárez, 2018, p. 508).

**d. Importancia de un proyecto de vida**

El proyecto de vida establece la dirección y orientación en el desarrollo de la personalidad, considerando situaciones que generen conflictos sobre la motivación y planes específicos, afectando su coherencia general (Meléndez, 2016).

Así, como función integradora, involucra la interrelación de las acciones del

individuo y las experiencias personales. Entonces, supone la delineación del sentido de la vida y la vinculación de esferas de significación sobre la personalidad e instrumentos encaminados en las acciones que contribuyan al alcance de las metas futuras, que incluyan temas de vocación, actitudes, sentido de vida y las alternativas concretas del ambiente, convirtiéndose en factor protector de problemas comunes en la juventud (Betancourth & Cerón, 2017).

Por lo tanto, según Flores et al., (2014) la importancia del proyecto de vida se divide en los siguientes aspectos:

- Planificación de la estructura al individuo y obtención de la información oportuna influyente en la toma de decisiones (Flores et al, 2014).
- Reunión de elementos en la construcción de la vida, decidiendo sobre la marcha y los resultados del plan (Flores et al, 2014).
- Consideración de etapas del período de existencia del sujeto: niñez, adolescencia, juventud, adultez y vejez (Flores et al, 2014).

#### **e. Componentes del proyecto de vida**

Son los siguientes componentes:

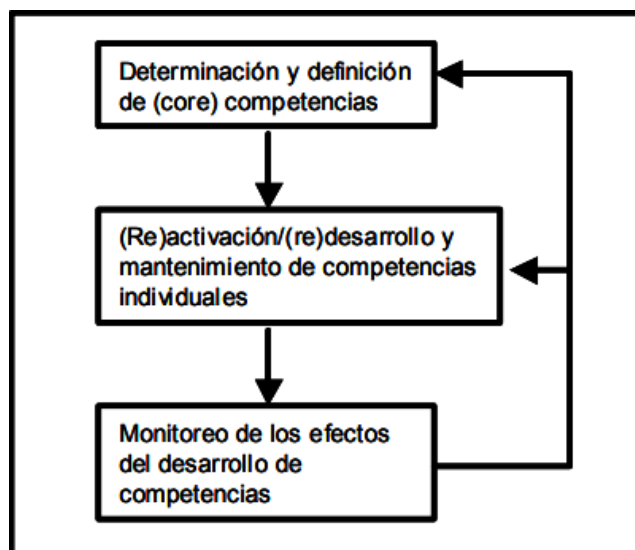
*Competencias*, que comprende programaciones, cualidades y sapiencias ordenados y compuestos en el saber y hacer del ejercicio profesional y personal, que implican las capacidades sobre la personalidad competente (Tejeda & Navío, 2005).

De esta forma, se entiende por competencias a las habilidades en el desempeño de actividades ocupacionales de la empleabilidad, también se relaciona con la transferencia de destrezas a situaciones novedosas de un área ocupacional (Cuba, 2016).

Las competencias incluidas en el proyecto de vida pueden ser clasificadas en personales y sociales; de igual manera, comprenden el entorno y asumen la realidad que establece una relación con las competencias psicosociales y los procesos de aprendizaje



(Flores et al, 2014). De manera que, las competencias incluyen un ciclo de desarrollo, mostrados en la Figura 1.



*Figura 1.* Ciclo de desarrollo de las competencias. *Nota.* Tomada de “El desarrollo y la gestión de competencias profesionales: una mirada desde la formación” (Tejeda & Navío, 2005, p. 12).

**Intervención vocacional.** Definida como el proceso sistemático de apoyo en el periodo formativo del individuo, que involucra el desempeño profesional y desarrollo vocacional en la ejecución de los proyectos profesionales. Este proceso es presentado en contextos de: desarrollo educativo, el cual se fundamenta en la escuela y favorece el desarrollo integral del estudiante; desarrollo organizacional, que toma lugar en el ambiente de trabajo, y el tiempo libre, que tiene que ver con el tiempo compartido entre el trabajo y retiro del mismo (Ureña & Barboza, 2015).

Entre los elementos que constituyen el estado de las competencias vocacionales, se mencionan a continuación:

- Sentido de propósito, basado en los impulsos que dan paso al surgimiento de conductas orientadas al logro de objetivos (Torre, et al, 2021).
- Resolución de problemas, que hacen referencia a los temas divergentes y desarrollo de planes de acción (Toala, 2021).
- Capacidad de comunicación, facilitando a la persona la capacidad de expresión sobre

la base de los niveles de comunicación (Toala, 2021).

- Conocimientos previos sobre determinados campos sobre el saber científico, sus procedimientos y la organización de la información (Toala, 2021).

**Adaptación flexible.** Capacidad de defensa frente a estructuras sociales y cambios en situaciones que generen incertidumbre. La flexibilidad supone el nivel de reacción ante dichas situaciones, utilizando la capacidad de gestión de enfoque y gestión estratégica de recursos, además de la efectividad de las mismas (Gutierrez & Krumm, 2012).

**Autodescripción.** compuesto por un conjunto de variables relacionados con la dinámica profesional basada en el equilibrio de la identidad personal y el sustento del yo. Así pues, la autodescripción se convierte en una técnica influyente en el desarrollo de los rasgos y características propias del individuo para su desarrollo sobre su ambiente y contexto (Palacios & Martínez, 2017).

La autodescripción sigue los siguientes pasos:

- Valoración del tipo de persona a la que se dirige la descripción (Palacios & Martínez, 2017).
- Identificación de los rasgos relevantes y versión resaltante de la persona (Palacios & Martínez, 2017).
- Descripción de los datos del individuo, incluyendo los logros académicos, características, habilidades y virtudes personales (Palacios & Martínez, 2017).
- Abarcar los puntos importantes y resaltantes de la persona (Palacios, & Martínez, 2017).

#### **f. Proyecto de vida y la inteligencia resiliente**

Capacidad de percepción, evaluación y locución de emociones precisas en el acceso y/o generación de sentimientos que faciliten el pensamiento. Este tipo de inteligencia comprende las emociones y el conocimiento emocional, reguladas mediante promoción

emocional y crecimiento intelectual. En tal sentido, la percepción apropiada de estados emocionales, el entendimiento de su naturaleza, la regulación de los mismos y las propias emociones, influyentes sobre la del individuo (Trigueros et al, 2020).

La inteligencia emocional se convierte en unos de los principales factores que contribuye a la resiliencia, basándose en el procesamiento de información sobre las emociones, involucrando diferentes habilidades en el procesamiento de información y logro de objetivos, formulados en la elaboración del proyecto de vida del individuo (Choudhary, 2019).

La inteligencia resiliente, en su desarrollo, requiere cada vez más, de una serie de lecciones y formas tomadas sobre los patrones de comportamiento y los sistemas sociales que se involucran en los procesos de superación (Trigueros et al, 2020).

Se consideran los siguientes puntos a mantener en su orientación:

- Creación de un clima emocional, emociones individuales e interpersonales, en la búsqueda de desafíos y aprendizaje continuo (Choudhary, 2019).
- Metas de desempeño sobre el interés del individuo y las tareas que reflejan la autoeficacia, incluyendo las habilidades externas que hacen frente a las dificultades (Choudhary, 2019).
- Adaptación de comportamientos basados en la persistencia y las estrategias cognitivas (Choudhary, 2019).

**g. El proyecto de vida y el arte de crecer**

Ya que forma parte de la maduración afectiva del individuo, complementa las siguientes tareas básicas:

- i. Orientación de acciones en función a los valores esenciales de la persona.
- ii. Aprendizaje y responsabilidad significativa sobre las decisiones del individuo, teniendo en cuenta la afección en el entorno (Suárez, 2018).

- iii. Desarrollo de actividades que incluyan: solidaridad, inclusión y respeto (Suárez, 2018).
- iv. Estructurar el proyecto de vida según los conocimientos e informaciones que tiene el sujeto, considerando las posibilidades (recursos disponibles), realidad social y políticas del entorno (Suárez, 2018).

Asimismo, el proyecto de vida, propone el análisis de un sentido de coherencia bajo la orientación global del comportamiento del individuo, expresado en la generación de sentimientos de confianza que dirijan el curso de vida del individuo, lo que incluye sentimientos relacionados a:

- i. Hechos enfrentados en el día a día, presentados en el entorno o espacio personal del individuo (García, 2017).
- ii. Desafíos permanentes sobre la capacidad e iniciativa de supervivencia en el entorno (García, 2017).
- iii. Desarrollo de identidad ocupacional, categorizando a los sujetos en: personas logradas, forluidas, morosas y difusas (García, 2017).

#### **h. El proyecto de vida y el adolescente**

Es sabido que, desde el primer contacto del individuo y su cultura, este comienza a desenvolverse en diferentes contextos que permiten a la persona cimentar cada una de sus etapas evolutivas y de desarrollo, que faciliten la definición de su identidad y existencia. Estos cuestionamientos se hacen cada vez más fuertes en la etapa de la adolescencia, tomando cada vez un mayor número de medidas persistentes en el desarrollo progresivo del sujeto, lo que demanda la estructuración del proyecto de vida y los efectos que este puede representar en la vida del adolescente (Betancourth & Cerón, 2017).

Bajo este punto de vista, el proyecto de vida representa una temática abordada desde diferentes saberes que incluyen la psicología, sociología y educación, las cuales

favorecerán su crecimiento personal y madurez, basándose en las experiencias y proyecciones futuras, involucradas en escenarios de autonomización (Concha & Contreras, 2020).

Estudios caracterizan las expectativas de vida del adolescente, dividiéndolas en los siguientes ámbitos:

- **Ámbito personal:** culminación de los estudios superiores y desarrollo de la profesión dentro de un ambiente laboral considerado “exitoso”. Así también, tienen presente la conformación de un nuevo núcleo familiar (Vigo & Borrego, 2019).
- **Ámbito familiar:** orientado a la estabilidad económica y optimizar la forma de vivir del individuo u sus familiares (Vigo & Borrego, 2019)
- **Ámbito social:** enfocado al desarrollo económico de su entorno, creando una mayor cantidad de puestos de trabajo y concientizando a los habitantes sobre la participación de los mismos en diferentes actividades a desarrollar (Vigo & Borrego, 2019)

Entonces, se siguen los siguientes pasos y estrategias:

**a. Proyección al futuro**

Etapa que da inicio sobre la base de una conversación, cuyo fin principal es la construcción de soluciones y cambios en el futuro, basados en las habilidades sociales del adolescente. Esta proyección pretende además el fortalecimiento de la personalidad del individuo e identificación de las metas personales del mismo, sobre la base de tres estrategias: elicitar, fundamentada en las preguntas centradas a soluciones, ampliación de la descripción de conductas y la atribución del control sobre los cambios (Concha & Contreras, 2020).

**b. Externalización**

Que en muchas ocasiones involucra la actitud del individuo frente a las dificultades

presentadas y las capacidades que se adecuan a su ritmo de vida, lo que, en muchas ocasiones viene asociado a la identificación de experiencias y la libertad de identificación de la persona; de manera que, se le reconoce como un sujeto vulnerable al momento de la toma de decisiones (Concha, & Contreras, 2020).

**c. Excepción al problema**

Aspecto que facilita la construcción de nuevos significados de vida, convirtiendo a la familia en la pieza fundamental a la hora de enfrentar las dificultades y problemas del entorno. En tal sentido, se distinguen tres tipos de excepciones: las producidas antes de iniciar el tratamiento, las producidas al concertar la conversación inicial y las que se manifiestan durante el proceso terapéutico (Concha & Contreras, 2020).

**d. Uso de estrategias interventoras**

Entregados de la siguiente manera:

- Directa, destacando los recursos clínicos, los cuales surgen en la conversación inicial (Concha & Contreras, 2020).
- Indirecta, resaltando el discurso del cliente y sus excepciones, involucrando hitos de la siguiente manera: redes de apoyo, recursos, potencialidades, fortalezas, entre otros (Concha & Contreras, 2020).

**2.2.2.1. Dimensiones del proyecto de vida**

Se considera las siguientes dimensiones:

**a. Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo**

Con respecto a la planificación de metas en determinados plazos García (2017) menciona lo siguiente:

Es la relación que establece el individuo con el futuro desde el presente a través de las estrategias que utiliza y las habilidades que desarrolla para construir su plan vital. Se puede resumir a través de visión, objetivos,

estrategias y habilidades (p. 159)

El establecimiento de metas se ha convertido en una práctica de vital importancia que beneficia a cualquier individuo que tenga en mente un sueño o una visión a futuro. Para D'Angelo (2003), la planificación de metas “requiere tomar en cuenta la experiencia y autorregular, rectificar o modificar la visión general, expectativas, aspiraciones y metas, planes y acciones futuras, de acuerdo con las nuevas situaciones presentadas y los límites de las posibilidades propias y del contexto” (pp. 8-10)

Es, por ello, que los adolescentes se encuentran en un momento oportuno para desarrollar sus habilidades y establecer metas; habilidades que les servirá durante sus vidas y que también les ayudará a moldear su futuro en uno que ellos desean. Por lo general, son los padres quienes fomentan el establecimiento de metas en sus hijos, justificando la habilidad en su inclusión en el plan académico.

Es así que, la educación es el lugar apropiado para comenzar con el proyecto de vida y planificación de metas en el niño, sentando las bases para el establecimiento de objetivos de manera efectiva y significativa (D'Angelo, 2003).

Asimismo, las metas moldean cada uno de los procesos de socialización de la persona comenzando en la infancia y continuando en el transcurso de la vida, en este aspecto cabe resaltar, la etapa de la adolescencia como un periodo de constantes cambios en el cual el adolescente se estará moldeando y proyectando de acuerdo con el contexto en el que se desarrolla y dependiendo del impulso motivacional que tenga y de esa manera planificar sus metas (Betancourth & Cerón, 2017)

### **Indicadores**

- **Planeamiento de metas.** Vienen a ser la planificación como un proceso para una adecuada toma de decisiones con el fin de alcanzar un futuro deseado,

tomando en cuenta la situación actual y los factores internos y externos que pueden intervenir en el logro de los objetivos (García, 2017).

- **Posibilidad de logros.** Vienen a ser las conductas alineadas a la demostración de capacidad para lograr la meta, mediante conductas que maximizan la probabilidad de atribuirse un alto y optimo proyecto de vida (García, 2017).

**b. Factibilidad de metas educativas y ocupacionales**

Según García (2017), se entiende por factibilidad de metas educativas y ocupacionales a las siguientes:

Es en esta etapa de la vida donde esa planeación futura adquiere mayor complejidad, pues entra en juego una contradicción constante entre la participación o la exclusión social según sus posibilidades de acceder al mercado laboral, teniendo en cuenta las condiciones reales de formación educativa o de acceso al empleo, se pueden definir las características de ese proyecto vital (p. 157).

Se define como las posibilidades de acceder a los recursos a emplear en el desempeño de objetivos y metas trazadas para el desarrollo de un proyecto determinado, permitiendo también la orientación de decisiones e incremento de las probabilidades de éxito del mismo. La factibilidad tiene como propósito la verificación de la potencialidad del entorno y la existencia de necesidades que aún no fueron saciadas por completo. Así, se afirma que la factibilidad en el establecimiento de metas “personales”, cuyo cumplimiento se orienta a corto, mediano y largo plazo, sobre la base del análisis y esfuerzo diario, que involucra la motivación y el impulso para el desarrollo del proyecto de vida (García, 2017, p. 156).

Para Leiva (2012) se entiende por factibilidad de metas educativas y ocupacionales:

El contexto del individuo y sus condiciones socioeconómicas determinan las posibilidades de acceder a procesos laborales o educativos y garantizar la inclusión social. De esta forma, el contexto influye en el proyecto de vida en la medida en que



determinan el sentido en que crecen y se desarrollan las personas, estructurando la realidad de cada quien (pp. 97-100).

En relación con el éxito y fracaso de las metas, se mencionan las conductas de aprendizaje en función a su consecución, dividiéndolas en:

- Conductas orientadas a la demostración de capacidad, maximizando la probabilidad de atribución de competencias sobre los procedimientos de cumplimiento de los objetivos (Maehr & Nicholls, 1980, p.13).
- Conductas orientadas a la aprobación social, maximizando la superioridad y reconocimiento social, buscando la aprobación del entorno (Maehr & Nicholls, 1980, p. 13).
- Conductas orientadas al proceso de aprendizaje, basado en la consecución de objetivos y tareas realizadas, midiendo la probabilidad de éxito y/o fracaso (Maehr & Nicholls, 1980, p. 13).
- Conductas orientadas a la consecución de metas, que toma en cuenta la conducta y la consecución del resultado, dejando a un lado el aprendizaje y las tareas involucradas en su realización. Esta se basa en tres factores: percepción de habilidades, distinción de variaciones subjetivas y concepción de habilidades que influyan en los cambios evolutivos (Maehr & Nicholls, 1980, p. 13).

A continuación, se definen los indicadores de la dimensión factibilidad de metas educativas y ocupacionales:

- **Disponibilidad de recursos.** Viene a ser la disposición o posibilidades de recursos disponibles de la persona para llevar a cabo su contenido, y genera que el desempeño de objetivos y metas trazadas logren un adecuado proyecto de vida determinado, permitiendo también la orientación de decisiones e incremento de las probabilidades de éxito del mismo (D'Angelo, 2003, p. 3).

- **Fuerza de motivación.** Vienen a ser la fuerza interna que permite e impulsa a ejecutar actividades, desarrollar acciones, con el fin de mantener esa actividad en el tiempo para el logro de nuestras metas (D'Angelo, 2003, p. 14).

### 2.2.3. Definición de términos básicos

*Aceptación de uno mismo.* Adaptabilidad y flexibilidad sobre la calidad de vida reflejada según la perspectiva del individuo (García & Domínguez, 2013).

*Adolescencia.* Proceso de crecimiento y desarrollo, donde el individuo pretende su adaptación e incorporación a la sociedad (Salinas & Villegas, 2021).

*Competencias.* Procedimientos coordinados e integrados en el saber y hacer del ejercicio profesional y personal, que implican las capacidades sobre la personalidad competente (Tejeda & Navío, 2005).

*Competencia personal.* Representación de características como la autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia (Wagnild & Young, 1993).

*Desarrollo psicosocial.* Perspectiva de cómo las personas tienden a afrontar situaciones de estrés, ello puede ser a nivel familiar social o laboral, evitando que el individuo se rinda ante la adversidad (Peña, 2009).

*Ecuanimidad.* Punto de vista equilibrado de entre las expectativas de vida y la capacidad de resiliencia ante posibles daños (Peña, 2009).

*Enfoque de riesgo y protección.* Teoría que señala las situaciones que se enfrenta un individuo, y genera disposiciones psicológicas cómo son los miedos los sentimientos de culpa los conflictos con la autoridad entre otros (Aguiar & Acle, 2019).

*Enfoque cuantitativo.* Realizados con la intención de recolectar y analizar datos, orientados a responder la interrogante inicial de la investigación y comprobar la hipótesis formulada al inicio del estudio (Sánchez et al, 2018).

*Factibilidad.* Posibilidades de acceder a los recursos a emplear en el logro de objetivos planteados para el desarrollo de un proyecto determinado, permitiendo también la orientación de decisiones e incremento de las probabilidades de éxito del mismo.

*Factores de riesgo.* Cuando hay probabilidad de daño a la salud física y mental (García & Domínguez, 2013).

*Inteligencia emocional.* Capacidad de percepción, valoración y expresión de emociones precisas en el acceso y/o generación de sentimientos que faciliten el pensamiento (Trigueros et al, 2020).

*Intervención vocacional.* Proceso sistemático de apoyo en el periodo formativo del individuo, que involucra el desempeño profesional y desarrollo entre el trabajo y retiro del mismo (Salinas & Villegas, 2021).

*Perseverancia.* Emplea en toda situación de la vida, con el fin de tomar decisiones justificadas y dedicarse a buscar que la situación vaya por el mejor lado posible (Salinas & Villegas, 2021).

*Proyecto de vida.* Procedimiento que, en su elaboración, indica la dirección y actividades que desarrollará el individuo para el cumplimiento de objetivos; de manera que incluye diferentes factores de la siguiente manera: biológicos, psicológicos y sociales, así como también las ideas planteadas para el futuro, con miras a la visión y misión general (Flores, et al, 2014).

*Planificación de metas.* Práctica vital y beneficiosa para cualquier individuo que tenga en mente un sueño o una visión a su futuro. Debido a ello, los jóvenes que recién comienzan el viaje de la vida se encuentran en un momento, particularmente, oportuno para comenzar a desarrollar sus habilidades.

*Resiliencia.* Rasgo personal que acompaña el desarrollo de la persona y su relación con la independencia y autoestima del individuo (Carretero, 2010).

## **2.3. Hipótesis**

### **2.3.1. Hipótesis general**

Existe relación significativa y directa entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022).

### **2.3.2. Hipótesis específicas**

- Existe relación significativa y directa entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022).
- Existe relación significativa y directa entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo-Huancayo, 2022.
- Existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022).
- Existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo- Huancayo, 2022.

## **2.4. Operacionalización de variables**

Variable 1: Resiliencia

Variable 2: Proyecto de Vida

Tabla 1

*Matriz de operacionalización de variables***Título preliminar:**

**“Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo”.**

**Variable de estudio: resiliencia**

**Conceptualización de la variable:** “Una particularidad de las personas que les permite enfrentar una situación negativa, pero con posición positiva. Esta posición a la vez le permite fortalecerse y mostrar un estado de valor y adaptabilidad ante sucesos negativos que no le afectan trascendentalmente” (Wagnild y Young, 1993, p. 102)

<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>
Competencia personal	- Ecuanimidad	7,8,11,12	Bajo (25-75) Medio (75-125) Alto (125-175)
	- Perseverancia	1,2,4,14,15,20,23	
	- Confianza en sí mismo	6,9,10,13,17,18,24	
Aceptación de uno mismo y de la vida.	- Satisfacción personal	16, 21, 22,25	
	- Sentirse bien solo	5,3,19	

**Título preliminar:**

**“Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo”.**

**Variable de estudio: Proyecto de vida**

**Conceptualización de la variable:** Definido como el procedimiento que en su elaboración indica la dirección y actividades que desarrollará el individuo para el cumplimiento de objetivos, de manera que, incluye diferentes factores de la siguiente manera: biológicos, psicológicos y sociales, así como también, las ideas planteadas para el futuro, con miras a la visión y misión general (Suárez, 2018, p. 508).

<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>
<b>Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo.</b>	- Planeamiento de metas	1, 2, 3, 4,	Bajo (10-24)
	- Posibilidad de logros	5, 6	Medio (24-37)
<b>Factibilidad de metas educativas y ocupacionales</b>	- Disponibilidad de recursos	7, 8,	Alto (37-50)
	- Fuerza de motivación	9, 10	

## **CAPÍTULO III**

### **DISEÑO METODOLÓGICO**

#### **3.1. Metodología**

El presente estudio de investigación hace uso del método científico definido como el conjunto de pasos, técnicas y procedimientos que se emplean para formular y resolver problemas de investigación mediante la prueba o verificación de hipótesis.

Según Hernández et al., (2014) se define el método científico de la siguiente manera: “El método científico, clarifica las relaciones entre variables que afectan al fenómeno de estudio y planea con cuidado los aspectos metodológicos, con la finalidad de asegurar la validez y confiabilidad de sus resultados” (p. 101).

#### **3.2. Tipo, Nivel, Alcance, Enfoque y Diseño de la Investigación**

##### **3.2.1 Tipo**

La presente investigación es de tipo básica o pura, ya que se encuentra orientada en generar nuevos conocimientos sobre la base de fundamentos teóricos de alcance significativo (Hernández et al., 2018). Además, es un aporte en la investigación científica, porque en la región Junín no se ha realizado investigaciones con respecto a la correlación entre las variables de resiliencia y proyecto de vida.

##### **3.2.2. Nivel**

El nivel de la investigación es correlacional, Hernández, et al. (2018) describen que los estudios correlacionales buscan contestar las incógnitas planteadas en la investigación, con la intención de conocer el grado de asociación que existe entre dos o más conceptos en un contexto definido.

##### **3.2.3 Alcance**

El alcance de la investigación es descriptivo correlacional, Hernández, et al., (2018) describen a detalle las características del fenómeno sometido a análisis, con el propósito de

explicar la naturaleza y comportamiento del mismo dentro de su entorno. Hernández et al. (2014), explica que un estudio correlacional se desarrolla con el fin de determinar la relación entre dos o más variables, midiendo la interacción entre las mismas.

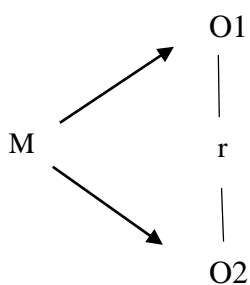
### 3.2.4. Enfoque

La investigación tomó un enfoque cuantitativo, según Sánchez et al. (2018), los estudios de enfoque cuantitativo son realizados con la intención de recolectar y analizar datos, orientados a responder la interrogante inicial de la investigación y comprobar la hipótesis formulada al inicio del estudio. Por lo general, este enfoque se basa en la medición numérica de los datos, lo que determina, con mayor exactitud, el comportamiento de la población con respecto al tema de investigación.

### 3.2.5. Diseño

La investigación fue desarrollada bajo el diseño no experimental, porque no requiere de la manipulación de variables, ya que su propósito es el análisis y evaluación de su comportamiento en su entorno real. Es además transeccional o transversal, porque los datos e información fueron recopilados en un solo momento (Hernández et al., 2014, p. 154)

El modelo de la presente investigación por su alcance correlacional es de la siguiente manera:



Donde:

**M:** Muestra de investigación (muestra censal)

**O1:** Observación de la variable resiliencia

**O2:** Observación de la variable proyecto de vida

**r:** Relación entre la variable resiliencia y proyecto de vida

### 3.3. Población y muestra

Hernández et al.,(2014) definen a la unidad de análisis como la entidad principal evaluada dentro de la investigación; en otras palabras, el “qué” o “quien” se analiza. En el caso de la tesis, se consideró a la unidad de análisis a los estudiantes que cursaron el 4.º y 5.º grado de educación secundaria en una institución educativa.

Por otro lado, Sánchez et al. (2018) definen a la población como la colección de elementos, sujetos o individuos de estudio, los cuales comparten rasgos en común, rasgos que, en el desarrollo del estudio, constituyen el foco central de este. Para el presente estudio se consideró el tamaño de población de 80 estudiantes.

Asimisom, Arias (2016) define a la muestra como el subgrupo de sujetos o elementos de estudio considerados representativos para la investigación; generalmente, este grupo desarrolla el mismo comportamiento que el del universo, deduciendo que son característicos de la misma.

Entonces, para la presente investigación se optó por el muestreo no probabilístico intencional, considerando conveniente trabajar con el mismo tamaño de la población, es decir los 80 alumnos de 4.º y 5.º grado de secundaria de la institución educativa, siendo un muestreo censal, como menciona Hayes (1999), que establece que la muestra censal es aquella donde todas las unidades de investigación son consideradas como muestra.

No obstante, se aplicó los siguientes criterios de inclusión y exclusión.

- Criterios de inclusión: todos los alumnos matriculados para el 2022, estudiantes del 4.º y 5.º grado de secundaria, entre 14 y 18 años.
- Criterios de exclusión: estudiantes que no pertenecen al 4.º y 5.º de secundaria y estudiantes que asisten a programas de proyectos de vida.



### **3.4. Técnicas de Recajo de Información y Procedimiento**

#### **3.4.1. Técnica**

Para el recojo de información se utilizó la técnica de la encuesta y la aplicación de dos instrumentos: la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young con la finalidad de estimar los niveles de cada dimensión de la resiliencia y la Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García, adaptado por Velásquez (2017), con el objetivo de estimar los niveles por cada dimensión del proyecto de vida en los estudiantes del 4.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa en El Tambo, Huancayo.

#### **3.4.2. Procedimiento**

Durante marzo del 2022, se procedió a aplicar los instrumentos propuestos a las estudiantes del 4.º y 5.º año de secundaria de una institución educativa estatal femenino en el distrito de El Tambo, Huancayo, con la previa autorización correspondiente de la señora directora de la institución, quien al aceptar me contactó con el coordinador encargado de las comunicaciones con las estudiantes. Por medio de él se procedió al envío del enlace, del consentimiento informado y de los instrumentos a través de la aplicación de Whats App; una vez enviado el enlace de manera virtual las estudiantes pudieron acceder y rellenar los dos instrumentos.

### **3.5. Instrumentos de Recolección de Datos**

A continuación, se presentan las fichas técnicas de los instrumentos que se utilizaron en la investigación:

### 3.5.1. Ficha técnica de la Escala de Resiliencia de Wagnil y Young

Tabla 2

*Ficha técnica de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young*

Nombre original	Escala de Resiliencia.
Procedencia	Estados Unidos
Autor	Wagnild, G. Young, H. (1993).
Adaptación Peruana	Novella (2002)
<b>Descripción</b>	
Administración	Individual o colectivo.
Aplicación	Para adolescentes de 13 a 18 años.
Tiempo de aplicación	Aproximadamente de 25 a 30 minutos.
Objetivo	Establecer los niveles de resiliencia de los estudiantes.
Número de ítems	25
Confiabilidad	0.83 (alfa de Cronbach)
Dimensiones o factores	Competencia personal. Aceptación de uno mismo y de la vida.

Tabla 3

*Relación operacional de ítems de la Escala de Resiliencia (ER)*

<b>Indicadores o características</b>	<b>Ítems</b>
Satisfacción personal	16, 21, 22, 25
Ecuanimidad	7, 8, 11, 12
Sentirse bien solo	5, 3, 19
Confianza en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24
Perseverancia	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23

### 3.5.2. Ficha técnica de la Escala de Proyecto de Vida

Tabla 4

#### *Ficha técnica de la Escala de Evaluación del Proyecto de Vida*

Nombre original	Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García.
Procedencia	Lima, Perú
Autor	Orfelinda García Camacho.
Adaptación	Velásquez (2017)
<b>Descripción</b>	
Administración	Individual o colectivo.
Aplicación	Para adolescentes de 13 a 18 años.
Tiempo de aplicación	Aproximadamente 20 minutos.
Objetivo	Indagar elementos indispensables para el proyecto de vida del grupo humano.
Número de ítems	10
Confiabilidad	0.76 (alfa de Cronbach)
Dimensiones o factores	Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo. Factibilidad de metas educativas y ocupacionales.

Tabla 5

#### *Relación operacional de ítems de la Escala de Evaluación del Proyecto de Vida*

<b>Indicadores o características</b>	<b>Ítems</b>
Planeamiento de metas	1, 2 y 3.
Posibilidad de logros	4, 5, 6.
Disponibilidad de recursos	7 y 8.
Fuerza de motivación	9 y 10.

### 3.6 Validez y confiabilidad

#### Validez

Para Hernández et al. (2014), “la validez en términos generales, se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir” (p. 247).

El instrumento para la variable resiliencia obtuvo 100 % de aceptación de parte del primer y segundo juez y un 67 % de aceptación por parte del tercer juez. Por lo tanto, en promedio se tuvo una aceptación de 97 %.

Además, el instrumento para la variable proyecto de vida obtuvo 100 % de aceptación por parte de los tres jueces expertos.

#### Confiabilidad

La confiabilidad según Arias (2016) “es la credibilidad que brinda el instrumento y esto se verifica al aplicar repetidas veces dicho instrumento, brinda los mismos resultados o valores muy cercanos” (p. 148).

Los instrumentos de Escala de Resiliencia y Escala de Evaluación de Proyecto de Vida, correspondientes a la presente investigación, fueron evaluados mediante el estadístico Alfa de Cronbach verificándose que son confiables para su aplicación, tal como se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 6

*Confiabilidad de los instrumentos*

<b>Instrumentos</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Cantidad de ítems</b>
<b>Escala de Resiliencia (ER)</b>	0.945	<b>25</b>
<b>Escala de Evaluación de Proyecto de vida</b>	0.792	<b>10</b>

Según George y Mallery (2003, p. 231) existe confiabilidad cuando:

Coeficiente alfa > 0.9 es excelente

Coeficiente alfa > 0.8 es bueno

Coeficiente alfa  $> 0.7$  es aceptable

Coeficiente alfa  $> 0.6$  es cuestionable

Coeficiente alfa  $> 0.5$  es pobre

Coeficiente alfa  $< 0.5$  es inaceptable

Para el instrumento de escala de resiliencia, la prueba piloto tuvo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.89 (Novella, 2002). Los estudios citados por Wagnild y Young dieron confiabilidades de 0.85 en una muestra de cuidadores de enfermos de Alzheimer; 0.86 y 0.85 en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas; 0.90 en madres primerizas post parto; y 0.76 en residentes de alojamientos públicos. Además, con el método test-retest la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son respetables.

El 2004 se realiza una nueva adaptación de la Escala de Resiliencia por un grupo de profesionales de la Facultad de Psicología Educativa de la UNMSM realizada en una muestra de 400 estudiantes varones y mujeres entre 13 a 18 años de edad de tercer año de secundaria de la UGEL 03, obteniéndose una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.83.

Con respecto al instrumento escala de evaluación de proyecto de vida, Velásquez (2017) adaptó el instrumento a su investigación “Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes del cuarto grado de secundaria, Pativilca - 2017”, donde establece la confiabilidad del cuestionario, se utilizó la prueba estadística de fiabilidad alfa de Cronbach con una muestra de 40 estudiantes. Luego se procesaron los datos, haciendo uso del programa estadístico SPSS versión 23.0, con lo cual se obtuvieron los resultados para cada variable.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. Resultados del análisis de la información

A continuación, se muestran los baremos empleados para cada variable del estudio al procesar los datos recogidos de la aplicación de los instrumentos.

Tabla 7

*Baremación de la variable resiliencia y sus dimensiones*

	Baja	Media	Alta
Competencia personal	17 - 51	51 - 85	85 - 119
Aceptación de uno mismo y de la vida	8 - 24	24 - 40	40 - 56
Resiliencia	25 - 75	75 - 125	125 - 175

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

La tabla 7 muestra los valores de los baremos pertenecientes a las dimensiones y la variable resiliencia, los cuales señalan que para valorar los resultados de los encuestados se categorizó en tres niveles: baja, media y alta. Para la variable resiliencia se categorizó como baja una puntuación entre 25 a 75, media desde 75 hasta 125 y alta de 125 a 175. En relación con la dimensión competencia personal se categorizó como baja desde 17 hasta 51, media desde 51 a 85 y alta desde 85 a 119. Con respecto a la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida se categorizó como alta desde 40 hasta 56, media desde 24 hasta 40 y baja desde 8 hasta 24. Sobre la base de las categorizaciones mencionadas se detallan los resultados hallados.

Tabla 8

*Baremación de la variable resiliencia y sus indicadores*

	Baja	Media	Alta
Satisfacción personal	4 - 12	12 - 20	20 - 28
Ecuanimidad	4 - 12	12 - 20	20 - 28
Sentirse bien solo	3 - 9	9 - 14	14 - 20
Confianza en sí mismo	7 - 21	21 - 35	35 - 49
Perseverancia	7 - 21	21 - 35	35 - 49
Resiliencia	25 - 75	75 - 125	125 - 175

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

La tabla 7 manifiesta que los indicadores de la variable resiliencia se categorizaron en alta, media y baja. Los indicadores de satisfacción personal y ecuanimidad fueron categorizados como alta cuando un estudiante evidencia una puntuación desde 20 puntos hasta 28 puntos, media cuando tiene un puntaje menor a 20 y mayor a 12 y baja cuando denota un puntaje inferior a 12. En relación con los indicadores perseverancia y confianza en sí mismo, un puntaje alto se encuentra entre 35 a 49, un puntaje medio mayor a 21 y menor a 35 y un puntaje bajo desde 7 puntos hasta 21 puntos. En cambio, el indicador sentirse bien solo considera como puntaje bajo a partir de 3 puntos hasta 9 puntos y un puntaje alto desde 14 puntos hasta 20 puntos.

Tabla 9

*Baremación de la variable proyecto de vida y sus dimensiones*

	Bajo	Medio	Alto
Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo	6 - 14	14 - 22	22 - 30
Factibilidad de metas educativas y ocupaciones	4 - 10	10 - 15	15 - 20
Proyecto de vida	10 - 24	24 - 37	37 - 50

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

La tabla 9 denota que la dimensión proyecto de vida y sus dimensiones fueron categorizados en alto, medio y bajo. Ello permitió procesar la información obtenida del tamaño muestral del estudio. La variable proyecto de vida evidencia como puntaje máximo 50 y como puntaje mínimo 10. A partir de ello, se considera alto cuando se encuentra un puntaje desde 37 hasta 50 y bajo cuando es evaluado denota un puntaje desde 10 hasta 24. La dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo se considera bajo cuando se encuentra una puntuación de 6 a 14 puntos, medio desde 14 puntos hasta 22 puntos y alto menor a 30 puntos y mayor a 22 puntos. La dimensión factibilidad de metas educativas y ocupacionales posee como puntaje máximo 20 puntos y puntaje mínimo 4 puntos, considerando un nivel alto desde 15 a 20 puntos, un nivel medio desde 10 a 15 puntos y bajo desde 4 a 10 puntos. Sobre la base de las categorizaciones descritas se sustentarán los resultados hallados.



Tabla 10

*Baremación de la variable proyecto de vida y sus indicadores*

	Bajo	Medio	Alto
Planeamiento de metas	3 - 7	7 - 11	11 - 15
Posibilidad de logros	3 - 7	7 - 11	11 - 15
Disponibilidad de recursos	2 - 4	5 - 7	8 - 10
Fuerza de motivación	2 - 4	5 - 7	8 - 10
Proyecto de vida	10 - 24	24 - 37	37 - 50

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

En la tabla 10 se muestra la categorización de los indicadores pertenecientes a la variable proyecto de vida, la cual se valoró en tres categorías bajo, medio y alto. Se consideró alto a los puntajes mayores a 37 y menores a 50 puntos, medio a los puntajes entre 24 y 37 y bajo a las puntuaciones menores a 24 y mayores a 10 puntos. Con respecto a los indicadores, la posibilidad de logros y el planeamiento de metas se puntuó bajo desde 3 a 7 puntos, medio entre 7 y 11 puntos y alto mayores a 11 y menores a 15 puntos. En cambio, los indicadores fuerza de motivación y disponibilidad de recursos se categorizaron como bajo puntuaciones a partir de 2 hasta 4 puntos, medio desde 5 hasta 7 puntos y alto, mayores a 8 y menores a 10 puntos.

#### **4.2. Resultados de la Variable Resiliencia y sus Dimensiones**

Según la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER), la variable resiliencia evidencia dos dimensiones: competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida. Los indicadores que denota la dimensión competencia personal son los siguientes: la ecuanimidad, la perseverancia y la confianza en sí mismo. Los indicadores que posee la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida son los siguientes: la satisfacción personal y el sentirse bien solo. Por tanto, se exponen los resultados hallados al procesar la información recopilada.

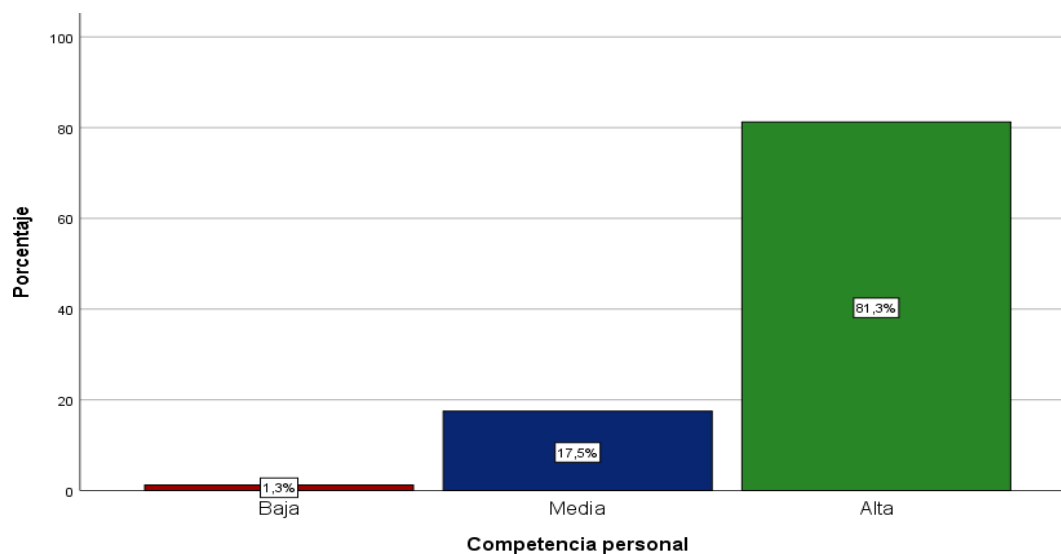
#### 4.2.1. Dimensión competencia personal

Tabla 11

*Resultados de la dimensión competencia personal*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Baja	1	1.3
Media	14	17.5
Alta	65	81.3
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 2.* Competencia personal

Según la tabla 11 y figura 2 los estudiantes evaluados evidenciaron que el 81.3 % (65) posee una competencia personal alta; y solo el 17.5 % (14), una competencia personal media, y 1.3 % (1) una competencia baja. Esto indica que la mayoría de los estudiantes tiene la facilidad de afrontar cualquier tipo de situación que se pueda dar en su vida cotidiana y en el ámbito educativo. Es decir, consigue desenvolver las herramientas y habilidades que poseen para solucionar problemas de forma inmediata y de forma adecuada, buscando sus beneficios sin perjudicar a su entorno.

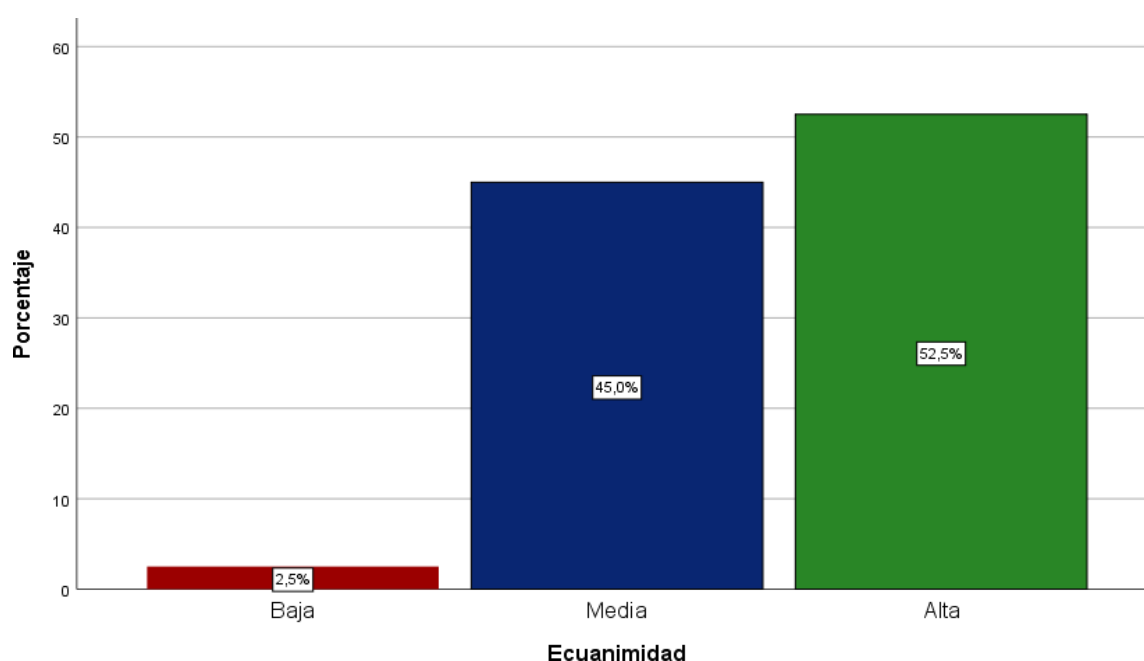
#### 4.2.1.1. Ecuanimidad

Tabla 12

*Resultados del indicador ecuanimidad*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Baja	2	2.5
Media	36	45.0
Alta	42	52.5
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 3* Ecuanimidad

La tabla 12 y figura 3 muestran que el 52.5 % (42) de los estudiantes evaluados evidenciaron una alta ecuanimidad y el 45.0 % (36) presentan una ecuanimidad media, y 2.5 % (2) muestran una ecuanimidad baja. A partir de ello, se infiere que la gran mayoría de los estudiantes poseen un punto de vista equilibrado con respecto a las experiencias que vivieron hasta la actualidad. Por tanto, poseen las capacidades suficientes para afrontar de forma adecuada y pertinente situaciones en contra o favor para sí mismos, basándose en las enseñanzas que obtuvieron de las experiencias logradas.

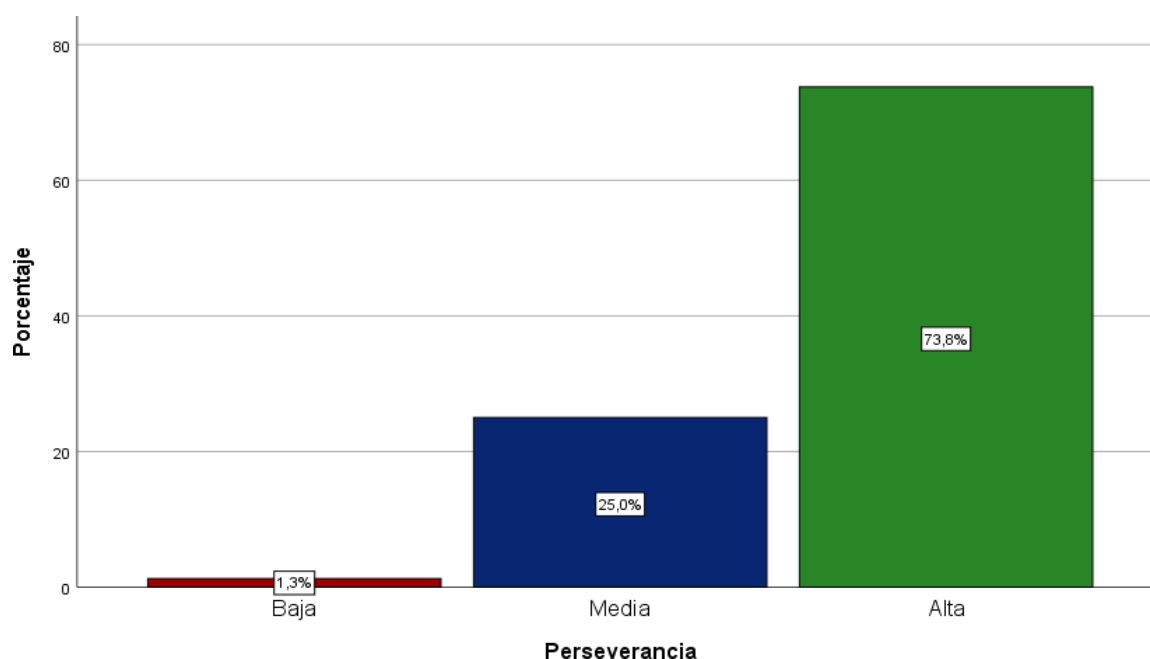
#### 4.2.1.2. Perseverancia

Tabla 13

*Resultados del indicador perseverancia*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Baja	1	1.3
Media	20	25.0
Alta	59	73.8
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 4.* Perseverancia

La tabla 13 y figura 4 detallan que, el 25.0 % (20) de los estudiantes de la institución educativa del distrito del Tambo tienen una perseverancia media; y el 73.8 % (59), una perseverancia alta, y 1.3 % (1) de los estudiantes con perseverancia baja. Lo que demuestra que la gran mayoría de los evaluados posee una alta capacidad de elegir decisiones adecuadas y justificadas, y beneficia su desarrollo personal de forma constante. Además, suelen emplearla a mediano y largo plazo de forma recurrente para obtener beneficios que contribuyen con su formación individual para el logro de sus metas personales.

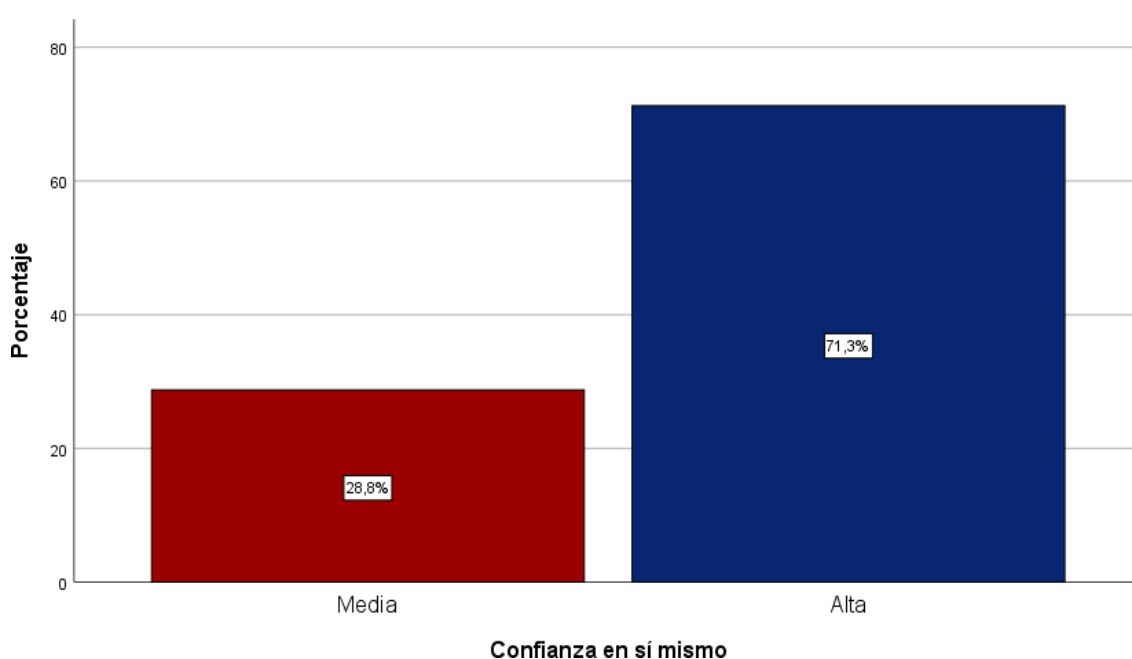
#### 4.2.1.3. Confianza en sí mismo

Tabla 14

*Resultados del indicador confianza en sí mismo*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Baja	0	0.0
Media	23	28.7
Alta	57	71.3
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 5.* Confianza en sí mismo

En la tabla 14 y figura 5 se demuestra que el 71.3 % (57) de los estudiantes encuestados posee una confianza en sí mismo en un nivel alto; y solo el 28.7 % (23), un nivel medio. De ello, se identificó que la mayoría de los evaluados posee grandes expectativas positivas respecto a sí mismo y sobre las acciones que desenvuelve con los que los rodean. Asimismo, tienen la capacidad de aceptar y sobrellevar situaciones de estrés que pueden aparecerse en el día a día.

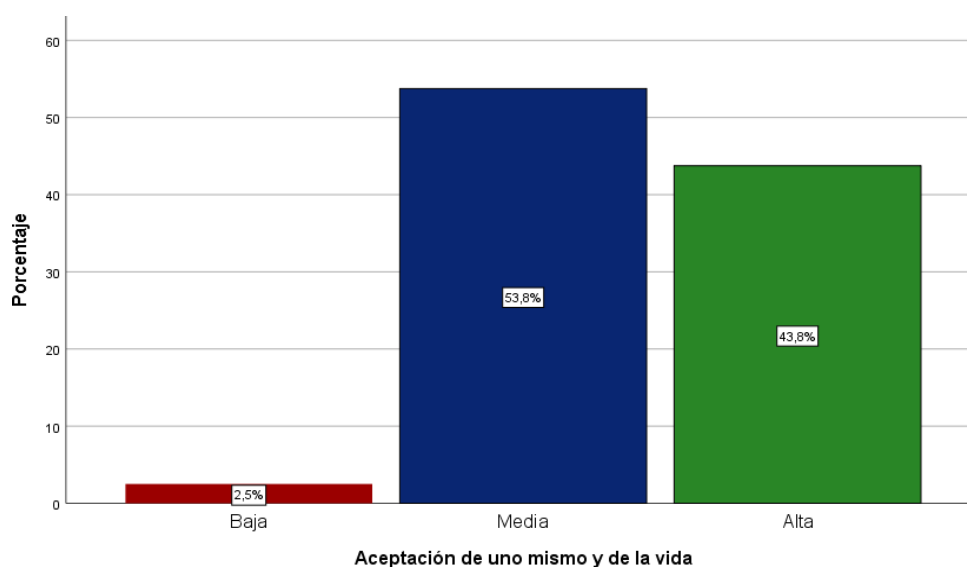
#### 4.2.2. Dimensión: Aceptación de uno mismo y de la vida

Tabla 15

*Resultados de la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Baja	3	2.5
Media	43	53.8
Alta	35	43.8
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 6* Aceptación de uno mismo y de la vida

La tabla 15 y figura 6 muestran que, el 53.8 % (43) de los estudiantes encuestados poseen una aceptación media de uno mismo y de la vida; y el 43.8 % (35), una aceptación alta de uno mismo y de la vida; y 2.5 % (3) estudiantes encuestados que posee una aceptación de uno mismo y de la vida baja. Lo cual indica que un alto porcentaje de los estudiantes evaluados tienen la capacidad de adaptación y de desarrollo de perspectivas nuevas en relación a la aceptación de su entorno y la calidad de vida que quiere para sí mismo. Ello se manifiesta en las situaciones complejas y adversas que se presentan en su día a día.

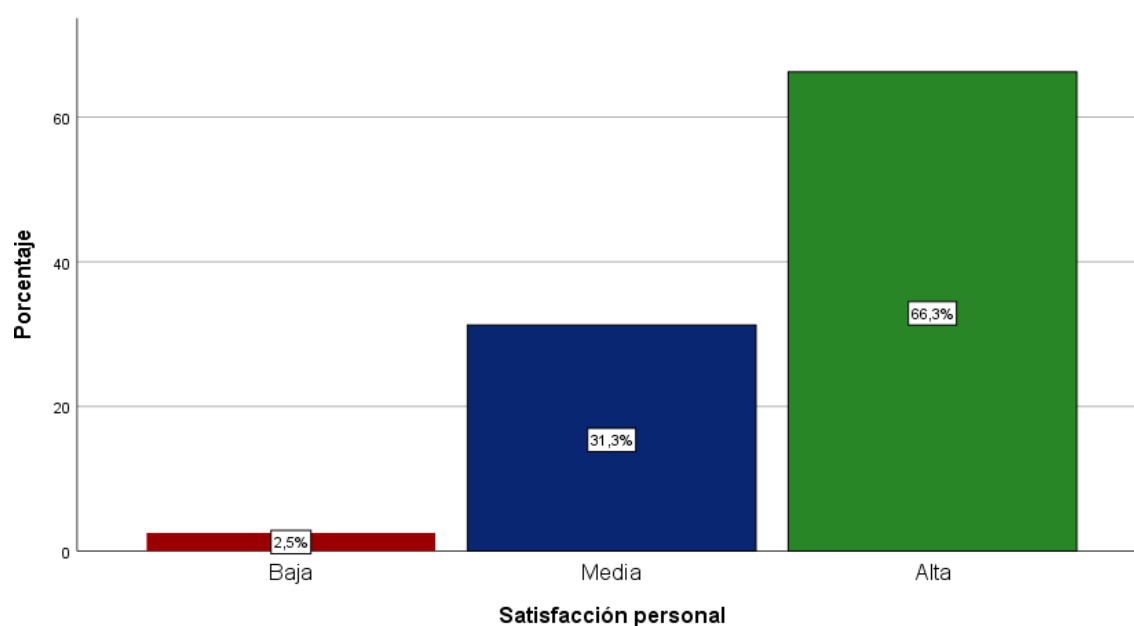
#### 4.2.2.1. Satisfacción personal

Tabla 16

*Resultados del indicador satisfacción personal*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Baja	3	2.5
Media	25	31.3
Alta	53	66.3
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 7.* Satisfacción personal

En la tabla 16 y figura 7, el 66.3 % (53) de los estudiantes encuestados evidenció tener una satisfacción personal alta; el 31.3 % (25), una satisfacción personal media; y el 2.5 % (3), una satisfacción personal baja. Esto revela que la mayoría de los encuestados se sienten bien con respecto a su vida y consigo sí mismo, pues esta valoración se basa en la autoestima, el cual influye de forma significativa en las expectativas que generan sobre su vida a largo, mediano y corto plazo.

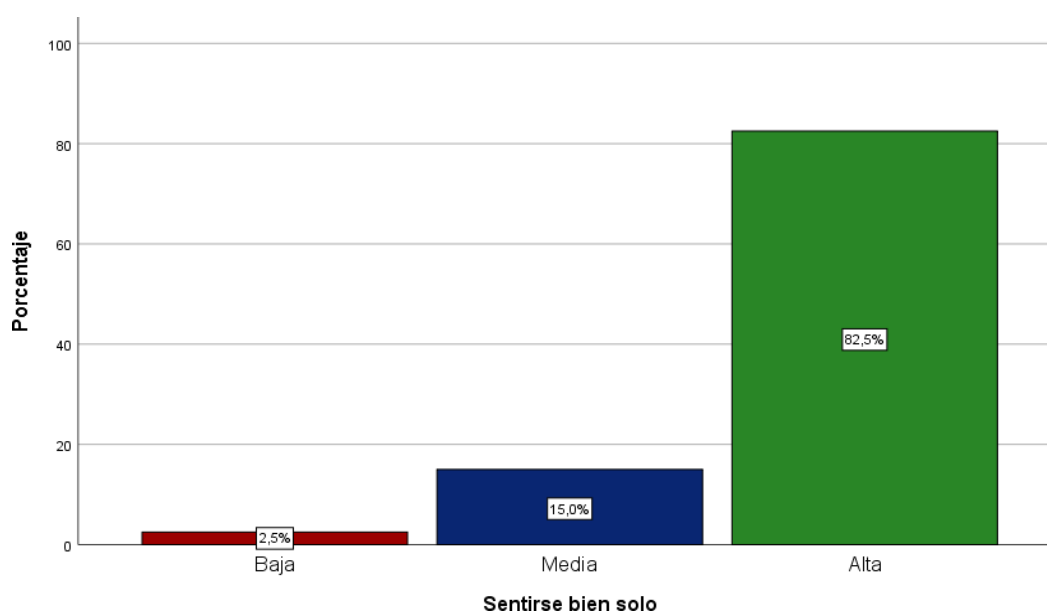
#### 4.2.2.2. Sentirse bien solo

Tabla 17

*Resultados del indicador sentirse bien solo*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Baja	2	2.5
Media	12	15.0
Alta	66	82.5
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 8.* Sentirse bien solo

La tabla 17 y figura 8 muestran que, el 82.5 % (66) de los estudiantes de la institución educativa tiene un nivel alto del indicador sentirse bien solos; y el 15.0 % (12), un nivel medio; y el 2.5 % (2), conformada por los estudiantes que mencionan que se sienten bien solos. Esto refiere que la gran mayoría de los mencionados son capaces de tomar decisiones propias y de cuidar de sí mismos. Además, son conscientes de pensar y obrar según la propia voluntad siendo responsables de sus actos.



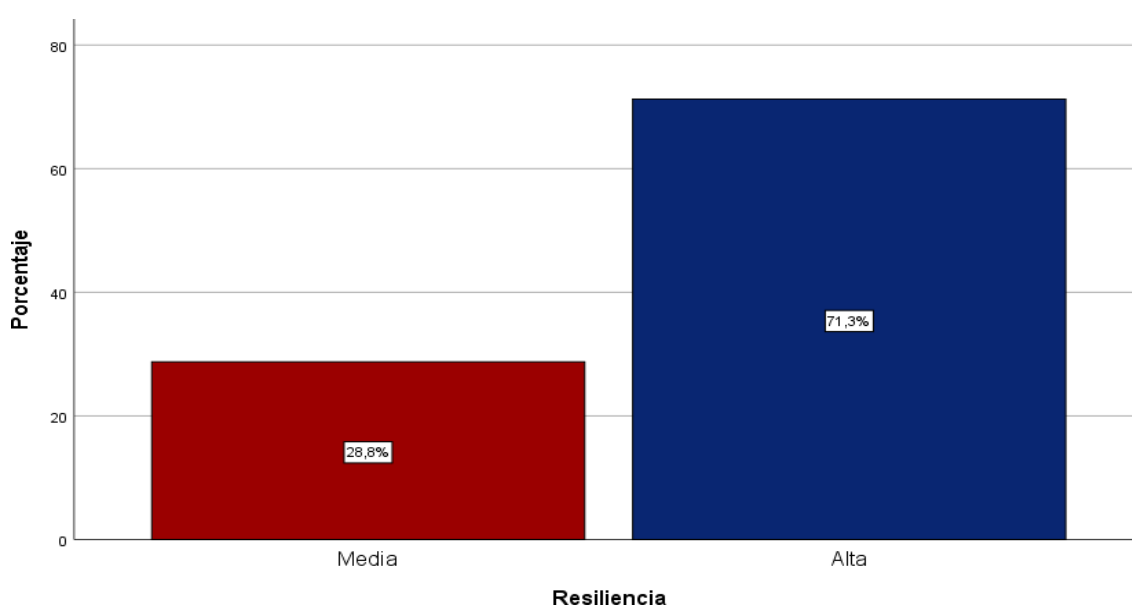
### 4.2.3. Resiliencia

Tabla 18

*Resultados de la variable resiliencia*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Baja	0	0.0
Media	23	28.7
Alta	57	71.3
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 9.* Resiliencia

En la tabla 18 y figura 9, el 71.3 % (57) de los estudiantes evaluados de la institución educativa en el distrito El Tambo tienen una resiliencia alta; y solo el 28.7 % (23), una resiliencia media. Ello quiere decir que, la gran mayoría de los mencionados posee la capacidad para adaptarse frente a las situaciones complejas o de riesgo, a superar las adversidades y momentos difíciles del día a día; que logró afrontar de forma adecuada, tomando las decisiones oportunas y correspondientes que logren contribuir con su formación y desarrollo personal, pues se basan en los aprendizajes logrados durante el transcurso de su vida mediante las experiencias vividas.

### 4.3. Resultados de la Variable Proyecto de Vida y sus Dimensiones

Sobre la base de la Escala de Evaluación del Proyecto de Vida, la variable proyecto de vida denota dos dimensiones, siendo el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales. Los indicadores de la dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo son los siguientes: el planteamiento de metas y la posibilidad de logro. Los indicadores que evidencia la dimensión factibilidad de metas educativas y ocupacionales son los siguientes: la disponibilidad de recursos y la fuerza de motivación. Es así que, los resultados de los mencionados serán expuestos a continuación.

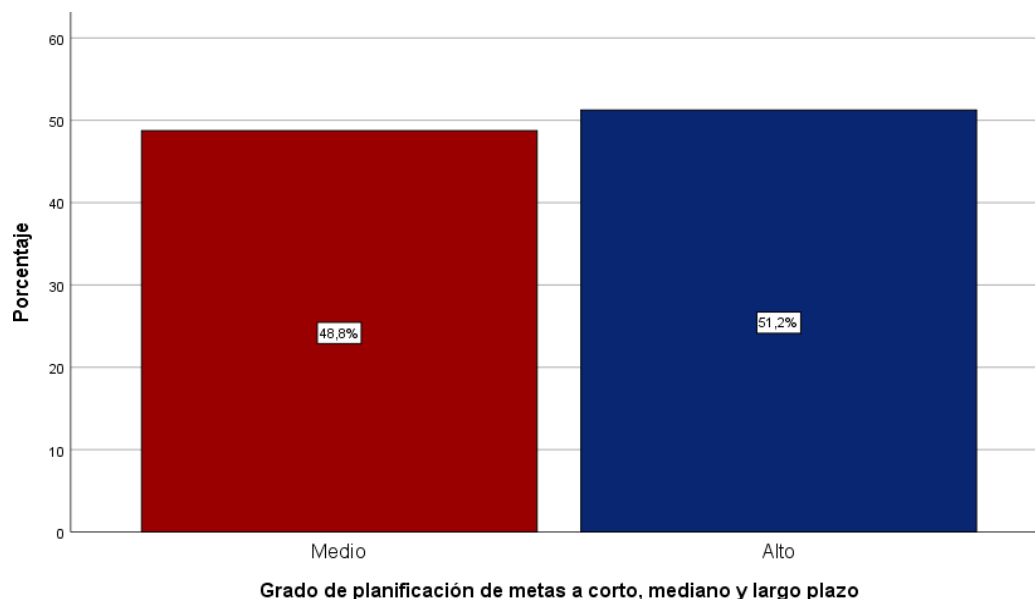
#### 4.3.1. Dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo

Tabla 19

*Resultados de la dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje ( %)</b>
Bajo	0	0.0
Medio	39	48.8
Alto	41	51.2
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 10.* Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo

La tabla 19 y Figura 10 denota que, el 51.2 % (41) estudiantes encuestados de la institución educativa poseen un alto grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo y el 48.8 % (39) en un nivel medio. Esto señala que los estudiantes evaluados se encuentran desarrollando habilidades, destrezas y capacidades que poseen con el fin de establecer sus metas y objetivos personales, los cuales contribuirán con su futuro personal, pues extienden la visión que tienen para su vida a corto, mediano y largo plazo.

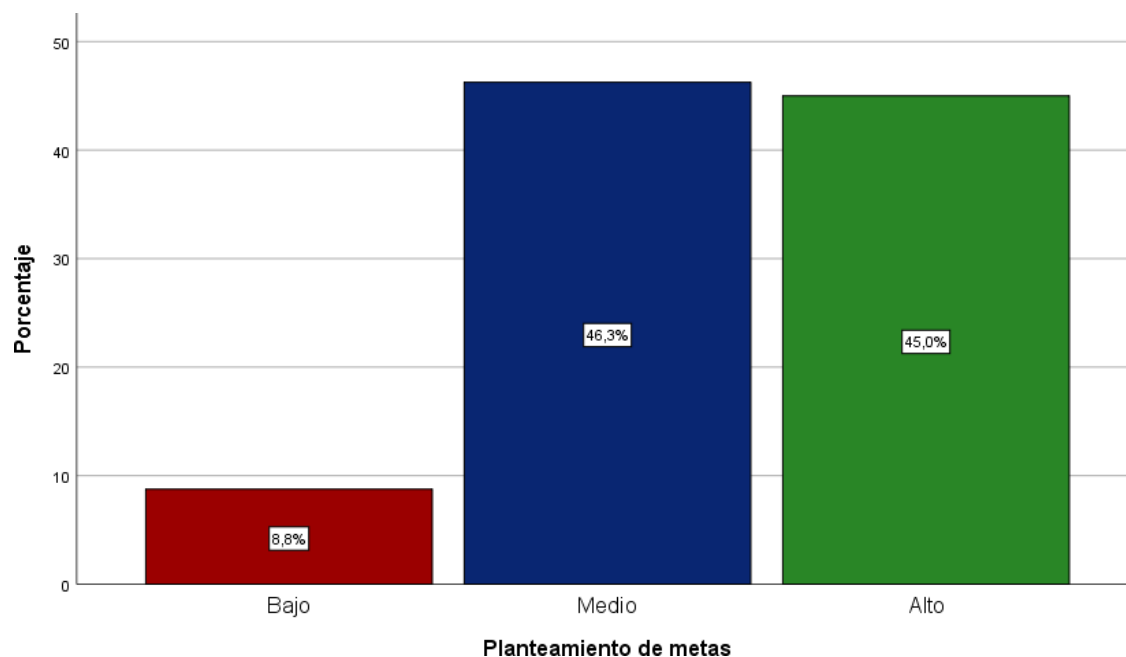
#### 4.3.1 1. Planteamiento de metas

Tabla 20

*Resultados del indicador planteamiento de metas*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Bajo	7	8.8
Medio	37	46.3
Alto	36	45.0
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 11.* Planteamiento de metas

La tabla 20 y Figura 11 muestra que, el 45.0 % (36) de los estudiantes evaluados tienen un nivel alto de planteamiento de metas; el 46.3 % (37), un nivel medio; y el 8.8 % (7) están conformados por los estudiantes quienes tienen un bajo planteamiento de metas. Es decir, esto indica que la mayoría de los estudiantes del 4.º y 5.º grado de la institución educativa consiguen plantear sus propósitos personales y las metas que desean alcanzar con precisión y claridad de lo que desean para su vida a futuro.

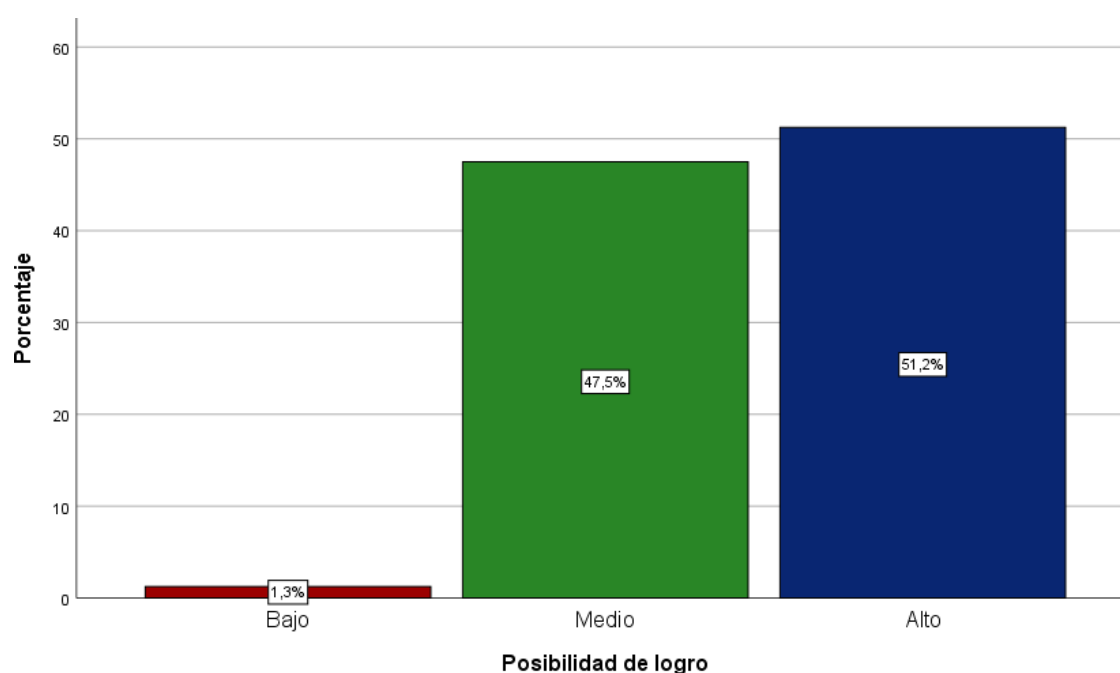
### 4.3.1.2. Posibilidad de logros

Tabla 21

*Resultados del indicador posibilidad de logros*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Bajo	1	1.3
Medio	38	47.5
Alto	41	51.2
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 12.* Posibilidad de logro

En la tabla 21 y figura 12, el 51.2 % (41) de los estudiantes encuestados evidenció un nivel alto de posibilidad de logro; el 47.5 % (38), un nivel medio; y el 1.3 % (1), estudiantes que muestran un nivel bajo de posibilidad de logro. De ello, se identificó que la gran mayoría de los evaluados de la institución educativa consideran posible lograr sus propósitos y alcanzar sus metas educativas como ocupacionales en un periodo de tiempo determinado, lo que evidencia una alta predisposición de ensayo.

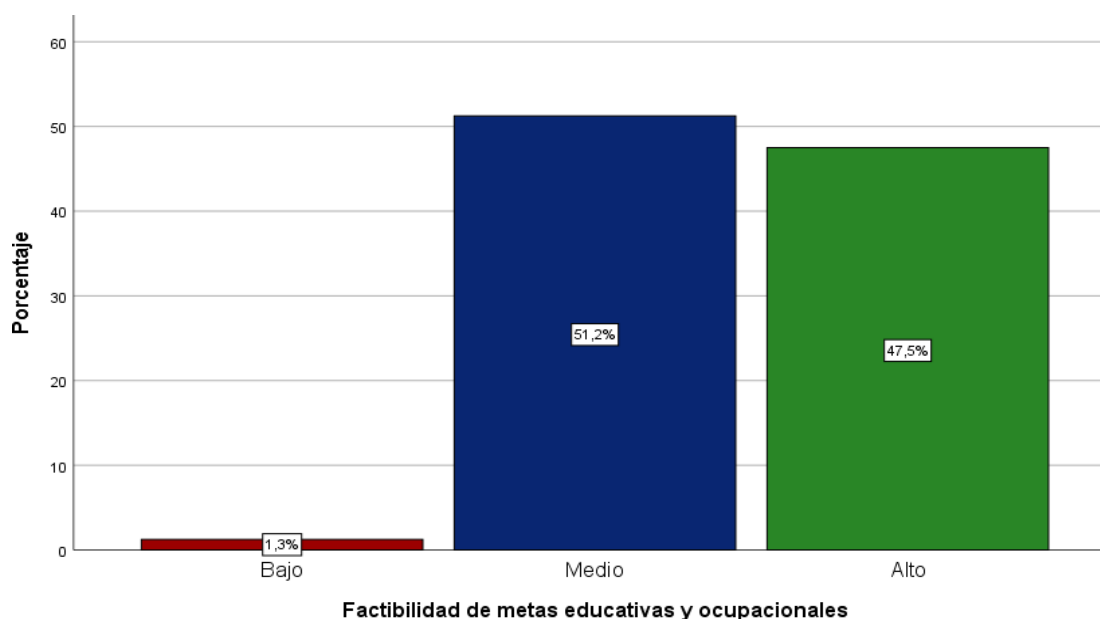
### 4.3.2. Dimensión: Factibilidad de metas educativas y ocupacionales

Tabla 22

*Resultados de la dimensión factibilidad de metas educativas y ocupacionales*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Bajo	1	1,3
Medio	41	51.2
Alto	38	47.5
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 13.* Factibilidad de metas educativas y ocupacionales

En la tabla 22 y figura 13, el 51.2 % (41) de los estudiantes de 4.º y 5.º grado encuestados tienen un nivel medio de factibilidad de metas educativas y ocupacionales; y el 47.5 % (38), un nivel alto; y el 1.3 % (1) muestran un nivel bajo respecto a la factibilidad de metas educativas y ocupacionales. Se encontró que la gran mayoría de los estudiantes de la institución educativa consideran que las personas que puedan ayudar a alcanzar sus metas y además contar con la disponibilidad de recursos económicos están siempre al alcance para lograr sus propósitos educativos y ocupacionales. Además, consienten apoyo para la toma de sus decisiones; de este modo, afirman la factibilidad que denotan sus fines personales, orientándose a corto, mediano y largo plazo.

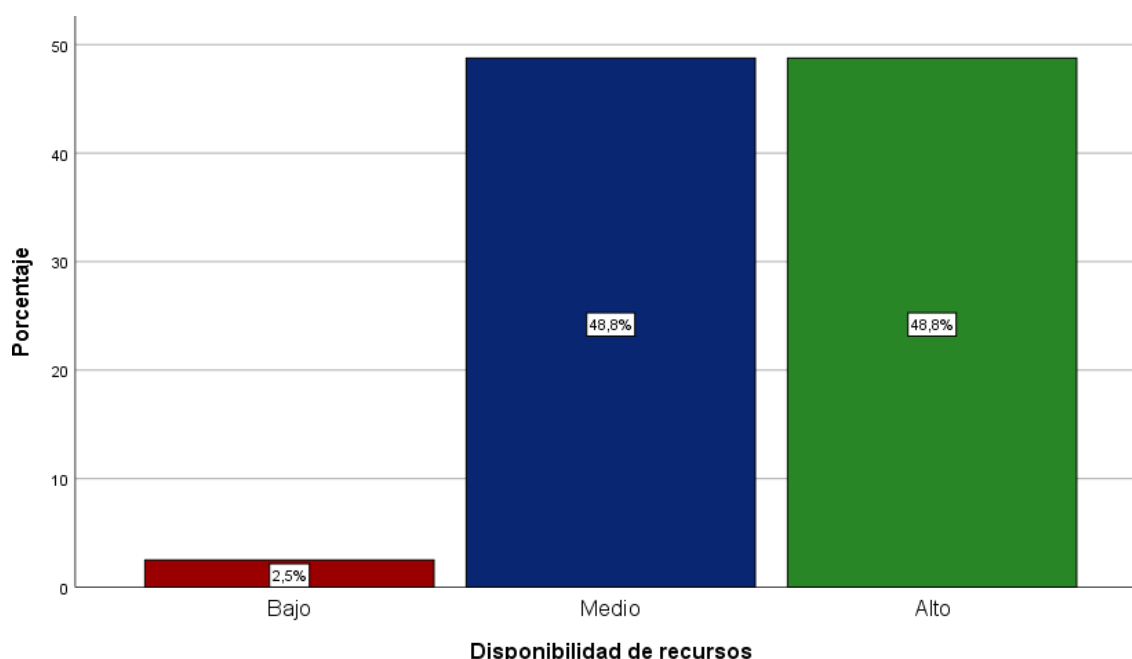
### 4.3.2.1. Disponibilidad de recursos

Tabla 23

*Resultados del indicador disponibilidad de recursos*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Bajo	2	2.5
Medio	39	48.8
Alto	39	48.8
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 14.* Disponibilidad de recursos

En la tabla 23 y figura 14, el 48.8 % (39) de los encuestados demostró un nivel alto de disponibilidad de recursos; el 48.8 % (39), un nivel medio; y el 2.5 % (2) representan un nivel bajo frente a los resultados del indicador disponibilidad de recursos. Sobre la base de estos resultados, la gran mayoría de los estudiantes de la institución educativa, pertenecientes al 4.º y 5.º grado del nivel secundario cuentan con la disponibilidad de medios para lograr sus metas y objetivos a mediano y largo plazo, lo cual favorece su desarrollo personal y profesional.

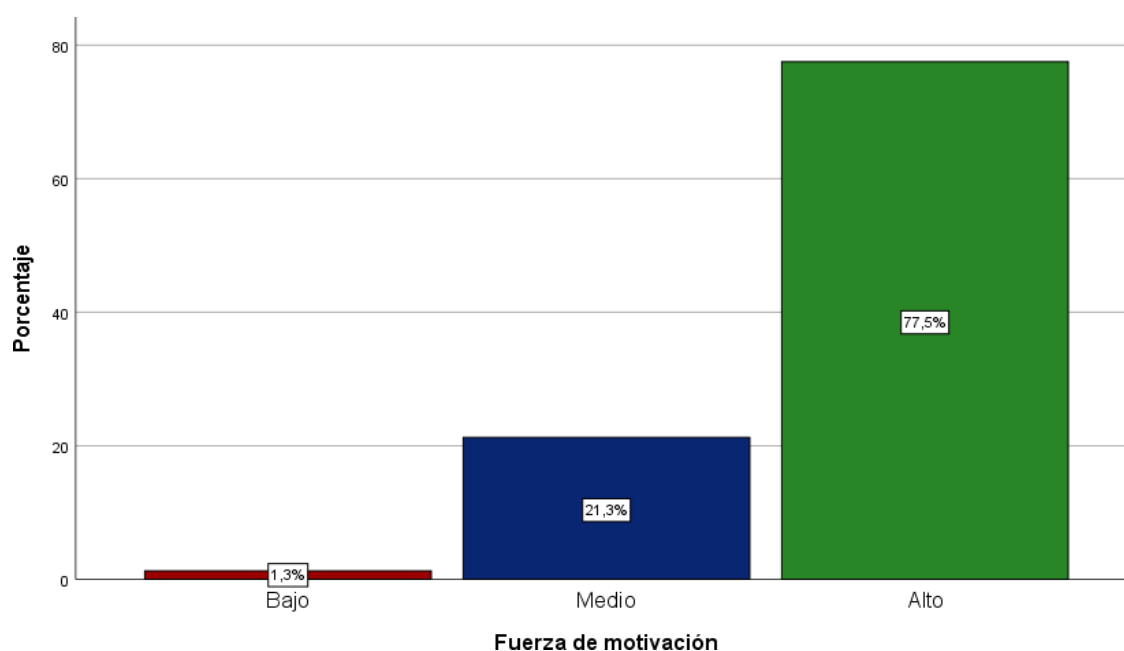
#### 4.3.2.2. Fuerza de motivación

Tabla 24

*Resultados del indicador fuerza de motivación*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Bajo	1	1.3
Medio	17	21.3
Alto	62	77.5
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 15.* Fuerza de motivación

La tabla 24 y figura 15 muestran lo siguiente: el 77.5 % (62) de los estudiantes encuestados tiene un nivel alto de fuerza de motivación; solo el 21.3 % (17), un nivel medio; y el 1.3 % (1) de los estudiantes tienen un nivel bajo frente a la fuerza de motivación. De ello, se identificó que la mayoría de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa se encuentran altamente motivados para lograr sus metas y propósitos personales y educativos a corto, mediano y largo plazo.



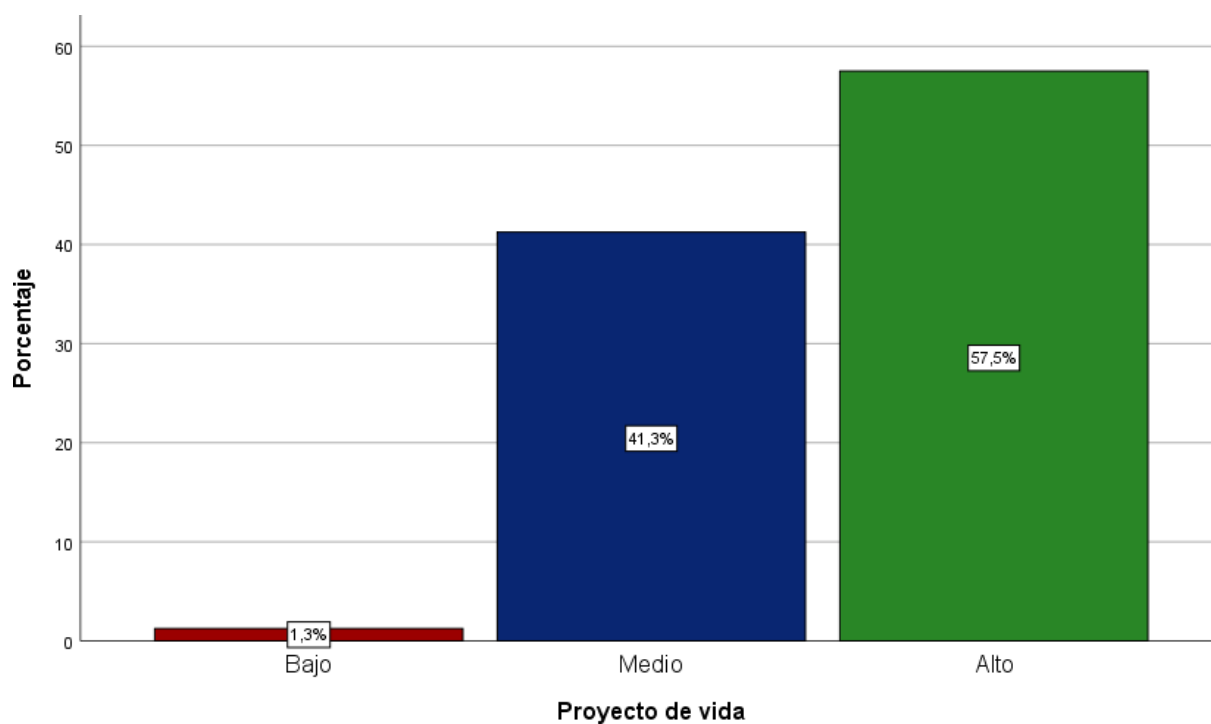
### 4.3.3. Proyecto de vida

Tabla 25

*Resultados de la variable proyecto de vida*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje ( %)
Bajo	1	1.3
Medio	33	41.3
Alto	46	57.5
Total	80	100.0

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.



*Figura 16.* Proyecto de vida

En la tabla 25 y figura 16, el 57.5 % (46) de los estudiantes encuestados evidenció un nivel alto de proyecto de vida; el 41.3 % (33), un nivel medio; y el 1.3 % (1) de estudiantes presentan un nivel bajo respecto al proyecto de vida. Tales hallazgos indican que los estudiantes del 4.º y 5.º grado del nivel secundario de la institución educativa han elaborado y direccionado las acciones que deben desarrollar para conseguir sus metas y objetivos a corto, mediano y largo plazo. Ya que identificaron la importancia y necesidad por encontrar un sentido y rumbo a sus vidas, integrando aspectos vocacionales, económicos, laborales y afectivos.

#### 4.4. Prueba de Hipótesis

Las variables estudiadas fueron la resiliencia y el proyecto de vida, las cuales son de tipo ordinal. El objetivo de la investigación es determinar la relación entre las dimensiones de resiliencia y las dimensiones del proyecto de vida en los estudiantes. Para ello se requiere implementar el estadístico correspondiente, el cual es elegido sobre la base de la prueba de normalidad aplicada a las variables y sus dimensiones. De este modo, se aplicará el coeficiente de correlación de Spearman, debido a que la distribución de los datos la dimensiones y variables del estudio no muestran normalidad y porque el estadístico mencionado tiene la finalidad de determinar correlaciones entre variables y dimensiones.

Tabla 26

*Prueba de normalidad de la variable resiliencia y sus dimensiones*

Dimensión/Variable	<u>Kolmogorov-Smirnov</u>		
	Estadístico	gl	Sig.
Competencia personal	0.490	80	0.000
Aceptación de uno mismo y de la vida	0.338	80	0.000
Resiliencia	0.449	80	0.000

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

Tabla 27

*Prueba de normalidad de la variable proyecto de vida y sus dimensiones*

Dimensión/variable	<u>Kolmogorov-Smirnov</u>		
	Estadístico	gl	Sig.
Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo	0.346	80	0.000
Factibilidad de metas educativas y ocupacionales	0.335	80	0.000
Proyecto de vida	0.373	80	0.000

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

Entonces, para el desarrollo de la prueba de hipótesis se ha continuado con los siguientes pasos:

a. Fijar la hipótesis a comprobar.

b. Determinar las hipótesis estadísticas.

$$H_0: \rho \geq 0$$

$$H_1: \rho < 0$$

c. Establecer el nivel de significancia o riesgo  $\alpha = 0.05$

d. Mencionar el estadístico de prueba.

e. Regla de decisión.

f. Análisis estadístico. Para el análisis estadístico se aplicará el grado de relación según coeficiente de correlación (rho de Spearman) de Martínez y Campos (2015):

i) -1 Correlación negativa grande y perfecta

ii) -0.9 a -0.99 Correlación negativa muy alta

iii) -0.7 a -0.89 Correlación negativa alta

iv) -0.4 a -0.69 Correlación negativa moderada

v) -0.2 a -0.39 Correlación negativa baja

- vi) -0.01 a -0.19 Correlación positiva muy baja
- vii) 0 Correlación nula
- viii) 0.01 a 0.19 Correlación positiva muy baja
- ix) 0.2 a 0.39 Correlación positiva baja
- x) 0.4 a 0.69 Correlación positiva moderada
- xi) 0.7 a 0.89 Correlación positiva alta
- xii) 0.9 a 0.99 Correlación positiva muy alta
- xiii) 1 Correlación positiva grande y perfecta

g. Conclusión estadística.

#### 4.4.1. Prueba de la hipótesis general

**a. Hipótesis general.** Existe relación significativa y directa entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.

##### **b. Hipótesis estadística.**

$H_0$  □ No existe relación significativa y directa entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes

$$H_0: \rho \leq 0$$

$H_1$  □ Existe relación significativa y directa entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes.

$$H_1: \rho > 0$$

**c. Nivel de riesgo  $\alpha = 0.05$**

**d. Prueba estadística: Rho de Spearman**

Tabla 28

*Prueba de hipótesis de la variable resiliencia y la variable proyecto de vida*

		Proyecto de vida
Resiliencia	Coefficiente de correlación (rho de Spearman)	0.688
	Sig.	0.000

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

**e. Regla de decisión:** Si  $sig. (p - valor) \leq 0.05$  se rechaza la  $H_0$ .

**f. Análisis estadístico:**

En la prueba estadística: Rho de Spearman

En la tabla 28 se muestra que el nivel de significancia del Rho de Spearman fue de 0.000, lo que evidencia ser inferior a 0.05. Por ello, se rechaza la  $H_0$  y se acepta la  $H_1$ . Entonces, existe una correlación significativa, directa y moderada, ya que el coeficiente resultó ser 0.688 con signo positivo. Moderada sobre la base de la estimación del indicador, directa por el signo y significativa por la probabilidad  $<0.05$ .

**g. Conclusión estadística**

Los resultados de la prueba de hipótesis general formulada expresan que, existe una relación significativa, directa y moderada entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes.

#### **4.4.2. Prueba de la primera hipótesis específica**

**a. Hipótesis específica.** Existe relación significativa y directa entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.

**b. Hipótesis estadística.**

$H_0$ : No existe relación significativa y directa entre la competencia personal y el grado

de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes.

$$H_0: \rho \leq 0$$

$H_1$ : Existe relación significativa y directa entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes.

$$H_1: \rho > 0$$

c. **Nivel de riesgo**  $\alpha = 0.05$

d. **Prueba estadística:** Rho de Spearman

Tabla 29

*Prueba de hipótesis de la dimensión competencia personal y la dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo.*

		Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo
Competencia personal	Coefficiente de correlación (rho de Spearman)	0.429
	Sig.	0.000

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

e. **Regla de decisión:** Si  $sig. (p - valor) \leq 0.05$  se rechaza la  $H_0$ .

f. **Análisis estadístico:**

En la **Prueba estadística:** Rho de Spearman

En la tabla 29 se evidencia que el nivel de significancia del Rho de Spearman fue de 0.000, siendo inferior a 0.05. Esto revela que se debe aceptar la  $H_1$ , indicando que existe una relación significativa, directa y moderada entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo. Puesto que la intensidad de asociación fue de 42.9 % y positivo.

**g. Conclusión estadística**

Es así que los resultados afirman que la primera hipótesis específica planteada que sí existe relación significativa, directa y moderada entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.

**4.4.3. Prueba de la segunda hipótesis específica**

**a. Hipótesis específica.** Existe relación significativa y directa entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.

**b. Hipótesis estadística.**

$H_0$  No existe relación significativa y directa entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes.

$$H_0: \rho \leq 0$$

$H_1$  Existe relación significativa y directa entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes.

$$H_1: \rho > 0$$

**c. Nivel de riesgo  $\alpha= 0.05$**

**d. Prueba estadística: Rho de Spearman**

Tabla 30

*Prueba de hipótesis de la dimensión competencia personal y la dimensión factibilidad de metas educativas y ocupacionales*

		Factibilidad de metas educativas y ocupacionales
Competencia personal	Coefficiente de correlación (rho <u>de</u> <u>Spearman</u> )	0.481
	Sig.	0.000

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

**e. Regla de decisión:** Si  $sig. (p - valor) \leq 0.05$  se rechaza la  $H_0$ .

**f. Análisis estadístico:**

Sobre la base de los hallazgos de la prueba estadística: rho de spearman

En la tabla 30, se acepta la  $H_1$  porque la significancia del Rho de Spearman fue de 0.000, menor a 0.05. lo que evidencia, una correlación significativa, directa y moderada entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales.

**g. Conclusión estadística**

Por tanto, se confirma la segunda hipótesis específica formulada. La cual indica que sí existe una relación significativa, directa y moderada entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.

#### **4.4.4. Prueba de la tercera hipótesis específica**

**a. Hipótesis específica.** Existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.



**b. Hipótesis estadística.**

$H_0$ : No existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes.

$$H_0: \rho \leq 0$$

$H_1$ : Existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes.

$$H_1: \rho > 0$$

**c. Nivel de riesgo  $\alpha = 0.05$**

**d. Prueba estadística: Rho de Spearman**

Tabla 31

*Prueba de hipótesis de la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida y la dimensión grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo*

		Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo
Aceptación de uno mismo y de la vida	Coefficiente de correlación (rho de Spearman)	0.564
	Sig.	0.000

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación.

**e. Regla de decisión:** Si  $sig. (p - valor) \leq 0.05$  se rechaza la  $H_0$ .

**f. Análisis estadístico:**

La prueba estadística: rho de spearman

La tabla 31 detalla que el valor del nivel de significancia fue de 0.000, siendo menor a 0.05. Por tanto, se rechaza la  $H_0$  y se acepta la  $H_1$ , y demuestra que existe una asociación significativa, directa y moderada entre la aceptación de uno mismo y de la vida y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo; ya que el coeficiente resultó ser de signo positivo (0.564).

**g. Conclusión estadística**

Sobre la base de los resultados descritos, se aprueba la tercera hipótesis específica formulada, indicando que sí existe una relación significativa, directa y moderada entre la aceptación de uno mismo y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.

**4.4.5. Prueba de la cuarta hipótesis específica**

**a. Hipótesis específica.** Existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.

**b. Hipótesis estadística.**

$H_0$   $\square$  No existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes.

$$H_0: \rho \leq 0$$

$H_1$   $\square$  Existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes.

$$H_1: \rho > 0$$

**c. Nivel de riesgo  $\alpha = 0.05$**

e. **Prueba estadística:** Rho de Spearman

Tabla 32

*Prueba de hipótesis de la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida y la dimensión factibilidad de metas educativas y ocupacionales*

		Factibilidad de metas educativas y ocupacionales
Aceptación de uno mismo y de la vida	Coeficiente de correlación (rho de <u>Spearman</u> )	0.577
	Sig.	0.000

*Nota.* Datos de los instrumentos de investigación

f. **Regla de decisión:** Si  $sig. (p - valor) \leq 0.05$  se rechaza la  $H_0$ .

g. **Análisis estadístico:**

En la prueba estadística: rho de spearman

En la tabla 32, el nivel de significancia del Rho de Spearman fue de 0.000, lo que evidencia ser menor a 0.05. Lo cual señala que se debe aceptar la  $H_1$  y rechazar la  $H_0$ . Además, se obtuvo como valor del coeficiente de correlación 0.577. Esto indica que existe una correspondencia significativa, directa y moderada entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales.

h. **Conclusión estadística**

Entonces, los hallazgos descritos indican que se acepta la cuarta hipótesis específica formulada. Lo que evidencia que sí existe una relación significativa, directa y moderada entre la aceptación de uno mismo y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.

#### 4.5. Discusión de los resultados

La investigación tuvo como hipótesis genera: existe relación significativa y directa entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo (2022). Donde se muestra, que el nivel de significancia del Rho de Spearman fue de 0.000, lo que evidencia ser inferior a 0.05. Por ello, se rechaza la  $H_0$  y se acepta la  $H_1$ . Entonces, existe una correlación significativa, directa y moderada, ya que el coeficiente resultó ser 0.688 con signo positivo; moderada sobre la base de la estimación del indicador, directa por el signo y significativa por la probabilidad  $<0.05$ . Este resultado se asemeja a la investigación hecha por Gomez (2021) en su tesis “Actitudes resilientes y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Puquio-Ayacucho, 2021”, quien concluye que existe una estrecha relación entre resiliencia y proyecto de vida señalando una relación positiva y correlación moderada significativa entre las variables. Del mismo modo, Quevedo (2019), en su investigación “Resiliencia y proyecto de vida en jóvenes con edades entre los 14 y 20 años en la institución educativa Antonio Santos Jornada en Cartagena, Colombia”, quien concluye que existe relación entre resiliencia y proyecto de vida en los estudiantes con una puntuación alta de ambas variables siendo el 85 % de educandos con resiliencia alta, mientras que el 76.3 % reflejan una alta definición del proyecto de vida, aceptando la hipótesis original. Por el contrario, Pajuelo (2020), en su investigación “Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes de 5.º de secundaria de la institución educativa Amauta-Amarilis, Huánuco, 2017”, concluye que los resultados obtenidos en la tabla 13, se evidencia un nivel de correlación positiva baja con un  $Rho = 0,384$  entre las variables resiliencia y proyecto de vida.

De acuerdo con Carretero (2010), es muy habitual que la resiliencia se manifieste en individuos que están viviendo situaciones de riesgo, adversidad o exclusión, permitiéndoles que puedan afrontar estas situaciones con ecuanimidad, perseverancia y confianza en sí

mismo para que a partir de ello puedan superar las dificultades.

Vista desde la psicología positiva, la resiliencia puede proporcionar información muy valiosa para trabajar en prevención e intervención en situaciones de adversidad, riesgo y exclusión. Las personas se fortalecen frente a las adversidades en sus vidas. En el modelo de desafío el estrés se ve cómo un estímulo para ser más competente. Esta teoría es reforzada por García y Domínguez (2013), quien menciona que fomentar la resiliencia ayuda a mejorar la calidad de vida de la persona basándose en las perspectivas que ellos tienen, para mejorar la resiliencia se debe potenciar las cualidades y fortalezas de uno mismo para hacer frente positivamente a las experiencias negativas, también complementa que es necesario trabajar los factores protectores a través de programas de intervención en los jóvenes y niños para mejorar su desarrollo de la resiliencia.

Teniendo en cuenta las perspectivas de desarrollo que cada persona tiene con respecto a su realización personal se presenta el proyecto de vida que según Suárez (2018), el bienestar integral del individuo se da sobre la base de aspectos laborales, económicos, afectivos y vocacionales que son planteados como objetivos para cumplir en un futuro a corto, mediano o largo plazo; por ello, planifica diversas actividades que irá desarrollando para poder alcanzarlos ya que considera dar un rumbo, una dirección y un sentido a su vida, todo ello dentro del contexto socio cultural donde se desarrolla.

Con respecto a la primera hipótesis específica, en la cual se asevera que existe relación significativa y directa entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo donde el coeficiente fue 0.429 respectivamente. Los resultados se asemejan con Huanca y Sánchez (2018), quien en su tesis “Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes de 3ro a 5.º de secundaria de zonas rurales del distrito de Majes - Arequipa”, que indican que los estudiantes de secundaria reportaron un alto grado de establecimiento de metas, en el cual se detalla a los alumnos de tercero en un 79.1 %,

cuarto en 76.3 % y quinto de secundaria en 76.5 %. Los resultados nos muestran que 7 de cada 10 adolescentes tienen un alto nivel en la planificación de sus metas ya sea a corto, mediano y/o largo plazo, es decir establecen sus objetivos que le dan sentido de significado y propósito a sus vidas.

Además de los hallazgos encontrados se comparan con Velásquez (2017), en su investigación “Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes del 4.º de secundaria Pativilca - Lima”, que detalla en la tabla 6 y figura 2, que la mayoría de los estudiantes que equivale a un 75 % están en un nivel alto en cuanto al desarrollo de la competencia personal, así también un 23 % de estudiantes están en un nivel medio y finalmente un 2 % están en un nivel bajo. Se concluye que existe una relación significativa, positiva con  $\rho = 0,499$  y correlación moderada entre la competencia personal y el proyecto de vida en los estudiantes de cuarto grado de secundaria.

Según Wagnild y Young (1993), la competencia personal está referida a que una persona está preparada para afrontar todo tipo de situaciones presentadas en su cotidianidad incluso aquellos imprevistos a fin de lograr un propósito específico en una situación determinada. Esto se refuerza con lo dicho por D'Angelo (2003), que el establecimiento de metas se ha convertido en una práctica vital, beneficiosa para cualquier individuo que tenga en mente un sueño o una visión a futuro para comenzar a desarrollar sus habilidades que le servirá a lo largo de su vida y que ayude a moldear su futuro. Según Salinas y Villegas (2021), las capacidades de una persona se relacionan de acuerdo con su propio desarrollo, a cada fase de la vida en una determinada realidad; estas capacidades ayudan a construir las resiliencias aprendiendo de sus experiencias. La adolescencia por ser una etapa sensible, de constantes cambios físicos, psicológicos; el adolescente se encuentra en la búsqueda de su identidad y adaptación al entorno, para así poder desarrollar y estructurar su proyecto de vida a nivel personal, familiar y social .

La segunda hipótesis específica afirma que existe relación significativa y directa entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes del 4.º y 5.º año de secundaria, que da como resultado una relación significativa, directa y moderada, que obtiene el coeficiente de relación de 0.481 respectivamente. Jurado (2018), en su investigación “Perfiles resilientes de estudiantes de los grados 6to y 7mo de una institución educativa del sector rural del Municipio de Belén de Umbría - Colombia”, concluye que el 85,7 % de los estudiantes demuestran capacidad de responder asertivamente a la adversidad, de este modo existen diferentes capacidades personales relacionados con la resiliencia, las capacidades que han sido identificados en niños y adolescentes resilientes son la competencia social, la capacidad de resolución de problemas, la autonomía y el sentido de propósito y de futuro, como se puede observar en este estudio.

Por su parte, Machuca y Velarde (2021), en su investigación “Resiliencia y Proyecto de vida en adolescentes, Cajamarca”, concluyen que los rasgos significativos que evidencia un estudiante es la competencia social, el sentido del humor, la solución de conflictos, el sentido de propósito, de futuro, la adaptabilidad y el autocontrol ante situaciones estresantes. Estos logran ser desarrollados según las necesidades de cada individuo, también resalta que los adolescentes al no tener un proyecto de vida, estarían limitando sus propias posibilidades del desarrollo y la realización personal que los llevaría a un fracaso personal, laboral, profesional y económico.

De acuerdo con García (2017), la factibilidad de metas educativas y ocupacionales brindan los recursos a emplear en el cumplimiento de objetivos y metas planteadas para el desarrollo de un proyecto determinado, permitiendo también la orientación de decisiones e incremento de las probabilidades de éxito del mismo. Por lo tanto, la factibilidad de metas educativas y ocupacionales serán posibles cuando exista la disponibilidad de recursos y la fuerza de motivación para desarrollar un proyecto de vida. Según Grotberg (1996), la

resiliencia es un proceso donde hay factores, comportamientos y resultados resilientes, lo que implica el desarrollo de factores resilientes, identificación de la adversidad, valoración de los resultados que conllevan al sentido de bienestar y mejoramiento de la calidad de vida. Las fortalezas personales y las habilidades interpersonales se pueden identificar a través de expresiones verbales de la siguiente manera: “yo tengo, yo puedo, yo soy”. Sobre la base de esas fortalezas la persona va planificando sus objetivos personales y laborales para ser orientados en sus proyectos de vida.

Con respecto a la tercera hipótesis específica, existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa, que obtiene como resultado una relación estadísticamente moderada y significativa con coeficiente de 0.530 respectivamente, hallado mediante la prueba de Rho de Spearman. Este resultado se asemeja a la investigación hecha por Aguilar (2018) en su tesis “Capacidades de la resiliencia y proyecto de vida en universitarios de la carrera de ciencias de la educación de la Universidad Pública de El Alto, 2015-2016”, La Paz-Bolivia. Donde concluye que el 60 % tiene casi y ya definida sus metas, un 21 % medianamente definido y un 10 % casi nada y nada; por otra parte, un 70 % cree que es casi y altamente posible lograr sus objetivos, un 24.5 % moderadamente posible y un 5 % entre mínimamente y nada posible. Metas que más del 60 % consideró alcanzables debido a las posibilidades y recursos con los que contaron; además de, la fuerza de motivación que más del 80 % aseguró tener.

Así mismo Flores (2020), en su artículo “Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: reto de las instituciones de educación superior”, concluye que el ser humano debe encontrar una salida inteligente a situaciones adversas y aceptar la realidad para poder afrontarla adecuadamente y salir fortalecidos y transformados de los aprendizajes que deja la experiencia, a su vez, esto fortalece la percepción de sí mismos, su capacidad de resolver



problemas, su autoconfianza y sentido de vida para ser promovidos en diferentes escenarios de esa manera forjar su personalidad y carácter.

De acuerdo con García y Domínguez (2013), la aceptación de uno mismo y de la vida representa la capacidad de adaptabilidad a nuevas perspectivas y la aceptación de entornos que reflejan sensaciones de paz ante situaciones de adversidad. Además, agrega Wagnild y Young (1993), el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo se orienta al establecimiento de metas personales, cuyo cumplimiento puede ser en un determinado lapso de tiempo, sobre la base del análisis y esfuerzo diario, que involucra la motivación y el impulso para el desarrollo del proyecto de vida. De acuerdo con Suárez (2018), el proyecto de vida es un proceso intersubjetivo, el cual se basa en la forma cómo el individuo construye su subjetividad y cómo se relaciona con los otros en un contexto sociocultural determinado, el modo en que se construya la subjetividad de cada individuo es resultado de un proceso de construcción social. El proyecto de vida se basa en la voluntad de superación mediante propuestas articuladas y planificadas, a través del aprendizaje de experiencias pasadas y la situación presente, proyectándose a futuro, de esa manera se convierte en un proyecto vital.

La cuarta y última hipótesis específica asevera que existe una relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de 4.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa en el distrito El Tambo, Huancayo, al aplicar la prueba del nivel de significancia del Rho de Spearman se obtuvo como valor del coeficiente de correlación 0.577 respectivamente, entonces se evidencia que sí existe una relación moderada y significativa.

Por su parte, Benítez y Barrón (2018), en su investigación titulada “Análisis cualitativo de resiliencia en estudiantes de posgrado”, concluyen que la resiliencia permite que haya una percepción de la vida positiva, con una autoestima consciente y un pensamiento crítico. El sentido de vida es resultado de la capacidad de analizar las situaciones adversas y

poder dominar la existencia personal, la forma de planificar para darle sentido a la vida, ya que, si bien el individuo está acompañado por el otro ser, él es el único que toma la decisión de continuar; los demás le dan sentido a su vida a través del reconocimiento y ello estimula su autoestima y favorece su resiliencia. El sentido de vida se desarrolla a partir de haber contado con factores protectores desde la niñez, como somos seres sociales por naturaleza, necesitamos del otro para avanzar y seguir adelante. Algunas personas del estudiantado de posgrado en su niñez fueron acompañadas por personas que les dieron amor y esperanza. Esto le dio sentido a su vida y, por ende, sembró la semilla de su resiliencia. Así mismo, esto se refuerza con lo dicho por Pérez (2017), en su tesis “Resiliencia y proyecto de vida en adolescentes de Liceo Martín del Estado de Carabobo-Valencia, Venezuela”, quien concluye que el 78,2 % de los estudiantes (43 de 55) se plantea metas a corto, mediano y largo plazo. Además, el 60 % considera altamente posible alcanzar metas educativas. En cuanto al área ocupacional el 43 % considera altamente posible consolidarse en esa área contra un 30,9 % que considera casi posible consolidarse.

Agrega Velásquez (2017), en su investigación “Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes del cuarto grado de secundaria, Pativilca-2017”, que en la tabla 10 y figura 6, se observa que la mayoría de los estudiantes que equivale a un 63 % están en un nivel alto en cuanto a la factibilidad de metas educativas y ocupacionales, así también un 25 % de estudiantes están en un nivel medio y finalmente un 12 % están en un nivel bajo.

A su vez, Suárez (2018) afirma que las metas cambian a lo largo de la vida en consecuencia se transforman las expectativas para dar nuevas formas a la construcción de metas. Por tanto, en la etapa de la adolescencia es importante planificar un proyecto de vida que vaya orientado en encontrar un rumbo y sentido para su vida; además es necesario integrar aspectos laborales, económicos, afectivos y vocacionales que permitan lograr su bienestar. Al respecto Leiva (2012), sostiene que la realidad socioeconómica del individuo

muchas veces determina las posibilidades de acceder a procesos laborales o educativos y garantizar la inclusión social; por lo tanto, el contexto influye en el proyecto de vida en la medida en que determinan el sentido en que crecen y se desarrollan las personas, estructurando la realidad de cada quien.

## CONCLUSIONES

1. Se determinó que existe una relación significativa, directa y moderada entre las variables de resiliencia y el proyecto de vida en los estudiantes, pues el nivel de significancia del Rho de Spearman fue de 0.000 y el coeficiente resultó ser 0.688 con signo positivo. Ya que el 71.3 % de los encuestados evidenció una resiliencia alta y el 57.5 % de los estudiantes encuestados evidenció un nivel alto de proyecto de vida. Lo cual indicó que la gran mayoría de los mencionados poseen la capacidad para sobreponerse y adaptarse frente a situaciones complejas y adversas y consiguen direccionar sus acciones para lograr sus metas y objetivos a corto, mediano y largo plazo. Por lo tanto, a medida que se incrementa la resiliencia también aumentará las probabilidades de tener un proyecto de vida.
2. Se identificó que existe una relación significativa, directa y moderada entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo. Dado que, la significancia del coeficiente Rho de Spearman fue de 0.000 y el coeficiente fue 0.429. Además, el 81.3 % de los evaluados indicó poseer una competencia personal alta y el 51.2 % un alto grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo. lo que evidencia que se encuentran desarrollando sus habilidades y capacidades para establecer sus metas y objetivos personales, los cuales contribuirán con su futuro personal. Además, cuentan con la ecuanimidad, la perseverancia y confianza en sí mismos para hacer frente a las adversidades de la vida.
3. Se identificó que existe una relación significativa, directa y moderada entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo. Porque el nivel de significancia del Rho de Spearman fue de 0.000 y el coeficiente de

correlación fue 0.481. Ya que el 81.3 % de los evaluados indicó poseer una competencia personal alta y el 47.5 % un nivel alto de factibilidad de metas educativas y ocupacionales. Esto reveló que la mayoría de los estudiantes tienen la facilidad de afrontar cualquier tipo de situación, desarrollando las habilidades, destrezas, la disponibilidad de recursos y la fuerza de motivación que poseen para lograr sus fines personales, educativos y profesionales a corto, mediano y largo plazo.

4. Se identificó que existe una relación significativa, directa y moderada entre la aceptación de uno mismo y de la vida y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo, pues el nivel de significancia del Rho de Spearman fue de 0.000 y el coeficiente de correlación 0.564. Además, se halló que el 53.8 % presentan un nivel medio de aceptación de uno mismo y de la vida y el 51.2 % de estudiantes encuestados de la institución educativa poseen un alto grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo. Lo cual indica que tienen la capacidad de adaptación y de desarrollo de perspectivas nuevas en relación a la aceptación de su entorno y la calidad de vida que quieren para sí mismos y que desarrollan sus habilidades y capacidades para establecer sus metas y objetivos personales a corto, mediano y largo plazo.
5. Se identificó que existe una relación significativa, directa y moderada entre la aceptación de uno mismo y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo. Pues el nivel de significancia del Rho de Spearman fue de 0.000 y el valor del coeficiente de correlación 0.577. Sobre la base de los resultados se establece que la gran mayoría de los estudiantes de la institución educativa evidencian los recursos y el apoyo necesario para conseguir sus metas y propósitos educativos y profesionales aún en situaciones complejas y adversas que se presentan en su día a día.

## RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a los docentes de la institución educativa aplicar estrategias educativas que permitan el fortalecimiento del nivel de resiliencia que poseen los estudiantes de 4.º y 5.º grado de secundaria para conseguir que logren establecer sus proyectos de vida con metas claras y precisas a corto, mediano y largo plazo.
2. Se recomienda a los padres de familia de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa contribuir y motivar con el desarrollo de las habilidades, destrezas y capacidades que poseen los estudiantes para establecer sus metas y objetivos personales, los cuales contribuirán con su futuro personal.
3. Se recomienda al Ministerio de Educación implementar campañas de sensibilización sobre la importancia de la resiliencia en la construcción del proyecto de vida de los estudiantes del nivel secundario, ya que permite a los mismos poseer la facilidad de afrontar cualquier tipo de situación, desarrollando las herramientas, recursos y habilidades para lograr sus fines personales, educativos y profesionales a corto, mediano y largo plazo.
4. Se recomienda a la institución educativa consolidar la capacidad de adaptación y de desarrollo de perspectivas nuevas que denotan sus estudiantes para optimizar su calidad de vida y lograr determinar las metas que desean a corto, mediano y largo plazo.
5. Se recomienda a los estudiantes de la institución educativa identifiquen los recursos que necesitan para conseguir sus metas y propósitos educativos y profesionales aún en situaciones complejas y adversas que se presentan en su día a día. De este modo, logran seleccionar las decisiones adecuadas para ello.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, E. & Acle, G. (2019). 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.
- Aguilar, E. (2018). *Capacidades de la resiliencia y proyecto de vida en universitarios de la carrera de ciencias de la educación de la Universidad Pública de El Alto, 2015-2016*. Tesis para obtener el grado de magíster en Ciencias de la Educación. La Paz - Bolivia: Universidad Mayor de San Andrés.
- Aire, J. & Castellares, C. (2018). *Niveles de resiliencia entre instituciones educativas públicas y privadas del distrito de Huancayo, 2017*. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología: Universidad Peruana Los Andes, facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología.
- Arias, F. (2016). *El proyecto de investigación*. Caracas, Venezuela: Episteme.
- Benítez, L., & Barrón, M. (2018). *Análisis cualitativo de resiliencia en estudiantes de posgrado*, 22(1), 1-21.
- Betancourth, S., & Cerón, J. . (2017). Adolescentes creando su proyecto de vida profesional desde el modelo DPC. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 5(50), 21-41.
- Cardona, D. & Agudelo, H. (2007). Satisfacción Personal como Componente de la Calidad de Vida de los Adultos de Medellín. *Revista de Salud Pública*. 9(4), 541-549.
- Carretero, R. (2010). Resiliencia. Una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales. *Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 27(3), 1- 13.
- Céspedes, X. (2021). *La resiliencia y la inteligencia emocional en los estudiantes de tercer año de bachillerato general unificado de la unidad educativa Joaquín Arias del Cantón San Pedro de Pelileo*. Tesis para obtener el título de Psicólogo Educativo y Orientador Vocacional. Ambato: Universidad Técnica de Ambato.
- Choudhary, S. (2019). Emotional intelligence and resiliency among adolescents. *UGC Approved Journal*, 55, 25-60.
- Concha, P. & Contreras, M. (2020). Proyecto de vida adolescente: Una alternativa de intervención sistémica en contextos diversos. *Redes*. 42, 127-131.
- Cuba (2016). *Constructo competencia: síntesis histórico-epistemológica*. Educación, XXV. 25(48), 37-164.
- D'Angelo. (2003). *Proyecto de vida y desarrollo integral humano*. La Habana Cuba. 1 y 2, 1-31

- Espíritu, B. & Zurita, L. (2020). *Estilo de crianza y resiliencia en los estudiantes de secundaria en una institución educativa de la Oroya-2020*. Huancayo – Perú. Para optar el grado de Licenciada en Psicología. Universidad Peruana Los Andes, facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología.
- Flores, L., et al. (2014). Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: reto de las instituciones de educación superior. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 35-47. doi:<https://doi.org/10.6018/reifop.438531>
- García, K. (2017). Construcción de Proyectos de Vida Alternativos (PVA) en Urabá, Colombia: papel del sistema educativo en contextos vulnerables. *Estudios Pedagógicos*. 4(3), 153-173
- García, M. & Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 11(1), 63-77.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. 11.0 update (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Gomez, G. (2021). *Actitudes resilientes y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Puquio en Ayacucho*. Tesis para obtener el título de Maestra en Psicología Educativa. Lima: Universidad César Vallejo.
- Grotberg, E. (1996). *A Guide to Promoting Resilience in Children: strengthening the spirit human*. La Haya: Bernard Van Leer Foundation.
- Grotberg, E. (2002). *La resiliencia en el mundo de hoy*. España: Gedisa.
- Gutierrez, M. & Krumm, G. (2012). Adaptación y validación del Inventario de Estilos de Pensamiento de Sternberg (TSI) en la provincia de Entre Ríos - Argentina. *Interdisciplinaria*, 2(1), 43-62.
- Hayes B. (1999). *Como medir la satisfacción del cliente*, 2da Edición. México: Oxford.
- Hernández, A., et al. (2018). *Metodología de la investigación científica*. Manabí: Universidad Estatal del Sur de Manabí. doi:<http://dx.doi.org/10.17993/CcyLl.2018.15>
- Hernández, R. et al. (2014). *Metodología de la investigación*. México: D.F.: Mc Graw Hill.
- Huanca, J. & Sánchez, L. (2018). *Resiliencia y proyectos de vida en estudiantes de 3ro a 5.º de secundaria de zonas rurales del distrito de Majes-Arequipa*. Arequipa. Tesis para optar el Título profesional de Psicólogos. Universidad Nacional de San Agustín, Facultad de Psicología.
- Jurado, M. et al. (2018). *Perfiles resilientes de estudiantes de los grados 6º y 7º de una institución educativa del sector rural del Municipio de Belén de Umbría*. Tesis para optar Grado de Maestría en Educación - Colombia: Universidad Manizales.



- Leiva, P. . (2012). El proyecto de vida de los jóvenes: sus valores, expectativas. Chile: Departamento de Trabajo Social, Universidad Católica Silva Henríquez. *Revistas Perspectivas* 21, 83-101.
- Machuca, L. & Velarde, K. (2021). *Resiliencia y proyecto de vida en adolescentes*. Trabajo de investigación para optar el grado de Bachiller en Psicología. Universidad Antonio Guerrero Urrelo, Cajamarca.
- Maehr, M. & Nicholls, J. (1980). *Culture and achievement*. New York: Academic Press. 8(3), 221-267.
- Manrique, A. (2010). *Valoración del trabajo y la construcción del proyecto de vida en niños y adolescentes trabajadores en ladrilleras de Palian - Huancayo 2010*. Tesis para optar el grado académico de Magíster en Políticas Sociales. Huancayo - Perú: UPG - Facultad de Trabajo Social - UNCP.
- Marra, G. (2012). Un aporte de la resiliencia a la clínica psicoanalítica. *Psicología*, 5(3), 168-179.
- Martínez, A. & Campos F. (2015). Correlación entre actividades de interacción social. *Revista Mexicana de Ingeniería Biomedica*. 36(3), 8-16.
- Meléndez, R. (2016). El proyecto de vida como categoría de interpretación en la formación profesional. *Mendive*, 14(2), 174-180.
- Millán, J. (2021). *20MINUTOS*. España.  
<https://www.20minutos.es/noticia/4743827/0/espana-es-el-segundo-pais-con-mayor-abandono-escolar-de-la-union-europea-y-supera-en-un-60-el-objetivo-de-2020/>
- MINEDU. (2021). *Marco orientador para la atención de adolescentes en educación secundaria*. Lima: Ministerio de educación.
- Moreno, N. et al. (2019). Una mirada desde la resiliencia en adolescentes en contextos de conflicto armado. *Revista de Investigación Psicológica*, 21, 57-72.
- Novella, A. (2002). *Adaptación peruana. Escala de resiliencia de Wagnild y Young*. Recuperado de: <http://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/39013071->.
- Ortega, Z. & Mijares, B. (2018). Concepto de resiliencia: desde la diferenciación de otros constructos, escuelas y enfoques. *Revista Científica Electrónica de Ciencias Humanas*, 13(39), 30-43.
- Pajuelo, J. (2020). *Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes del 5° de secundaria de la IE El Amauta-Amarilis-2017*. Huánuco, Perú. Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Psicología. Universidad de Huánuco, Facultad de Ciencias de la Salud.
- Palacios, J., & Martínez, R. (2017). Descripción de características de personalidad y dimensionessocioculturales en jóvenes mexicanos. *Revista de Psicología*, 35(2),

453-484

- Peña, N. (2009). *Fuentes de resiliencia en estudiantes de Lima y Arequipa*. Lima. 15(1), 59-64
- Pérez, S. (2017). *Resiliencia y proyecto de vida en adolescentes de Liceo Martín Jose Sanabria del Estado Carabobo*. Valencia – Venezuela. Trabajo Especial de Grado para optar el Título de Especialista en Salud y Desarrollo de Adolescentes. Universidad de Carabobo, Facultad de Ciencias de la Salud.  
<http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/5349/sperez.pdf?sequence=3>
- Pinargote, E. et al. (2020). Actores resilientes y proyecto de vida en padres adolescentes de la Unidad Educativa "Monserrate Álava de González. *Revista Científica Sinapsis*, 2(17), 1390-9770. <https://doi.org/10.37117/s.v2i17.362>
- Quevedo, L. (2019). *Resiliencia y proyecto de vida en jóvenes con edades entre los 14 y 20 años en la sede principal de la institución educativa Antonia Santos Jordana de la ciudad de Cartagena*. Cartagena – Colombia. Tesis para optar el grado académico de Licenciada en Psicología Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD).
- Rodríguez, H. & Vara, H. (2020). *Resiliencia y calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Huancayo*. Huancayo – Perú. Tesis para optar el Título profesional de Psicólogo. Universidad Peruana los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud.  
<https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2236/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rodríguez, R. (2014). La resiliencia y su instauración en el discurso de la psicología: un imaginario del discurso del amo y la histérica. *Revista Vanguardia Psicológica*. 5(1), 0-59
- Rodríguez, R. (2019). *Relación entre el afrontamiento y la resiliencia en estudiantes de I-II ciclo de un Instituto Privado de Huancayo*. Huancayo – Perú. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología. Universidad Continental, Facultad de Humanidades.
- Saavedra, E. et al. (2015). *Resiliencia y calidad de vida*. Santiago: Santiago: Universidad Católica de Maule. Primera Edición.
- Salinas, J. & Villegas, N. (2021). Relación entre resiliencia y calidad de vida en adolescentes. *Polo del conocimiento*, 6(3), 17-39.
- Sánchez, H. et al. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Lima: Universidad Ricardo Palma.
- Suárez, A. (2018). Proyecto de vida: ¿proceso, fin o medio en la terapia psicológica y en la intervención psicosocial? *Farmacología y Terapéutica*, 37(6), 505-511.
- Tejeda, J. & Navío, A. (2005). El desarrollo y la gestión de competencias profesionales: una mirada desde la formación. *Revista Iberoamericana de Educación*, 37(2),

1681-5653.

- Toala, J. (2021). *Evaluación de la Satisfacción que brinda un asistente virtual con ineligencia virtual*. Ecuador. Tesis para optar el título de Ingeniero en Sistemas y Computación. Pontificia Universidad católica de Ecuador.
- Torres, et al. (2021). Síndrome de Burnout en profesionales de la salud del Ecuador y factores asociados en tiempos de pandemia, 8(1), 12-93. .  
doi:<https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2021.08.01>.
- Trigueros, R. et al. (2020). El efecto de la motivación sobre la resiliencia y la ansiedad. *Revista Internacional de Medicina*, 20(77), 73-86.
- UNESCO. (2017). *Adolescentes y jóvenes en realidades cambiantes*. Paris.
- UNESCO. (2021). *Ya es hora invertir bienestar adolescentes*. España.  
<https://es.unesco.org/news/ya-es-hora-invertir-bienestar-adolescentes>
- Ureña, V. & Barboza, C. (2015). Aportes de la orientación vocacional en el contexto laboral. *Actualidades Investigativas en Educación*.15(1), 1-21
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-79
- Vargas, T. & Montalvo, A. (2017). *Proceso de resiliencia para la superación de riesgos sociales en los niños, niñas y adolescentes de la ONG GEMA Huancayo 1990-2016*. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Sociología. Huancayo - Perú: UNCP.
- Velásquez, S. (2017). *Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes de cuarto grado de secundaria, Pativilca-2017*. Lima. Tesis para optar el Grado de Maestría en Psicología Educativa. Universidad César Vallejo.
- Vigo, E. & Borrego, C. (2019). *Proyecto de vida de los jóvenes de 15 a 24 años de las organizaciones juveniles del distrito de Laredo*. *Revista Ciencia y Tecnología*. 15(4), 1-11
- Villa, A. (2020). Liderazgo resiliente pertinente para una sociedad cambiante. *Foro Educativo*, 34, 77-103. doi:<https://doi.org/10.29344/07180772.34.2361>
- Vinaccia, et. al. (2007). Calidad de vida relacionada con la salud en pacientes con diagnóstico de hipertensión arterial leve. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*. 3(2), 203-211
- Wagnild, G. & Young, H. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Wolin, S. & Wolin, S. (1993). *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Nueva York: Villard Books.

## **Anexos**

## Anexo 1

## Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DISEÑO METODOLÓGICO
<b>Problema general</b>	<b>Objetivo general</b>	<b>Hipótesis general</b>		
¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo?	Determinar la relación significativa y directa entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.	Existe relación significativa y directa entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.	<b>Variable 1:</b> Resiliencia  <b>• Dimensiones:</b> - Competencia personal. - Aceptación de uno mismo y de la vida.	<b>Población:</b> 80 estudiantes del 4.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.
<b>Problemas específicos</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Hipótesis específicas</b>		
- ¿Cuál es la relación entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo?	- Identificar la relación significativa y directa entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.	- Existe relación significativa y directa entre la competencia personal y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.	<b>Variable 2:</b> Proyecto de vida.  <b>• Dimensiones:</b> - Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo. - Factibilidad de metas educativas y ocupacionales.	<b>Muestra:</b> 80 estudiantes del 4.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.
- ¿Cuál es la relación entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo?	- Identificar la relación significativa y directa entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.	- Existe relación significativa y directa entre la competencia personal y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.		
- ¿Cuál es la relación entre la aceptación de uno mismo y de la vida y el grado de planificación de metas a	- Identificar la relación significativa y directa entre la aceptación de uno			

<p>corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo?</p>	<p>mismo y de la vida y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.</p> <p>- Identificar la relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.</p>	<p>- Existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y el grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.</p> <p>- Existe relación significativa y directa entre la aceptación de uno mismo y de la vida y la factibilidad de metas educativas y ocupacionales en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.</p>	<p><b>Técnica de recolección de datos:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumento de recolección de datos</b></p> <p>- Escala de Resiliencia de Wagnild y Young.</p> <p>- Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García</p>
---	--	---	---

#### Bibliografía de sustento para la justificación y delimitación del problema

- Moreno, N., Fajardo, Á., González, A., Coronado, A., & Ricarurte, J. (2019). Una mirada desde la resiliencia en adolescentes en contextos de conflicto armado. *RIP*, 57-72.
- Carretero, R. (2010). Resiliencia. Una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 27(3), 1-13.
- Suárez, A. (2018). Proyecto de vida: ¿proceso, fin o medio en la terapia psicológica y en la intervención psicosocial? *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(5), 505-511.
- UNESCO. (8 de abril de 2021). *UNESCO*. Recuperado el 10 de febrero de 2022, de <https://es.unesco.org/news/ya-es-hora-invertir-bienestar-adolescentes>
- MINEDU. (2021). *Marco orientador para la atención de adolescentes en educación secundaria*. Lima: Ministerio de educación.
- MINEDU. (2017). *Currículo Nacional de la Educación Básica*. Lima: Ministerio de Educación.

#### Bibliografía de sustento usada para el diseño metodológico

- Arias, F. (2016). *El proyecto de investigación* (Séptima ed.). Caracas, Venezuela: Episteme.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (Sexta ed.). (R. Hernández, Ed.) México D.F.: Mc Graw Hill.
- Hernández, A., et al. (2018). *Metodología de la investigación científica*. Manabí: Universidad Estatal del Sur de Manabí.

## Anexo 2

### Aprobación del comité de ética



Huancayo, 16 de enero del 2022

OFICIO N° 116-2022-CE-FH-UC

Señora:

**MARÍA CLAROS ASTETE**

Presente-

**EXP. 116 -2022**

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarle cordialmente y a la vez manifestarle que el estudio de investigación titulado: **“RESILIENCIA Y PROYECTO DE VIDA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN EL DISTRITO DE EL TAMBO - HUANCAYO, 2022.”** ha sido **APROBADO** por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades, bajo las siguientes observaciones:

- El Comité de Ética puede en cualquier momento de la ejecución del trabajo solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas (mantener la confidencialidad de datos personales de los individuos entrevistados).
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atte,



**Claudia Ríos Cataño**  
Comité de Ética en Investigación  
Facultad de Humanidades  
Presidenta  
Universidad Continental

## Anexo 3

## Carta de Autorización de la institución educativa



I.E. "MICAELA BASTIDAS"  
CALLE LAS VIOLETAS N° 127  
EL TAMBO- HUANCAYO  
Teléf. N° 245301

LA DIRECTORA DE LA I.E. "MICAELA BASTIDAS" DEL DISTRITO DE EL TAMBO, DE LA PROVINCIA DE HUANCAYO, REGIÓN JUNÍN, OTORGA LA PRESENTE;

## AUTORIZACIÓN

A la Bachiller **María Claros Astete**, de la Facultad de Psicología Humana de la Universidad Continental, la aplicación de instrumentos: Escala de Resiliencia Wagnild y Young y Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García, para realizar la investigación titulada "**RESILIENCIA Y PROYECTO DE VIDA**", en las estudiantes del 4to y 5to grado de secundaria de la institución educativa Micaela Bastidas El Tambo - Huancayo, para el mes de marzo del 2022.

El Tambo, 14 de diciembre del 2021.





## Anexo 4

## Matriz de validación del registro de opiniones de expertos- Resiliencia

CONSTRUCTO	DIMENSIONES	N° de ÍTEMS	JUEZ 1	JUEZ 2	JUEZ 3	ÍNDICE DE VALIDEZ DE CONTENIDO
			DAISY VIDALÓN SALAZAR	LUIS ALBERTO YARLEQUÉ CHOCAS	ROCIO LUZ CAHUANA MENDOZA	
Resiliencia	Competencia personal	1.- Cuando planeo algo lo realizo.	1	1	1	1.00
		2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	1	1	1.00
		3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	1	1	1.00
		4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	1	1	1.00
		5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	1	1	1.00
		6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	1	1	1.00
		7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	1	1	1.00
		8.- Soy amigo de mí mismo.	1	1	1	1.00
		9.- Siento que puedo manejar varias cosas que me propongo.	1	1	0	0.67
		10.- Soy decidida.	1	1	1	1.00
		11.- Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	1	1	1.00

	12.- Tomo las cosas una por una.		1	1	1.00
	13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	1	1	1.00
	14.- Tengo autodisciplina.	1	1	1	1.00
	15.- Me mantengo interesado en las cosas.	1	1	0	0.67
	16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	1	1	1	1.00
	17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	1	1	1.00
Aceptación de uno mismo y de la vida.	18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	1	1	1.00
	19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	1	1	1.00
	20.- Algunas veces busco la forma de motivarme para hacer cosas aunque no quiera.	1	1	1	1.00
	21.- Mi vida tiene significado.	1	1	1	1.00
	22.- No me lamento de las cosas que no puedo solucionarlas.	1	1	0	0.67
	23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	1	1	1.00
	24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	1	1	1.00
	25.- Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	1	1	1.00
	<b>ACEPTACIÓN Y VALIDEZ</b>				<b>0.96</b>

**EL NIVEL DE ACEPTACIÓN Y VALIDEZ ES DE UN 96 %, ES CIR, LOS ITEMS SE ALINEAN Y RESPONDEN A LOS OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.**

## Anexo 5

## Matriz de validación del registro de opiniones de expertos - Proyecto de vida

Constructo	Dimensiones	N° de ÍTEMS	JUEZ 1	JUEZ 2	JUEZ 3	INDICE DE VALIDEZ DE CONTENIDO
			DAISY VIDALÓN SALAZAR	LUIS ALBERTO YARLEQUÉ CHOCAS	ROCIO LUZ CAHUANA MENDOZA	
Proyecto de vida	Grado de planificación de metas a corto, mediano y largo plazo.	1.- ¿Con relación a tu proyecto personal está?	1	1	1	1.00
		2.- ¿Para los próximos seis meses, tu proyecto personal está?	1	1	1	1.00
		3.- ¿Con respecto a una meta futura lo tienes?	1	1	1	1.00
		4.- Una meta que anhelas alcanzar, a largo plazo, está: (diga en qué grado lo tiene planificado).	1	1	1	1.00
		5.- La posibilidad de alcanzar tus metas educativas (estudios) actualmente es:	1	1	1	1.00
		6.- La posibilidad de alcanzar tus metas ocupacionales (trabajo) actualmente es:	1	1	1	1.00
	Factibilidad de metas educativas y ocupacionales	7.- Las personas que te pueden ayudar a alcanzar tus metas deseadas están:	1	1	1	1.00
		8.- El dinero que te permitiría alcanzar tus metas está actualmente:	1	1	1	1.00
		9.- Las ganas que tienes actualmente para realizar tus planes personales son los siguientes:	1	1	1	1.00
		10.- La posibilidad de hacer algo importante, útil o provechoso para ti es	1	1	1	1.00
<b>ACEPTACIÓN Y VALIDEZ</b>						<b>1.00</b>

EL NIVEL DE ACEPTACIÓN Y VALIDEZ ES DE UN 100 %, ES DECIR, LOS ÍTEMS SE ALINEAN Y RESPONDEN A LOS OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.

**Anexo 6****Ficha de Validación por jueces: Jurado revisor N° 1**

FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 07 de Febrero del 2022

Estimado (a) señor (a): Psic. Daisy Gelene Vidalón Salazar

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento: Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurso a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradezco su valioso aporte y cooperación.

Atentamente,

María Claros Astete

DNI. 41211639

### CRITERIO DE JUECES

Nombre y Apellido del Experto: Daisy Selene Vidalon Salazar

Título Profesional : Psicóloga

Especialidad : Especialización en psicoterapia Cognitiva Conductual

Años de experiencia : 9 años

Institución en la que labora : CSMC-CHILCD

Post Grado : Maestría en psicología : Mención Prevención e Intervención

Otros Méritos :

En resumen, ¿Cuál es su opinión sobre el instrumento?

1 Adecuado  2. Medianamente adecuado  3. Inadecuado

Observaciones:

.....

.....

  
 Daisy Selene Vidalon Salazar  
 PSICÓLOGA  
 CIP 2008

Nombres y Apellidos: Daisy G. Vidalon Salazar

DNI. 44141179

**CONSTANCIA****JUICIO DE EXPERTO**

Quien suscribe Daisy G. Vidalon Salazar con Documento Nacional de Identidad N° 44141179 hago constar que realicé el juicio de experto del instrumento de Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García, presentado por la estudiante de la Universidad Continental, Facultad de Humanidades de la Escuela Académica Profesional de Psicología: Claros Astete, María.

Huancayo, 10 de Febrero del 2022


COLEGIO PROFESIONAL DE PSICÓLOGOS DEL PERÚ

Nombres y Apellidos: Daisy G. Vidalon Salazar  
DNI. 44141179

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: PROYECTO DE VIDA**

N°	Ítems	Plancamiento de metas (a corto, mediano y largo plazo)	Pertinencia 1		Relevancia 2		Claridad 3		Sugerencias
			Si	No	Si	No	Si	No	
1	1	¿Con relación a tu proyecto personal está?	X		X		X		
2	2	¿Para los próximos seis meses, tu proyecto personal está?	X		X		X		
3	3	¿Con respecto a una meta futura lo tienes?	X		X		X		
4	4	Una meta que anhelas alcanzar, a largo plazo, está: (diga en qué grado lo tiene planificado).	X		X		X		
		<b>Posibilidad de Logros (Meta educativa, meta ocupacional)</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
5	5	La posibilidad de alcanzar tus metas educativas (estudios) actualmente es:	X		X		X		
6	6	La posibilidad de alcanzar tus metas ocupacionales (trabajo) actualmente es:	X		X		X		
		<b>Disponibilidad de recursos (Recursos Humanos , Recursos financieros)</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
7	7	Las personas que te pueden ayudar a alcanzar tus metas deseadas están:	X		X		X		
8	8	El dinero que te permitiría alcanzar tus metas está actualmente:	X		X		X		

		Fuerza de motivación (Grado de motivación para realizar los planes)							
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
9	Las ganas que tienes actualmente para realizar tus planes personales son:	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	La posibilidad de hacer algo importante, útil o provechoso para ti es:	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



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

---



---



---

**Opinión de aplicabilidad:**

Aplicable (X)

Aplicable después de corregir ( )

No Aplicable ( )

**Apellidos y nombres del juez validador:** Videla Salazar Daisy Selene

**DNI:** 4414179

**Especialidad del validador:** Terapia cognitivo conductual

**Pertinencia** : El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

**Relevancia** : El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

**Claridad** : Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

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

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos.




 Lic. Daisy S. Videla Salazar  
 PSICOLOGA  
 C.P.S.P. 2002

Huancayo 10 de Febrero del 2022

**Nombres y Apellidos:** Daisy Selene Videla Salazar  
**DNI:** 4414179



FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 07 de Febrero del 2022

Estimado (a) señor (a): Psic. Daisy Gelene Vidalón Salazar

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento: Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurso a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradezco su valioso aporte y cooperación.

Atentamente,

María Claros Astete

DNI. 41211639

## CRITERIO DE JUECES

Nombre y Apellido del Experto: Daisy Gelene Vidalon Salazar

Título Profesional : Psicología

Especialidad : Especialización en psicoterapia Cognitivo Conductual

Años de experiencia : 9 años

Institución en la que labora : CSMC-CHILCO

Post Grado : Maestría en psicología: Mención - prevención e intervención

Otros Méritos : .....

En resumen, ¿Cuál es su opinión sobre el instrumento?

1 Adecuado

2. Medianamente adecuado

3. Inadecuado

Observaciones:

.....

.....



Daisy Gelene Vidalon Salazar  
PSICOLOGA  
C.P.S. 2005

Nombres y Apellidos: Daisy G. Vidalon Salazar

DNI. 44141179

## CONSTANCIA

## JUICIO DE EXPERTO

Quien suscribe Daisy G. Videla Salazar con

Documento Nacional de Identidad N° 44141179...hago constar que realicé el juicio de experto al instrumento de Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, presentado por la estudiante de la Universidad Continental, Facultad de Humanidades de la Escuela Académica Profesional de Psicología: Claros Astete, María.

Huancayo, 9...Febrero del 2022


Daisy G. Videla Salazar  
PSICOLOGA  
C.P.S.P. 2005

Nombres y Apellidos: Daisy G. Videla Salazar

DNI. 44141179

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: RESILIENCIA**

N° Ítems	COMPETENCIA PERSONAL Perseverancia	Pertinencia 1		Relevancia 2		Claridad 3		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		
2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	X		X		X		
3	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X		
4	Tengo autodisciplina.	X		X		X		
5	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X		
6	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		
7	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X		
	<b>COMPETENCIA PERSONAL</b> <b>Confianza en sí mismo</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
8	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
10	Soy decidida.	X		X		X		
11	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
12	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	X		X		X		
13	En una emergencia soy una persona en quien se puede							

		confiar.											
14	24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	X			X				X			
		<b>COMPETENCIA PERSONAL</b>											
		<b>Sentirse bien sólo:</b>	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
15	3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X		X				X				
16	5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X		X				X				
17	19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	X		X				X				
		<b>ACEPTACIÓN DE UNO MISMO Y DE LA VIDA</b>											
		<b>Ecuanimidad:</b>	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
18	7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X				X				
19	8	Soy amigo de mí mismo.	X		X				X				
20	11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	X		X				X				
21	12	Tomo las cosas una por una.	X		X				X				
		<b>ACEPTACIÓN DE UNO MISMO Y DE LA VIDA</b>											
		<b>Satisfacción personal:</b>	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
22	16	Por lo general, encuentro algo de qué reirme.	X		X				X				
23	21	Mi vida tiene significado.	X		X				X				
24	22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X				X				
25	25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X				X				

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

---



---



---

**Opinión de aplicabilidad:**

Aplicable (X)

Aplicable después de corregir ( )

No Aplicable ( )

**Apellidos y nombres del juez validador:** DAISY GELENE VIDALON SOLAZAR

**DNI:** 44141179

**Especialidad del validador:** Terapia Cognitivo Conductual

**Pertinencia** : El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

**Relevancia** : El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

**Claridad** : Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

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

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos.






Huancayo ... de Febrero del 2022

**Nombres y Apellidos:** Daisy Gelene Vidalon Solazar  
**DNI:** 44141179



**Anexo 7****Ficha de Validación por jueces: Jurado revisor N° 2**

FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 03 de Febrero del 2022

Estimado (a) señor (a): Luis Alberto Yarleque Chocas

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento: Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurro a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradezco su valioso aporte y cooperación

Atentamente,

María Claros Astete

DNI. 41211639



**CRITERIO DE JUECES**

Nombre y Apellido del Experto: Luis Alberto Yarlequé Chocas

Título Profesional : Psicólogo

Especialidad : Psicología Educativa

Años de experiencia : 30 años

Institución en la que labora : Universidad Nacional del Centro del Perú

Post Grado : Doctor en Psicología

Otros Méritos : Miembro de la Academia Peruana de Psicología

Docente RENACYT

En resumen, ¿Cuál es su opinión sobre el instrumento?

1 Adecuado

2. Medianamente adecuado

3. Inadecuado

Observaciones:

.....  
.....



Nombres y Apellidos: Luis Alberto Yarlequé Chocas

DNI. 07668443

**CONSTANCIA****JUICIO DE EXPERTO**

Quien suscribe Luis Alberto Yarlequé Chocas con Documento Nacional de Identidad N° 07668443 hago constar que realicé el juicio de experto del instrumento de Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García, presentado por la estudiante de la Universidad Continental, Facultad de Humanidades de la Escuela Académica Profesional de Psicología: Claros Astete, María.

Huancayo, 15 de febrero del 2022



---

Nombres y Apellidos: Luis Alberto Yarlequé Chocas

DNI. 07668443

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: PROYECTO DE VIDA**

Ítems	Planeamiento de metas (a corto, mediano y largo plazo)	Pertinencia 1		Relevancia 2		Claridad 3		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1	¿Con relación a tu proyecto personal está?	X		X		X		
2	¿Para los próximos seis meses, tu proyecto personal está?	X		X		X		
3	¿Con respecto a una meta futura lo tienes?	X		X		X		
4	Una meta que anhelas alcanzar, a largo plazo, está: (diga en qué grado lo tiene planificado).	X		X		X		
	<b>Posibilidad de Logros (Meta educativa, meta ocupacional)</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
5	La posibilidad de alcanzar tus metas educativas (estudios) actualmente es:	X		X		X		
6	La posibilidad de alcanzar tus metas ocupacionales (trabajo) actualmente es:	X		X		X		
	<b>Disponibilidad de recursos (Recursos Humanos, Recursos financieros)</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
7	Las personas que te pueden ayudar a alcanzar tus metas deseadas están:	X		X		X		
8	El dinero que te permitiría alcanzar tus metas está actualmente.	X		X		X		

<b>Fuerza de motivación (Grado de motivación para realizar los planes)</b>		<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
9	Las ganas que tienes actualmente para realizar tus planes personales son:	X		X		X	
10	La posibilidad de hacer algo importante, útil o provechoso para ti es:	X		X		X	

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

---

---

---

**Opinión de aplicabilidad:**

Aplicable ( X )

Aplicable después de corregir ( )

No Aplicable ( )

**Apellidos y nombres del juez validador:** Luis Alberto Yarlequé Chocas

**DNI:** 07668443

**Especialidad del validador:** Psicología Educativa

**Pertinencia :** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

**Relevancia :** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

**Claridad :** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

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

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos.

Huancayo 15 de Febrero del 2022



---

**Nombres y Apellidos:** Luis Alberto Yarlequé Chocas  
**DNI:** 07668443



FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 03 de Febrero del 2022

Estimado (a) señor (a): Dr. Luis Alberto Yarleque Chocas

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento: Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurso a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información- para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradezco su valioso aporte y cooperación.

Atentamente,

María Claros Astete

DNI. 41211639

**CRITERIO DE JUECES**

Nombre y Apellido del Experto : Luis Alberto Yarlequé Chocas

Título Profesional : Psicólogo

Especialidad : Psicología Educativa

Años de experiencia : 30 años

Institución en la que labora : Universidad Nacional del Centro del Perú

Post Grado : Doctor en Psicología

Otros Méritos : Miembro de la Academia Peruana de Psicología

Docente RENACYT

En resumen, ¿Cuál es su opinión sobre el instrumento?

1 Adecuado

2. Medianamente adecuado

3. Inadecuado

Observaciones:

.....  
.....



\_\_\_\_\_  
Nombres y Apellidos: Luis Alberto Yarlequé Chocas

DNI. 07668443

**CONSTANCIA****JUICIO DE EXPERTO**

Quien suscribe Luis Alberto Yarlequé Chocas con Documento Nacional de Identidad N° 07668443 hago constar que realicé el juicio de experto al instrumento de Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, presentado por la estudiante de la Universidad Continental, Facultad de Humanidades de la Escuela Académica Profesional de Psicología: Claros Astete, María.

Huancayo, 15 febrero del 2022



---

Nombres y Apellidos: Luis Alberto Yarlequé Chocas

DNI.07668443



**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: RESILIENCIA**

Ítems	COMPETENCIA PERSONAL Perseverancia	Pertinencia 1		Relevancia 2		Claridad 3		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		
2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	X		X		X		
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X		
14	Tengo autodisciplina.	X		X		X		
15	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X		
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X		
	<b>COMPETENCIA PERSONAL</b>							
	<b>Confianza en sí mismo</b>							
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
10	Soy decidida.	X		X		X		
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	X		X		X		
18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		

24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	X						X				
	<b>COMPETENCIA PERSONAL</b>	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No			
	<b>Sentirse bien sólo:</b>											
3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X		X		X		X				
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X		X		X		X				
19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	X		X		X		X				
	<b>ACEPTACIÓN DE UNO MISMO Y DE LA VIDA</b>	<b>Pertinencia 1 Relevancia 2 Claridad 3</b>										
	<b>Ecuanimidad:</b>	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No			
7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		X				
8	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		X				
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	X		X		X		X				
12	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		X				
	<b>ACEPTACIÓN DE UNO MISMO Y DE LA VIDA</b>	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No			
	<b>Satisfacción personal:</b>											
16	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	X		X		X		X				
21	Mi vida tiene significado.	X		X		X		X				
22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		X				
25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		X				

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

---

---

---

**Opinión de aplicabilidad:**

Aplicable ( X )

Aplicable después de corregir ( )

No Aplicable ( )

**Apellidos y nombres del juez validador:** Luis Alberto Yarlequé Chocas

**DNI:** 07668443

**Especialidad del validador:** Psicología Educativa

**Pertinencia :** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

**Relevancia :** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

**Claridad :** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

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

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos.

Huancayo 15 de Febrero del 2022



---

**Nombres y Apellidos:** Luis Alberto Yarlequé Chocas  
**DNI:** 07668443

**Anexo 8****Ficha de Validación por jueces: Jurado revisor N° 3**

**FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Huancayo 04 de Febrero del 2022

Estimado (a) señor (a): Psic. Rocio Luz Cahuana Mendoza

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento: Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurro a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradezco su valioso aporte y cooperación

Atentamente,

María Claros Astete

DNI. 41211639

## CRITERIO DE JUECES

Nombre y Apellido del Experto: Rocio Luz Cahuana Mendoza  
 Título Profesional : Licenciada en Psicología  
 Especialidad : Psicóloga Clínica.  
 Años de experiencia : 7 años  
 Institución en la que labora : Clínica Psicológica Buen Día  
 Post Grado : .....  
 Otros Méritos : .....

En resumen, ¿Cuál es su opinión sobre el instrumento?

1. Adecuado  2. Medianamente adecuado  3. Inadecuado

Observaciones:

.....

.....



Rocio Luz Cahuana Mendoza  
 PSICÓLOGA CLÍNICA  
 C.P.S.R. 22841

Nombres y Apellidos: Rocio Luz Cahuana Mendoza  
 DNI. 70019571

**CONSTANCIA**

## JUICIO DE EXPERTO

Quien suscribe Rocio Luz Cahuana Mendoza con Documento Nacional de Identidad N° 70019571 hago constar que realicé el juicio de experto del instrumento de Escala de Evaluación del Proyecto de Vida de García, presentado por la estudiante de la Universidad Continental, Facultad de Humanidades de la Escuela Académica Profesional de Psicología: Claros Astete, María.

Huancayo 15 de febrero del 2022



Nombres y Apellidos: Rocio Luz Cahuana Mendoza  
DNI. 70019571



**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: PROYECTO DE VIDA**

N°	Ítems	Placamiento de metas (a corto, mediano y largo plazo)	Pertinencia 1		Relevancia 2		Claridad 3		Sugerencias
			Si	No	Si	No	Si	No	
1	1	¿Con relación a tu proyecto personal está?	X		X		X		
2	2	¿Para los próximos seis meses, tu proyecto personal está?	X		X		X		
3	3	¿Con respecto a una meta futura lo tienes?							
4	4	Una meta que anhelas alcanzar, a largo plazo, está: (diga en qué grado lo tiene planificado).	X		X		X		
		<b>Posibilidad de Logros (Meta educativa, meta ocupacional)</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
5	5	La posibilidad de alcanzar tus metas educativas (estudios) actualmente es:	X		X		X		
6	6	La posibilidad de alcanzar tus metas ocupacionales (trabajo) actualmente es:	X		X		X		
		<b>Disponibilidad de recursos (Recursos Humanos, Recursos financieros)</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
7	7	Las personas que te pueden ayudar a alcanzar tus metas deseadas están:	X		X		X		
8	8	El dinero que te permitiría alcanzar tus metas está	X		X		X		

actualmente:		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
	<b>Fuerza de motivación (Grado de motivación para realizar los planes)</b>								
9	Las ganancias que tienes actualmente para realizar tus planes personales son:	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	
10	La posibilidad de hacer algo importante, útil o provechoso para ti es:	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	



Observaciones (precisar si hay suficiencia):

---



---



---

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable (X)

Aplicable después de corregir ( )

No Aplicable ( )

Apellidos y nombres del juez validador: *Cahuana Mendoza, Rocio Luz*

DNI: *70019571*

Especialidad del validador: *Psicología Clínica*

**Pertinencia** : El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

**Relevancia** : El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

**Claridad** : Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

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

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos.



Huancayo *15* de Febrero del 2022

Nombres y Apellidos: *Rocio Luz Cahuana Mendoza*  
DNI: *70019571*



FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 04 de Febrero del 2022

Estimado (a) señor (a): Psic. Rocio Luz Cahuana Mendoza

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento: Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurso a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información- para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradezco su valioso aporte y cooperación.

Atentamente,

María Claros Astete

DNI. 41211639

## CRITERIO DE JUECES

Nombre y Apellido del Experto: Rocío Luz Caluana Mendoza  
 Título Profesional : Licenciada en Psicología  
 Especialidad : Psicología Clínica  
 Años de experiencia : 7 años  
 Institución en la que labora : Clínica Psicológica Buen Día  
 Post Grado : .....  
 Otros Méritos : .....

En resumen, ¿Cuál es su opinión sobre el instrumento?

1 Adecuado  2. Medianamente adecuado  3. Inadecuado

Observaciones:

.....

.....



PSICÓLOGA CLÍNICA  
C.Ps.F. 23041

Nombres y Apellidos: Rocío Luz Caluana Mendoza  
 DNI. 70019571

**CONSTANCIA****JUICIO DE EXPERTO**

Quien suscribe Rocio Luz Cahuana Mendoza con Documento Nacional de Identidad N° 70019571 hago constar que realicé el juicio de experto al instrumento de Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, presentado por la estudiante de la Universidad Continental, Facultad de Humanidades de la Escuela Académica Profesional de Psicología: Claros Astete, María.

Huancayo, 15 Febrero del 2022



Nombres y Apellidos: Rocio Luz Cahuana Mendoza  
DNI. 70019571

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: RESILIENCIA**

N° ítems	COMPETENCIA PERSONAL Perseverancia	Pertinencia 1		Relevancia 2		Claridad 3		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		
2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	X		X		X		
3	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X		
4	Tengo autodisciplina.	X		X		X		
5	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X		
6	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		Algunas veces hago las cosas que no quiero.
7	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X		
	<b>COMPETENCIA PERSONAL</b> Confianza en sí mismo	Si	No	Si	No	Si	No	
8	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		Siento que puedo manejar varias cosas que me preocupan.
10	Soy decidida.	X		X		X		
11	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
12	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	X		X		X		

13	18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X						X				
14	24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	X						X				
		<b>COMPETENCIA PERSONAL:</b>	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No			
		<b>Sentirse bien sólo:</b>											
15	3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X						X				
16	5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X						X				
17	19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	X						X				
		<b>ACEPTACIÓN DE UNO MISMO Y DE LA VIDA</b>	<b>Pertinencia 1</b>		<b>Relevancia 2</b>		<b>Claridad 3</b>						
		<b>Ecuanimidad:</b>	Si	No	Si	No	Si	No					
18	7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X						X				
19	8	Soy amigo de mí mismo.	X						X				
20	11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	X						X				
21	12	Tomo las cosas una por una.	X						X				
		<b>ACEPTACIÓN DE UNO MISMO Y DE LA VIDA</b>	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No			
		<b>Satisfacción personal:</b>											
22	16	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	X						X				
23	21	Mi vida tiene significado.	X						X				
24	22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X						X				Me me lamento de las cosas que no puedo solucionar.
25	25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X						X				X



Observaciones (precisar si hay suficiencia):

---



---



---

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable ( )      Aplicable después de corregir (X)      No Aplicable ( )

Apellidos y nombres del juez validador: *Cahuana Mendoza, Rocio Luz*

DNI: *70019571*

Especialidad del validador: *Psicología Clínica.*

**Pertinencia** : El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

**Relevancia** : El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

**Claridad** : Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

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

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos.



Huancayo *15* de Febrero del 2022

Nombres y Apellidos: *Rocio Luz Cahuana Mendoza*  
DNI: *70019571*

## Anexo 9

## Base de datos

Nº	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Resiliencia	Planteamiento de metas	Posibilidad de logros	Disponibilidad de recursos	Fuerza de motivación	Proyecto de vida
1	22	24	16	38	40	140	12	12	7	8	39
2	24	24	18	42	42	150	12	12	8	8	40
3	24	24	18	42	42	150	12	12	8	8	40
4	28	26	21	49	47	171	15	11	10	8	44
5	28	28	18	46	49	169	15	13	8	10	46
6	22	16	9	26	28	101	4	11	6	7	28
7	24	20	18	40	40	142	11	12	8	10	41
8	19	17	13	37	29	115	7	10	7	8	32
9	25	22	14	37	38	136	12	9	7	8	36
10	23	18	17	37	41	136	13	13	8	8	42
11	21	18	18	34	36	127	10	11	5	9	35
12	17	12	19	35	37	120	13	10	4	8	35
13	22	25	19	40	39	145	10	13	10	9	42
14	24	24	18	42	42	150	12	12	8	8	40
15	24	23	20	43	43	153	14	13	8	10	45
16	25	23	17	42	40	147	12	13	8	10	43
17	18	19	19	41	39	136	12	11	8	9	40
18	16	23	19	44	41	143	12	15	6	7	40
19	21	17	15	34	37	124	10	12	9	6	37
20	22	22	18	36	41	139	12	11	8	8	39
21	16	19	16	40	32	123	8	10	7	8	33
22	13	16	16	42	37	124	9	11	9	9	38
23	28	24	21	47	44	164	13	14	10	10	47
24	26	25	21	45	29	146	13	10	10	9	42
25	25	26	19	43	42	155	14	10	9	8	41
26	22	21	21	49	47	160	15	12	7	10	44
27	14	18	14	29	33	108	9	8	7	7	31
28	23	23	19	43	35	143	11	10	6	7	34
29	22	11	9	26	14	82	7	8	5	4	24
30	21	20	17	38	37	133	11	11	8	8	38
31	20	18	19	30	40	127	8	10	8	8	34
32	14	16	20	27	35	112	7	10	6	9	32
33	25	27	20	49	45	166	10	12	10	9	41
34	22	23	13	25	30	113	7	10	8	6	31
35	9	23	15	34	36	117	9	10	7	6	32
36	27	19	18	40	40	144	11	11	6	8	36
37	15	14	18	38	36	121	9	12	6	5	32
38	27	26	21	48	45	167	13	15	8	10	46
39	21	15	11	25	27	99	8	10	6	7	31
40	18	16	20	32	36	122	10	10	7	7	34
41	24	25	18	42	42	151	15	12	7	9	43
42	20	19	13	35	36	123	6	9	7	9	31



43	26	26	21	46	49	168	14	15	10	10	49
44	18	18	21	32	42	131	9	12	8	7	36
45	23	17	17	43	40	140	13	14	8	10	45
46	25	22	16	46	44	153	14	10	9	9	42
47	16	18	17	31	32	114	9	10	8	6	33
48	23	23	18	42	43	149	10	13	6	9	38
49	22	22	11	36	40	131	11	14	6	9	40
50	25	23	20	43	39	150	13	14	7	9	43
51	25	21	18	47	41	152	12	15	7	9	43
52	25	21	19	44	39	148	12	10	8	8	38
53	22	25	17	37	38	139	10	12	8	8	38
54	19	19	16	40	35	129	12	10	7	8	37
55	18	20	15	37	36	126	11	10	7	8	36
56	28	27	21	39	44	159	13	14	10	10	47
57	19	22	18	45	40	144	14	14	7	8	43
58	10	17	12	33	31	103	10	7	7	8	32
59	20	23	17	39	37	136	8	9	8	6	31
60	14	21	18	35	37	125	7	10	9	6	32
61	24	22	20	46	32	144	14	14	9	9	46
62	28	27	20	49	49	173	15	15	8	10	48
63	24	24	18	42	42	150	12	12	8	8	40
64	16	22	18	44	35	135	13	13	6	8	40
65	16	14	13	28	26	97	8	8	6	8	30
66	24	19	14	34	34	125	8	9	9	8	34
67	20	18	18	30	35	121	8	12	7	7	34
68	25	23	21	48	46	163	15	15	6	10	46
69	22	18	19	41	40	140	11	10	6	8	35
70	23	19	19	42	41	144	11	12	8	9	40
71	22	26	18	42	44	152	11	12	7	8	38
72	23	22	18	42	36	141	14	15	8	6	43
73	27	20	20	46	45	158	10	12	6	8	36
74	17	17	19	35	38	126	8	11	4	8	31
75	24	15	12	33	30	114	11	10	6	7	34
76	22	17	18	38	35	130	10	11	7	8	36
77	27	26	19	46	39	157	11	13	8	8	40
78	20	15	15	30	35	115	9	9	7	8	33
79	22	14	20	45	42	143	14	13	7	8	42
80	20	20	12	40	39	131	11	12	5	8	36

## Anexo 10

### Instrumentos

#### ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

**INSTRUCCIONES:** En la siguiente tabla seleccione en la escala del 1 al 7 la puntuación que crea adecuada para cada ítem. El 1 representa el menor puntaje, en desacuerdo y, el 7 representa el mayor puntaje, de acuerdo. Responda según lo que usted crea personalmente.

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

## ESCALA DE EVALUACIÓN DEL PROYECTO DE VIDA

**INSTRUCCIONES:** Responde todos los ítems De acuerdo con el grado indicado en cada uno.

ÍTEMES	CALIFICACIONES				
1.- ¿Con relación a tu proyecto personal está?	1 No planeado	2 Poco planeado	3 Medianamente planeado	4 Casi planeado	5 Completamente planeado
2.- ¿Para los próximos seis meses, tu proyecto personal está?	1 No planeado	2 Poco planeado	3 Medianamente planeado	4 Casi planeado	5 Completamente planeado
3.- ¿Con respecto a una meta futura lo tienes?	1 No planeado	2 Poco planeado	3 Medianamente planeado	4 Casi planeado	5 Completamente planeado
4.- Una meta que anhelas alcanzar, a largo plazo, está: (diga en qué grado lo tiene planificado).	1 No planeado	2 Poco planeado	3 Medianamente planeado	4 Casi planeado	5 Completamente planeado
5.- La posibilidad de alcanzar tus metas educativas (estudios) actualmente es:	1 Ninguna/Nula	2 Mínima	3 Moderada	4 Casi Posible	5 Altamente Posible
6.- La posibilidad de alcanzar tus metas ocupacionales (trabajo) actualmente es:	1 Ninguna/Nula	3 Mínima	3 Moderada	4 Casi Posible	5 Altamente Posible
7.- Las personas que te pueden ayudar a alcanzar tus metas deseadas están:	1 Fuera de Alcance	3 Poco Alcanzable	3 Medianamente Alcanzable	4 Frecuentemente Alcanzable	5 Siempre al Alcance
8.- El dinero que te permitiría alcanzar tus metas está actualmente:	1 Fuera de Alcance	2 Poco Alcanzable	3 Medianamente Alcanzable	4 Frecuentemente Alcanzable	5 Siempre al Alcance
9.- Las ganas que tienes actualmente para realizar tus planes personales son los siguientes:	1 Ninguna/Nula	2 Mínima	3 Moderada	4 Alta	5 Completamente Alta
10.- La posibilidad de hacer algo importante, útil o provechoso para ti es:	1 Nada	2 Mínima	3 Moderada	4 Importante	5 Altamente Importante

## **Anexo 11**

### **Consentimiento informado**

Proyecto de investigación: “Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo-2022”. El presente estudio es conducido por María Claros Astete, Bachiller de la Universidad Continental. El objetivo de la investigación es: Determinar la relación entre la resiliencia y el proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo, Huancayo.

En función de ello, lo invitamos a participar de este estudio a través de una Encuesta virtual en google forms, que se estima tendrá una duración de 30 minutos. Su participación es absolutamente voluntaria. Todos sus datos personales se mantendrán en estricta confidencialidad.

De tener preguntas sobre su participación en este estudio, puede contactar a [mariaclarosmca@gmail.com](mailto:mariaclarosmca@gmail.com) o llamar al teléfono 942581990.

Acepta participar Si( ) No ( )

**Anexo 12****Enlace directo para la aplicación de los instrumentos a la muestra**

[https://docs.google.com/forms/d/1eVBcCLXUWKJJO4m0cZWfuSq2\\_F\\_mIJGRBQyVsry7NM\\_A/edit](https://docs.google.com/forms/d/1eVBcCLXUWKJJO4m0cZWfuSq2_F_mIJGRBQyVsry7NM_A/edit)

## Anexo 13

### Evidencia de envío del cuestionario por WhatsApp

