

UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



Resiliencia y desesperanza aprendida en pobladores del
asentamiento humano ampliación de Tiwinza - Callao

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR

Richard Huamani Huamani

ASESOR

Roger Joaquín Angulo Salas

Lima, Perú

2024

METADATOS COMPLEMENTARIOS**Datos del Autor****Autor**

Nombres	Richard
Apellidos	Huamani Huamani
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	10618909
Número de Orcid (opcional)	0000-0002-8152-1574

Datos del Asesor**Asesor**

Nombres	Roger Joaquín
Apellidos	Angulo Salas
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	71579514
Número de Orcid (Obligatorio)	0000-0001-7018-0172

Datos del Jurado**Presidente del jurado**

Nombres	Rafael Martin
Apellidos	Del Busto Bretoneche
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	07760676

Segundo miembro

Nombres	Caroline Gabriela
Apellidos	Marin Cipriano
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	47207503

Tercer miembro

Nombres	Brigida Carolina
Apellidos	Gutiérrez Zuñiga
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	09583534

Datos de la Obra

Materia*	Resiliencia psicológica, Sentimiento de Desamparo Aprendido, Población rural, Asentamiento humano
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado: Enlace	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00
Idioma	SPA - español
Tipo de trabajo de investigación	Tesis
País de publicación	PE - PERÚ
Recurso del cual forma parte(opcional)	
Nombre del grado	Licenciado en Psicología
Grado académico o título profesional	Título Profesional
Nombre del programa	Psicología
Código del programa Consultar el listado: Enlace	313016

***Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA

ACTA N° 044-2024

En la ciudad de Lima, a los ocho días del mes de Mayo del año dos mil veinticuatro, siendo las 15:45 horas, el Bachiller Huamani Huamani, Richard sustenta su tesis denominada "**Resiliencia y desesperanza aprendida en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación De Tiwinza - Callao**" para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

El jurado calificó mediante votación secreta:

- | | |
|---|----------------------|
| 1.- Prof. Rafael Martin Del Busto Bretonche | APROBADO : BUENO |
| 2.- Prof. Brigida Carolina Gutierrez Zuñiga | APROBADO : MUY BUENO |
| 3.- Prof. Caroline Gabriela Marin Cipriano | APROBADO : BUENO |

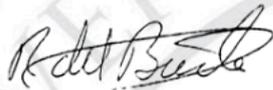
Se contó con la participación del asesor:

- 4.- Prof. Roger Joaquin Angulo Salas

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 16:48 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

APROBADO : BUENO

Es todo cuanto se tiene que informar.



Prof. Rafael Martin Del Busto Bretonche
Presidente



Prof. Brigida Carolina Gutierrez Zuñiga



Prof. Caroline Gabriela Marin Cipriano



Prof. Roger Joaquin Angulo Salas

Lima, 08 de Mayo del 2024

Anexo 2

CARTA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR DE TESIS CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO

Lima, 17 de junio de 2024

Señor,
Yordanis Enríquez Canto
Jefe del Departamento de Investigación
Facultad de Ciencias de la Salud

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis bajo mi asesoría, con título: **RESILIENCIA Y DESESPERANZA APRENDIDA EN POBLADORES DEL ASENTAMIENTO HUMANO AMPLIACION DE TIWINZA - CALLAO**, presentado por **Richard Huamani Huamani** (código de estudiante: 20091232 y DNI: 10618909) para optar el título profesional de **Licenciada en Psicología** ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 16%***. Por tanto, en mi condición de asesor(a), firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente,



Firma del Asesor (a)
DNI N°: 71579514
ORCID: 0000-0001-7018-0172
Facultad de Ciencias de la Salud

* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

RESILIENCIA Y DESESPERANZA APRENDIDA EN
POBLADORES DEL ASENTAMIENTO HUMANO
AMPLIACIÓN DE TIWINZA – CALLAO

DEDICATORIA

A Dios, por demostrarme una vez más que Nada es imposible para el que cree.

A mi Madre, hermanas y hermano que con sus ejemplos de emprendimiento y de liderazgo supieron encaminarme hacia mi desarrollo profesional.

A mi Padre, a pesar que nunca lo conocí, supe reconstruir su historia de vida por medio de las herramientas de la psicología y descubrir en él a una persona resiliente y luchador, Dios lo tenga en su gloria

AGRADECIMIENTO

A Dios, por infundirme su Espíritu en momentos de flaqueza y debilidad en la realización de esta investigación.

A Joaquín Angulo, asesor de tesis, que, con mucha dedicación, motivó al culmen de esta investigación como si también fuera parte. Gracias por la amistad.

A la comunidad del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza-Callao, en velar por mi seguridad en el tiempo de investigación.

A todas las personas que supieron brindarme su apoyo desde el inicio de la investigación hasta el término de la misma

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre la resiliencia y desesperanza aprendida en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao. Materiales y métodos: el estudio fue correlacional, de diseño no experimental, transversal y de enfoque cuantitativo. El muestreo fue no probabilístico de tipo intencional, correlacional y estuvo conformada por 200 sujetos de ambos sexos, entre 20 a 60 años de edad. Se usaron como instrumentos la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (RE) y la Escala de Desesperanza de Beck (BHS). Para el análisis descriptivo se utilizó el programa STATA versión 14. También se utilizó la prueba de Chi cuadrado que evaluó las dos variables categóricas y también para medir la relación entre las variables estudiadas. Y para las variables sociodemográficas, se utilizó la misma prueba con que estos datos se han categorizado. Resultados: Aunque no se halló relación significativa entre las variables principales, se halló relación estadística entre la resiliencia con el tipo de familia ($P=0.011$). Además, se halló que el 69.10% presentó un nivel moderado de resiliencia en la familia nuclear y un 59.09% en la familia tipo extensa. Conclusiones: No hubo relación en el objetivo principal, se encontró que existe una relación significativa entre los niveles de la resiliencia y en el tipo de familia.

Palabras Clave: Resiliencia psicológica, Sentimiento de Desamparo Aprendido, Población rural, Asentamiento humano (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: determine the relationship between resilience and despair learned in residents of the Human Settlement Expansion of Tiwinza - Callao. Materials and methods: the study was correlational, non-experimental, cross-sectional and quantitative in approach. The sampling was non-probability of an intentional, correlational type and consisted of 200 subjects of both sexes, between 20 and 60 years of age. The Wagnild and Young Resilience Scale (RE) and the Beck Hopelessness Scale (BHS) were used as instruments. For the descriptive analysis, the STATA version 14 program was used. The Chi square test that evaluated the two categorical variables was also used, and also to measure the relationship between the variables studied. And for the sociodemographic variables, the same test was used with which these data have been categorized. Results: Although no significant relationship was found between the main variables, a statistical relationship was found between resilience and family type ($P = 0.011$). Furthermore, it was found that 69.10% presented a moderate level of resilience in the nuclear family and 59.09% in the extended type family. Conclusions: there was no relationship in the main objective, it was found that there is a significant relationship between resilience levels and family type.

Keywords: Psychological resilience, Feeling of Learned Helplessness, Rural population, Human settlement (Source: DeCS).

ÍNDICE

Resumen	v
Índice	vii
Introducción	viii
Capítulo I El problema de investigación	10
1.1. Situación problemática	10
1.2. Formulación del problema	11
1.3. Justificación de la investigación	11
1.4. Objetivos de la investigación	13
1.4.1. Objetivo general	13
1.4.2. Objetivos específicos	13
1.5. Hipótesis	13
Capítulo II Marco teórico	14
2.1. Antecedentes de la investigación	14
2.2. Bases teóricas	16
Capítulo III Materiales y métodos	26
3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación	26
3.2. Población y muestra	26
3.2.1. Tamaño de la muestra	26
3.2.2. Selección del muestreo	27
3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión	27
3.3. Variables	27
3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables	27
3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos	30
3.5. Plan de análisis e interpretación de la información	33
3.6. Ventajas y limitaciones	33
3.7. Aspectos éticos	33
Capítulo IV Resultados	36
Capítulo V Discusión	42
5.1. Discusión	42
5.2. Conclusión	43
5.3. Recomendaciones	44
Referencias bibliográficas	45
Anexos	

INTRODUCCIÓN

Teniendo en cuenta el contexto que se trabajará en la investigación el asentamiento humano Ampliación de Tiwinza, que se encuentra situado en el gobierno regional del Callao. El mismo que tiene una extensión territorial aproximada de 5 mil metros cuadrados, está ubicado en la costa y por su cercanía al mar, posee un clima subtropical árido templado, este asentamiento humano se divide en 16 manzanas con 28 lotes cada una aproximadamente. También hay 12 manzanas que se han incrementado en los últimos años, pero aún no se logran ubicar formalmente en el mapa político.

Este asentamiento humano no cuenta con instituciones educativas propias, por lo que la población escolar asiste a los colegios cercanos, del cual se ubican 5 instituciones educativas nacionales (tres de gestión estatal, pero de administración privada del cual dos tienen los tres niveles de educación básica y uno de ellos solo nivel de primaria), de las dos instituciones nacionales de gestión estatal, solo uno tiene nivel primaria y secundaria y otro solo primaria. Asimismo el asentamiento humano no cuenta con infraestructuras propias que puedan ser denominados factores de protección, pero comparte con los asentamientos humanos vecinos, una plaza principal, la cual es empleada en algunas oportunidades para realizar eventos o campañas que son fomentadas por el gobierno regional, los dirigentes u otras instituciones privadas, tampoco cuentan con zonas de recreación por lo cual los niños juegan en el arenal y se exponen a diversas enfermedades respiratorias y de la piel.

Teniendo en cuenta esta realidad donde las condiciones de estos pobladores y de sus hijos son difíciles, adversas y que en muchos casos pueden encontrarse en la posición de experimentar la indefensión aprendida, la cual define Gonzales y Hernández (2012) como un estado que puede ser generado en algunos individuos que se encuentran en situaciones sobre las que no tienen control o que no pueden afrontar efectivamente y que a su vez con el tiempo puede desarrollar un estado de desesperanza, debido a la percepción de que nada de lo que hagan podrá solucionar un evento adverso o cubrirá las expectativas personales respecto al mismo. Debido a ello la resiliencia surge como un factor protector frente a dicha estado ya que como menciona Wagnild y Young (1993) es la capacidad que tienen algunas personas de superar una situación adversa en donde sea que se encuentren, siendo una característica positiva de la personalidad, lo cual permite resistir, tolerar la presión u obstáculos que cada persona atraviesa en su vida cotidiana y que puede superar dichos acontecimientos y salir fortalecido de esta situación, cumpliendo un papel vital para ellos.

Debido a lo antes mencionado la presente investigación abordó los siguientes capítulos. En el capítulo I se trabajó la situación problemática, los objetivos e hipótesis de la investigación. En el capítulo II se elaboró los antecedentes internacionales y nacionales, así como también las bases teóricas más relevantes de la investigación. En el capítulo III se trabajó los materiales y métodos de la investigación teniendo en cuenta la población, la muestra el tipo de investigación y los instrumentos a utilizar. En el capítulo IV se presentaron los resultados de la investigación. Finalmente, en el capítulo V se elaboró las discusiones teniendo en cuenta los resultados más significativos posteriormente se desarrolló las conclusiones del estudio y las recomendaciones.

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Situación problemática

Desde el nacimiento, el hombre se ha enfrentado a diferentes situaciones que le exigen habilidades y destrezas para afrontarlas. Desde aprender a caminar, hablar, socializar con los demás, hasta asumir responsabilidades en el trabajo, formar una familia o enfrentar situaciones de enfermedad o pérdida de seres queridos (Johnson, 2021). En cada etapa evolutiva, la persona se ha visto expuesta a diversas situaciones que pueden generar un impacto emocional, y que requieren de habilidades y recursos para superarlas (Smith, 2022).

En la provincia constitucional del Callao según el censo realizado el año 2017 del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2017), habitan 994 mil 494 personas, siendo el 51.2% mujeres y el 48.8% hombres. Asimismo, se halló que el 24.4% de las paredes de las casas es de madera, el 98.3% de la población cuenta con alumbrado eléctrico, el 10.4% se reabastecen de agua en pilones, el 7.4% tienen viviendas inadecuadas, el 60.2% viven en familias nucleares, el 73.6% de mujeres en el último año han sufrido algún tipo de violencia y el 11.9% ha sufrido violencia por parte de la pareja bajo los efectos del alcohol u otras drogas. Finalmente, en relación a la seguridad ciudadana, el 11.8% de casas de la provincia constitucional del Callao fueron afectadas por robo o intento de robo y el 7.1% del total nacional se ha reportado por muertes violentas en el Callao.

De esta manera y teniendo en cuenta el contexto en la que viven los pobladores de estos asentamientos humanos cabe la posibilidad de que muchos de ellos puedan desarrollar una desesperanza aprendida. Asimismo, Loftus et al. (2020) refiere que las personas al sentir que no hay algo que puedan hacer para generar un cambio en la realidad en la que viven comienzan a experimentar sentimientos de tristeza, frustración e impotencia. Es así como Alarcón, Esparza y Alarcón (2017), definen la desesperanza aprendida como "una creencia negativa y global de que no importa lo que se haga, no se puede influir en los eventos y, por lo tanto, no hay nada que se pueda hacer para cambiar una situación negativa". Asimismo, Seligman (1983) menciona que el equilibrio emocional de estas personas se ve afectado y diversos indicadores señalan la presencia de un estado de depresión y ansiedad".

De esta forma, la resiliencia se convierte en una herramienta fundamental para poder enfrentar los retos de la vida y lograr nuestras metas, ya sea en el ámbito personal, académico o laboral. Ya que como menciona Garmerzy (1991), la resiliencia es la habilidad de recuperarse de eventos negativos. Es decir, no se trata de evitar el sufrimiento o el dolor emocional, sino de tener la capacidad de recuperarse y continuar adelante a pesar de estos obstáculos.

De igual forma Fergus y Zimmerman (2005), menciona que la resiliencia es la capacidad de sobrellevar los efectos negativos de la exposición al riesgo, es decir, la habilidad de enfrentar de manera exitosa las situaciones más traumáticas y prevenir las trayectorias negativas vinculadas con el riesgo. En otras palabras, la resiliencia implica

no sólo la capacidad de afrontar las adversidades, sino también de aprender y crecer a partir de ellas.

Teniendo en cuenta lo antes expuesto es fundamental investigar la relación de estas dos variables, ya que estos conceptos psicológicos pueden estar conectados considerablemente en el bienestar de las personas. Por ello, la presente investigación intentará determinar la relación entre la resiliencia y desesperanza aprendida en pobladores del asentamiento humano Ampliación de Tiwinza – Callao.

1.2. Formulación del problema

Problema general

Debido a la problemática expuesta, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué relación existe entre la resiliencia y desesperanza aprendida en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao?

Problemas específicos

1. ¿Cuáles son las características de la resiliencia en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao?
2. ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y los datos sociodemográficos en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao?
3. ¿Cuáles son las características de la desesperanza aprendida en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza - Callao?,
4. ¿Cuál es la relación entre la desesperanza aprendida y los datos sociodemográficos en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao?

1.3. Justificación de la investigación

Es interesante destacar que estos experimentos de Seligman fueron pioneros en la investigación de la resiliencia y la desesperanza aprendida, y han llevado a un mayor entendimiento sobre cómo estas dos variables afectan el comportamiento humano. Además, estos estudios demostraron que la resiliencia no es un rasgo innato o algo que se posee o no, sino que es una capacidad que puede ser desarrollada a través del aprendizaje y la práctica. En los diversos experimentos que realizó Martin Seligman, se evidenciaron que hubo personas, que no se rindieron y que siguieron luchando hasta conseguir sus objetivos. En sus estudios, una de cada tres personas a las que se trataba de inculcar la desesperanza, no llegaron a sucumbir; además se dieron cuenta que alrededor del 10% de las personas que participaron, se rendían casi de manera inmediata y abandonaban el estudio (Arias, 2016). Asimismo, estos experimentos también pusieron en evidencia la importancia del enfoque positivo en la vida, ya que los individuos que mantenían una perspectiva más optimista y enfocada en soluciones eran menos propensos a caer en la desesperanza y más capaces de superar las adversidades. Esto nos manifiesta que el desarrollo de la resiliencia no solo dependerá de la capacidad individual, sino también del entorno y de las experiencias vividas.

La resiliencia no es solo una capacidad individual, sino también una habilidad social que puede ser aprendida y cultivada en los grupos y comunidades. Los individuos que viven en comunidades resilientes tienen un mayor acceso a los recursos y apoyos necesarios para superar situaciones adversas. Según Ungar (2011), los factores que contribuyen a la resiliencia son tanto internos como externos, lo que implica que el social y cultural también desempeña un papel muy importante en el desarrollo de esta capacidad.

Por otro lado, la desesperanza aprendida es un estado de ánimo que afecta negativamente la salud psicológica y física de las personas. Cuando una persona experimenta desesperanza aprendida, puede sentirse atrapada en una situación y creer que no hay nada que pueda hacer para cambiarla. Esto puede llevar a la apatía, la depresión y la falta de motivación para buscar soluciones a los problemas.

En el contexto nacional, es importante entender cómo estos factores pueden estar asociados a la vida de las personas y cómo se relacionan entre sí. Es importante destacar que los talleres y técnicas de intervención psicológica no solo beneficiarán a los participantes del estudio, sino que también tendrán un impacto en la comunidad en general. Al mejorar los niveles de resiliencia y reducir los niveles de desesperanza aprendida, se espera que los pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza - Callao puedan enfrentar de manera más efectiva a los desafíos y adversidades de la vida cotidiana, mejorando su bienestar emocional y su calidad de vida. Los resultados del presente estudio pueden llegar a ser útiles para diseñar intervenciones que ayuden a promover la resiliencia y prevenir la desesperanza aprendida en las poblaciones vulnerables. Además, pueden proporcionar una base para desarrollar políticas públicas y programas de atención a la salud mental que promuevan la resiliencia y prevengan la desesperanza aprendida en la población en general.

Además, al contar con una población más resiliente y con menor presencia de desesperanza aprendida, se podrían fomentar comportamientos y actitudes positivas que promuevan el desarrollo de la comunidad en diversos aspectos, como la creación de proyectos sociales, el fortalecimiento de la vida comunitaria, la participación de la comunidad y la mejora de la convivencia en general.

En conclusión, la realización de este proyecto y la aplicación de talleres y técnicas de intervención psicológica en resiliencia y desesperanza aprendida, no solo puede mejorar el bienestar emocional de los participantes, sino que también puede tener un impacto positivo en la comunidad en general, fomentando el desarrollo social y mejorando la calidad de vida de los pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la resiliencia y desesperanza aprendida en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.

1.4.2. Objetivos específicos

1. Identificar las características de la resiliencia en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.
2. Describir las dimensiones de desesperanza aprendida en los pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.
3. Determinar la relación entre la resiliencia y los datos sociodemográficos en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.
4. Determinar la relación entre los niveles de desesperanza aprendida y los datos sociodemográficos en los pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.

1.5.Hipótesis

Hipótesis general:

- H1: Existe relación entre la resiliencia y desesperanza aprendida en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.
- H0: No existe relación entre la resiliencia y desesperanza aprendida en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.

Hipótesis específicas:

- HE1: Existe relación entre los niveles de la resiliencia y los datos sociodemográficos en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.
- HE0: No existe relación entre los niveles de la resiliencia y los datos sociodemográficos en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.
- HE2: Existe relación entre los niveles de desesperanza aprendida y los datos sociodemográficos en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.
- HE0: No existe relación entre los niveles de la desesperanza aprendida y los datos sociodemográficos en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Antecedentes internacionales

En el ámbito internacional, tenemos que González et al. (2019) en su investigación sobre “Resilience and academic outcomes: The role of social support, ethnic identity, and resilience in predicting academic success among Latino college students”, utilizó un diseño de investigación correlacional para examinar las relaciones entre la resiliencia, el apoyo social, la identidad étnica y el éxito académico entre los estudiantes universitarios latinos. Se recopilaron datos mediante cuestionarios en línea que incluyeron medidas de resiliencia, apoyo social, identidad étnica y rendimiento académico. La muestra incluyó a 251 estudiantes latinos de una universidad en el oeste de los Estados Unidos. Los datos se analizaron utilizando análisis de regresión múltiple para examinar las asociaciones entre las variables medidas, los resultados mostraron que la resiliencia y el apoyo social se relacionan de manera positiva con el éxito académico, mientras que la identidad étnica no tuvo una relación significativa, además que se encontró que la resiliencia mediaba parcialmente la relación entre el apoyo social y el éxito académico. La conclusión que se obtuvo es que se llega a sugerir que tanto la resiliencia como el apoyo social son factores importantes en el éxito académico de los estudiantes universitarios latinos.

Asimismo, Guimarães et al. (2018), en su investigación la cual la investigación examina los diversos factores que contribuyen a la resiliencia en adultos jóvenes y propone un modelo teórico que integra la influencia de la percepción de apoyo social, el locus de control interno y factores sociodemográficos. Los autores llegaron a realizar un estudio transversal con una muestra de 520 adultos jóvenes portugueses y encontraron que el apoyo social y el locus de control interno son factores clave para la resiliencia. Además, los autores discuten la relevancia de considerar los factores sociodemográficos al estudiar la resiliencia, los resultados demostraron que tanto el apoyo social como el locus de control interno se relacionan positivamente con la resiliencia, además que se llegó a encontrar que la edad y los niveles educativos se relacionan positivamente con la resiliencia mientras que el género no tuvo una relación significativa, y en cuanto a las conclusiones el estudio sugiere que el apoyo social y el locus de control interno llegan a ser factores importantes en la resiliencia en la adultez joven, destacando la importancia del nivel educativo en la promoción de la resiliencia.

Por otro lado, Sánchez (2016), realizó una investigación en Jaén (España) informando sobre el Papel de la resiliencia en las tentativas suicidas futuras en personas con intentos previos de suicidio en la provincia de Jaén, cuya población fueron 470 personas (207 hombres y 263 mujeres), las edades oscilan entre 18 a 71 años de edad. El procedimiento de muestreo fue no probabilístico. Los resultados de este estudio demostraron que la resiliencia se relaciona inversamente con el riesgo de futuros intentos de suicidio, es decir que se encontró que las personas con niveles más altos de resiliencia pueden actuar como un factor protector frente a los intentos de suicidio, incluso en personas con antecedentes de intentos previos y en cuanto a las conclusiones, este estudio sugiere que la resiliencia llega a ser un factor muy importante en la prevención de futuro intentos de suicidio en personas con antecedentes de intentos previos. Este estudio llega a destacar la importancia de trabajar en la mejora de la

resiliencia como parte de la estrategia de la prevención del suicidio ya que puede actuar como un factor protector, además que los resultados sugieren que la evaluación de la resiliencia puede ser útil para identificar a aquellos que tienen un mayor riesgo de intentos futuros de suicidio lo que puede ayudar a enfocar los esfuerzos de prevención de manera más efectiva.

Antecedentes Nacionales

En el entorno nacional tenemos que Benites et al. (2020) en el artículo "Resiliencia en los estudiantes universitarios de Lima, Perú: estudio exploratorio", enfatiza en analizar el grado de resiliencia de los universitarios de Lima, Perú, así como la conexión con los factores sociodemográficos y académicos. Estos autores aplicaron la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson a una muestra de universitarios de diversas facultades y especialidades en Lima, y también recopilaron información sobre factores como la edad, el género, el nivel socioeconómico y el rendimiento académico. Los resultados de esta investigación indicaron que los universitarios de Lima presentan niveles moderados de resiliencia, y que esta se relaciona de manera positiva con el rendimiento académico y la satisfacción con la vida. Además, se llegó a encontrar que los estudiantes de mayor edad y aquellos que trabajan mientras estudian presentan un alto nivel de resiliencia. Los autores logran destacar la importancia del promover la resiliencia entre los universitarios, ya que esta puede ser una herramienta muy útil para poder enfrentar los diversos desafíos académicos y personales que puedan aparecer durante la carrera universitaria. También sugieren que se deben considerar factores como la edad y el trabajo mientras se diseñan programas para mejorar la resiliencia de los estudiantes universitarios.

Asimismo, Vega-Dienstmaier et al. (2018) en la investigación sobre Desesperanza aprendida y su relación con los trastornos de ansiedad en una muestra de estudiantes de universidad de Lima, Perú se enfoca en explorar la relación entre la desesperanza aprendida y los trastornos de ansiedad en una muestra de estudiantes de universidad de Lima, Perú. Esta investigación se llegó a realizar con una muestra de 256 estudiantes de universidad de diversas especialidades de una universidad en Lima. Los participantes realizaron una serie de cuestionarios que evaluaban su nivel de desesperanza aprendida, trastornos de ansiedad y síntomas de depresión. Los resultados de esa investigación demostraron que había una asociación significativa entre la desesperanza aprendida y los trastornos de ansiedad en los universitarios de Lima. Los estudiantes que llegaron a reportar los niveles más altos de desesperanza aprendida también tuvieron niveles más elevados de trastornos de ansiedad. Además, los resultados demostraron que la desesperanza aprendida estaba significativamente relacionada con los síntomas de depresión en los estudiantes universitarios. Los autores de este estudio concluyeron que la desesperanza aprendida puede ser un factor importante en el incremento de los trastornos de ansiedad en los universitarios de Lima, y que llega a ser importante el abordar la desesperanza aprendida en el tratamiento de estos trastornos. También sugieren que llega ser importante considerar la depresión como un factor asociado a la desesperanza aprendida en estos estudiantes.

De igual manera, Ríos et al. (2017) en su de investigación las Depresión y desesperanza aprendida en estudiantes universitarios peruanos mencionan que la investigación se realizó con una muestra de 188 estudiantes universitarios de diferentes universidades de Lima, en la que los participantes completaron una serie de cuestionarios que evaluaban

su nivel de desesperanza aprendida, depresión y apoyo social. Los resultados del estudio mostraron que había una asociación significativa entre la desesperanza aprendida y la depresión en los estudiantes universitarios peruanos. Los estudiantes que reportaron niveles más altos de desesperanza aprendida también desarrollaron más altos de depresión. Además, estos resultados demostraron que el apoyo social estaba significativamente relacionado con niveles más bajos de desesperanza aprendida y depresión en los estudiantes, concluyendo que la desesperanza aprendida puede ser un factor importante en la depresión de los estudiantes universitarios, y que es importante abordar la desesperanza aprendida en el tratamiento de la depresión en esta población. También sugieren que el apoyo social puede ser un factor protector contra la desesperanza aprendida y la depresión en los estudiantes universitarios.

Y por último tenemos a Saavedra et al. (2017) en su investigación el sobre Desesperanza aprendida y su relación con la salud mental en adolescentes peruanos se enfoca en evaluar la relación entre la desesperanza aprendida y la salud mental en adolescentes peruanos. La investigación se realizó con una muestra de 389 adolescentes de entre 13 y 18 años de diferentes colegios de Lima. Los participantes llegaron a completar una serie de cuestionarios que evaluaban su nivel de desesperanza aprendida, salud mental y autoestima. Los resultados de este estudio mostraron que había una asociación significativa entre la desesperanza aprendida y la salud mental en los adolescentes peruanos. Los adolescentes que reportaron un nivel más alto de desesperanza aprendida también tuvieron niveles más bajos de salud mental. Además, los resultados demostraron que la desesperanza aprendida estaba significativamente relacionada con los niveles más bajos de autoestima en los adolescentes. Los autores de esta investigación concluyeron que la desesperanza aprendida puede ser un factor muy importante en la salud mental de los adolescentes peruanos, y que es importante abordar la desesperanza aprendida en el tratamiento de los trastornos de salud mental en esta población. También sugieren que es importante considerar la autoestima como un factor asociado a la desesperanza aprendida en estos adolescentes.

2.2. Bases teóricas

RESILIENCIA

Definición de Resiliencia

El psiquiatra infantil, Michael Rutter (1985), cogió este vocablo de la física, y lo explica como la habilidad de un objeto para soportar ser flexible, resistente y mantener su estado original. El autor define la resiliencia como esa capacidad de poder superar, desarrollar, fortalecerse y de incluso tener éxito a pesar de las dificultades que pueda estar atravesando las personas, este concepto se aplica a las personas que a pesar de haber nacido y vivir en situaciones de alto riesgo, han logrado desarrollar psicológicamente de forma saludable y exitosa.

Algunas personas piensan en la resiliencia como una cualidad personal que ayuda a las personas a afrontar mejores situaciones estresantes y a adaptarse a nuevas circunstancias, según la descripción dada por Wagnild y Young (1993). Las personas que muestran valentía y resiliencia frente a las dificultades a menudo tienen este rasgo,

que podría indicar fortaleza y robustez emocional. El autor también aporta una segunda definición que profundiza más en la frase.

La resiliencia es la capacidad de resistir y tolerar la presión y los obstáculos y, aun así, hacer las cosas correctas y bien hechas cuando todo parece estar en nuestra contra. Esta palabra también se usa para describir a las personas que demuestren valentía y capacidad de acomodación frente a los infortunios de la vida. (Wagnild y Young, 1993).

Según Ungar (2015), la resiliencia se define como un desarrollo activo y polifacético que involucra la capacidad de las personas y los sistemas para adaptarse y reaccionar de manera efectiva a los diversos percances. El autor enfatiza que la resiliencia no se limita a la habilidad de superar los infortunios, sino que también incluye la habilidad de aprender y crecer a partir de estas experiencias. Ungar también enfatiza la importancia de considerar la resiliencia desde una perspectiva más integral, es decir, teniendo en cuenta no solo las características individuales de las personas, el autor subraya que la resiliencia no se refiere solo a la habilidad de superar los percances sino también al contexto social y cultural en el que las personas viven. Según Ungar la resiliencia se incrementa mediante la relación entre el individuo y su contexto y esta influenciada por una diversidad de factores como el apoyo social, la cultura y las políticas públicas. El autor resalta que la resiliencia no es algo estático o innato, sino que puede ser cultivado y fortalecido a través de las vivencias y la interacción con el medio ambiente. En este sentido, la resiliencia no solo se trata de superar la adversidad, sino también de desarrollar habilidades y recursos que permitan a los individuos y los sistemas adaptarse y responder de manera efectiva a situaciones desafiantes.

Del mismo modo Extremera (2017), Menciona que la resiliencia llega a ser una actitud que es alimentada por las diversas características propias del ser humano, un directivo líder con resiliencia conoce (área cognitiva), hace (área conductual) y es (área emocional). Por lo tanto, es un líder crítico y transformacional, en la que adapta sus funcionalidades al contexto educativo y llega a considerar los diversos retos que se le presenta como nuevas oportunidades para crecer, desarrollarse y mejorar.

Según Masten (2021), la resiliencia es catalogada como la capacidad de adaptación positiva frente a lo adverso. La autora destaca que la resiliencia es un proceso de movimiento y multifacético que puede involucrar tanto elementos internos como externos. Además, señala que la resiliencia no se trata solo de superar la adversidad en un momento específico, sino de desarrollar habilidades y recursos que permitan a las personas adaptarse, prosperar a pesar de ella y crecer a lo largo del tiempo.

Mientras que Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick, & Yehuda, (2014) definen la resiliencia como la habilidad de reponerse de los percances, adaptarse bien al cambio y continuar funcionando con un alto nivel de competencia psicológica y física. Esta definición implica no solo la habilidad de recuperación luego de una fuerte experiencia, sino también la capacidad de adaptarse y seguir funcionando en un nivel óptimo en situaciones desafiantes. La resiliencia se considera una construcción dinámica que se desarrolla mediante la interacción de factores particulares, ambientales y culturales.

Y por último Salgado (2005) define la conducta resiliente como la capacidad de prepararse, vivir y aprender de experiencias negativas, las situaciones como el mudarse de residencia, enfrentar una enfermedad o experimentar el abandono son ejemplos de este proceso que las diversas situaciones adversas son cambiantes, lo que a su vez demanda o exige cambios en las conductas resilientes.

Modelo teórico de la Resiliencia de Gail M. Wagnild y Heather M. Young

Para Gail M. Wagnild y Heather M. Young (1993) la resiliencia puede entenderse como una cualidad de la personalidad que mitiga los efectos adversos del estrés y promueve la adaptación lo cual implica una fuerza o resistencia emocional. Este termino se emplea para describir a individuos que exhiben valentía y habilidad de adaptación frente a los desafíos de la vida.

También se menciona que la resiliencia es una cualidad positiva de la personalidad que posee la capacidad de resistir y tolerar la presión, los obstáculos y aun así, realizar las acciones correctas incluso cuando parece que todo está en contra nuestra.

Además, en el ámbito de la psicología, la resiliencia se define como la capacidad de una persona para realizar acciones e manera efectiva a pesar de las condiciones adversas del a vida, superar las frustraciones y salir de ellas victoriosos y transformados.

Las autoras, Gail M. Wagnild y Heather M. Young (1993) consideran dos factores en función a su teoría:

Factor I: Denominado competencia personal, se distingue por la autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poder ingenio y perseverancia.

Factor II: Este estado, que también se conoce como "aceptación de la vida", se define por ser capaz de adaptarse a nuevas situaciones con facilidad, mantener un equilibrio constante y estar abierto a nuevas experiencias.

Además, señalan que estos factores representan las siguientes características de la resiliencia:

A) Ecuanimidad

Se llega a definir como la capacidad de mantener una perspectiva equilibrada sobre la propia vida y experiencias, implica la habilidad de contemplar un amplio rango de vivencias y de esperar tranquilamente, así como de aceptar las diversas circunstancias tal como se presentan, lo que permite moderar respuestas extremas frente a la adversidad.

B) Perseverancia

Se define como la acción de persistir a pesar de la adversidad o desaliento, implica un firme deseo de seguir luchando y construyendo a pesar de los obstáculos, manteniéndose comprometido y practicando la autodisciplina.

C) Confianza en sí mismo

Se define como la creencia que tiene las personas en sus propias capacidades y habilidades que tiene, también implica la capacidad de depender de uno mismo y reconocer tanto las fortalezas sino también las propias limitaciones.

D) Satisfacción personal

Se refiere a entender que la vida de la persona humana tiene un sentido, y a examinar las mismas contribuciones.

E) Sentirse bien solo

Implica comprender que el camino de vida de cada persona es único, aunque compartamos algunas experiencias similares. Hay momentos en los que debemos de enfrentar ciertas situaciones de manera particular y sentirse bien en esas situaciones nos brinda un sentido de libertad y nos hace sentir únicos. Wagnild y Young (1993).

Importancia de la Resiliencia

Para desarrollar estrategias de intervención, es necesario tener una comprensión firme del concepto de resiliencia, sostiene Werner (1989). La intervención clínica, desde la perspectiva de este autor, es un intento de ayudar al individuo a lograr estabilidad frente a circunstancias que lo hacen vulnerable.

Además, las familias en contextos de alto riesgo deben ser resilientes, como sostiene Baldwin (1992). Baldwin enfatiza que la iglesia, como sistema de apoyo social, ayuda a mejorar las prácticas de crianza y proporciona influencias de pares que promueven los valores familiares. Como resultado, la iglesia se convierte en una parte importante del progreso para mejorar.

DESESPERANZA APRENDIDA

Definición de Desesperanza Aprendida

La capacidad de un organismo para aprender, percibir y creer que su respuesta previa fue efectiva disminuye después de experimentar un evento traumático sobre el cual no tenía control, según los postulados de Martin Seligman (1983). Varios signos apuntan a la existencia de un estado depresivo y ansioso, y el autor señala que el equilibrio emocional está alterado.

Del mismo modo, el concepto de desesperanza ha sido abordado desde la psicología existencial, en la cual hay autores como Viktor Frankl (1997), en la que sostiene que experimentar un sentido en la propia vida se convierte en la fuerza motivacional

primordial del hombre y una condición para alcanzar la auto realización personal. Una vez más, se destaca la importancia de un individuo proactivo que, a partir de sus experiencias, determina como percibe y otorga significado a su vida. Así la experiencia de encontrar un sentido se relaciona positivamente con la percepción y vivencia de la libertad, la responsabilidad y la autodeterminación, el logro de metas vitales, una visión optimista de la vida, el futuro, de uno mismo y la autorrealización.

Briñol, Petty y McCaslin (2015), la desesperanza aprendida se puede define como una creencia de que no importa lo que se haga, el resultado será el mismo y no se podrá cambiar. Esta creencia se desarrolla a través de experiencias repetitivas de fracaso, donde la persona se siente incapaz de controlar o influir en el resultado. La desesperanza aprendida puede llevar a la disminución de la motivación y la persistencia, lo que puede influir negativamente en el éxito futuro de la persona. En este estudio, la desesperanza aprendida se considera un factor que influye en las reacciones cognitivas y afectivas a los éxitos y fracasos.

Hirsch, Visser, Chang, & Jeglic (2012) investiga la relación entre raza, género, discriminación y desesperanza entre adultos jóvenes en proceso de desarrollo. Los autores definen la desesperanza como un estado cognitivo negativo caracterizado por la creencia de que los objetivos de uno son inalcanzables y que no hay posibilidad de cambio. El estudio explora cómo las experiencias de discriminación, basadas en la raza y el género, pueden exacerbar los sentimientos de desesperanza entre adultos jóvenes. Los autores sugieren que la desesperanza es un factor crítico a considerar en los esfuerzos por promover la resiliencia y reducir el riesgo de suicidio entre adultos jóvenes en proceso de desarrollo.

Y en el estudio de Alarcón, Esparza y Alarcón (2017), la desesperanza aprendida se conceptúa como una creencia negativa y global de que no importa lo que se haga, no se puede influir en los eventos y, por lo tanto, no hay nada que se pueda hacer para cambiar una situación negativa. Esta creencia se desarrolla a través de experiencias de fracaso repetitivo en situaciones donde se siente una falta de control. La desesperanza aprendida se ha relacionado con la depresión, ya que puede llevar a sentimientos de indefensión y desesperanza en relación con el futuro.

Teoría de la Desesperanza Aprendida de Martin Seligman

Martin Seligman teorizó la impotencia aprendida en los años 1970. En 1967, los investigadores Seligman y Maier y Overmier y Seligman comenzaron a estudiar la indefensión aprendida en animales.

Una de las primeras investigaciones que se realizó fue con tres grupos de perros que eran expuestos a las siguientes condiciones:

1. Sonido seguido de una descarga eléctrica.
2. Sonido seguido de una descarga que podía pararse presionando un panel con la cabeza.
3. Sonido sin descarga.

La primera parte de este estudio incluyó aplicar a los perros de los grupos 1 y 2 64 descargas eléctricas, con un sonido que indicaba el inicio de cada descarga. Cuando un perro del grupo 2 dejó de recibir una descarga, el otro perro del grupo 1 que estaba asociado con él también dejó de recibir una descarga. Después de esta primera etapa, los caninos pasaron al entrenamiento utilizando una caja lanzadera. Los animales pueden viajar libremente entre las dos mitades de estas cajas, que se utilizan para investigar el aprendizaje de evitación.

Luego de diez segundos de estar dentro de la caja, se le dio una descarga eléctrica. Entonces se produjo un sonido. En particular, sólo un tercio de los perros del grupo 1 pudieron aprender a evitar las descargas eléctricas, pero casi todos los cachorros de los grupos 2 y 3 lo lograron. Las luchas de los perros por adquirir una conducta de evitación fueron resultados claros de su exposición a shocks impredecibles; incluso en raras ocasiones lograron cruzar la caja de transporte. Estos hallazgos inesperados impulsaron una mayor investigación sobre la idea de la desesperación, que demostró que tenía impactos comparables en humanos y otros animales (como ratas, peces y gatos).

La Desesperanza aprendida: raíces de la desesperanza

En la investigación de Lavoie, Douglas y Schryer (2018), se identificó que las raíces de la desesperanza aprendida entre los estudiantes universitarios eran las creencias negativas sobre la capacidad de cambio. Los resultados de esta investigación indicaron que los estudiantes universitarios que tenían creencias negativas sobre su capacidad para cambiar su vida tenían mayores niveles de desesperanza aprendida. Además, el estudio encontró que la baja autoeficacia y la baja autoestima también se asociaron con mayores niveles de desesperanza aprendida en los estudiantes universitarios.

Asimismo, Chen, Liu y Li (2017), se exploró la relación entre la exclusión social y la desesperanza aprendida utilizando la técnica de potenciales evocados relacionados con eventos (ERP). Los resultados sugieren que la exclusión social puede ser una de las raíces de la desesperanza aprendida. En este estudio, las personas que participaron, experimentaron exclusión social mostraron una mayor respuesta ERP asociada con la desesperanza aprendida en comparación con los participantes que no experimentaron exclusión social. Estos resultados sugieren que la exclusión social puede ser una experiencia emocional negativa que promueve la desesperanza aprendida. Además, los autores sugieren que la exclusión social puede reducir la autoeficacia y la autoestima, lo que a su vez puede aumentar la desesperanza aprendida.

En la investigación de Ruiz-Aranda, Salguero, Fernández-Berrocal, Palomera y Cangas (2017), se identificó que las raíces de la desesperanza aprendida son la percepción de estrés y la falta de algún tipo de apoyo social. Los resultados de la investigación indicaron que la percepción de estrés se asociaba con mayores niveles de desesperanza aprendida, y que esta relación era más fuerte en personas con un bajo nivel de apoyo social. Además, el estudio encontró que el apoyo social moderaba la relación entre la percepción de estrés y la desesperanza aprendida, sugiriendo que la presencia de apoyo social puede lograr reducir los efectos del estrés en la desesperanza aprendida.

Mientras que Arias (2016) manifiesta que la resiliencia determinará si caemos o no en el sentimiento de desesperanza, o si nos resistimos más a él. Esto nos lleva a dirigir nuestra atención hacia la infancia, momento de suma importancia para el desarrollo de muchas de nuestras capacidades y habilidades. Debido a esta explicación, el autor nos da a entender que los orígenes de la resiliencia se encuentran en la niñez, ya que en esta etapa se da la formación de la misma para el afronte de situaciones adversas del futuro.

Martin Seligman (citado en Arias, 2016) hizo referencia a la inmunización en sus experimentos e investigaciones con animales.

Si los perros aprendían desde una edad temprana que sus acciones siempre tendrán consecuencias, se volvían inmunes a la desesperanza aprendida en el futuro. Estos perros se sentían tan seguros que incluso llegaban a ayudar a otros animales indefensos a salir de los lugares donde recibían las descargas eléctricas.

En el ser humano, los niños comienzan a relacionarse con su entorno desde muy temprana edad, explorando y aprendiendo mediante ensayo y error como superar los desafíos que encuentran a su paso. Algunos padres apoyarán a sus hijos para que comprendan que sus acciones son efectivas para manejar su mundo desde el momento en el que nacen. Los alentarán a intentar hacer las cosas por sí mismos y los acompañarán en sus errores. Por otro lado, otros padres podrían hacer que sus hijos crean que sus esfuerzos podrían ser inútiles, no atenderán a sus necesidades, no les permitirán tomar decisiones ni cometer errores. Los primeros fomentan y desarrollan resiliencia mientras que los segundos pueden llevar a sus hijos hacia la desesperanza. (Arias, 2016).

Del mismo modo Kim, Lee y Chun (2015), se identificó que las raíces de la desesperanza aprendida entre los estudiantes universitarios eran las experiencias negativas repetidas, específicamente el estrés asociado con la vida universitaria. Los resultados del estudio indicaron que los estudiantes universitarios que experimentaron más eventos estresantes durante su primer año de estudio tenían mayores niveles de desesperanza aprendida.

Y por último Chang, Sanna, Hirsch, Jeglic, & Fabian, (2015), este estudio examinó el papel de la desesperanza aprendida en la relación entre el perfeccionismo y la tendencia al suicidio en una muestra de estudiantes universitarias. Los resultados sugieren que el perfeccionismo y la desesperanza aprendida son factores de riesgo significativos para la tendencia al suicidio en las estudiantes universitarias. Los autores argumentan que las raíces de la desesperanza aprendida pueden ser el perfeccionismo y la autocrítica excesiva, que son factores que pueden conducir a una percepción de falta de control y a la creencia de que nada se puede hacer para cambiar una situación difícil. Además, la desesperanza aprendida puede ser el resultado de las experiencias previas de fracaso y de la percepción de falta de poder controlar esas situaciones.

La Desesperanza Aprendida versus la Resiliencia

Según Santamaría, & Pérez, (2019). Los resultados arrojaron que la resiliencia se relaciona negativamente con la desesperanza aprendida, es decir, a medida que la resiliencia aumenta, la desesperanza aprendida disminuye. Además, se encontró que las mujeres habían presentado niveles más altos de resiliencia y desesperanza aprendida en comparación con los hombres. Los autores sugieren la necesidad de intervenciones que fortalezcan la resiliencia en poblaciones desplazadas y reduzcan la desesperanza aprendida como una forma de promover la adaptación y el bienestar psicológico en contextos de vulnerabilidad.

El estudio de Cervantes y Jorgensen (2019) analiza la relación entre la resiliencia y la desesperanza aprendida en madres latinas. Los resultados indicaron que la resiliencia y la desesperanza aprendida se relacionan negativamente, lo que sugiere que cuanto mayor sea la resiliencia de una madre, menor será su tendencia a experimentar desesperanza aprendida. Además, los hallazgos sugieren que la resiliencia es un factor importante en la forma en que las madres latinas manejan el estrés y las dificultades de la vida. El estudio también destacó la importancia de tener en cuenta la cultura y la comunidad en la comprensión de la resiliencia y la desesperanza aprendida en las poblaciones latinas. En general, los resultados de esta investigación llegan a apuntar a la importancia de apoyar y fortalecer la resiliencia en las madres latinas para mejorar su capacidad para lograr enfrentar y superar los desafíos de la vida.

Mientras que Joo et al. (2019), encontraron que la desesperanza aprendida se llega a relacionar de manera positiva con la depresión en estudiantes universitarios. Además, se encontró que la resiliencia se relaciona negativamente con la depresión. Lo interesante es que los resultados indican que la resiliencia modera la relación entre la desesperanza aprendida y la depresión. Es decir, que la relación entre desesperanza aprendida y depresión es más fuerte en aquellos estudiantes con bajos niveles de resiliencia, mientras que, en aquellos estudiantes con altos niveles de resiliencia, la relación entre desesperanza aprendida y depresión es más débil.

Asimismo, Vargas, & Zegarra, E. (2018). Los resultados de su investigación, mostraron una correlación negativa significativa entre la resiliencia y la desesperanza aprendida, lo que sugiere que los adolescentes más resilientes tenían menos sentimientos de desesperanza. Además, se llegó a encontrar que la resiliencia está relacionada positivamente con la edad y la escolaridad, mientras que la desesperanza aprendida estaba relacionada negativamente con estos factores. Los hallazgos sugieren que la promoción de la resiliencia puede llegar a ser una estrategia muy efectiva para la prevención de la desesperanza aprendida y así poder mejorar el bienestar de los adolescentes infractores.

Del mismo modo Liu et al. (2018), encontraron que la desesperanza aprendida se relaciona de manera positiva con la procrastinación académica en estudiantes universitarios. Además, se encontró que la resiliencia se relaciona negativamente con la procrastinación académica. Lo interesante es que los resultados también indican que la resiliencia tiene un efecto mediador en la relación entre la desesperanza aprendida y la procrastinación académica. Es decir, que la relación entre desesperanza aprendida y procrastinación académica es más débil en aquellos estudiantes con altos niveles de resiliencia, y la relación entre desesperanza aprendida y procrastinación académica es más fuerte en aquellos estudiantes con bajos niveles de resiliencia.

Mientras que Nazaré y Campos (2017), encontraron una correlación negativa significativa entre la desesperanza aprendida y la resiliencia en estudiantes portugueses. Es decir, a medida que aumentaba la desesperanza aprendida, disminuía la resiliencia. Además, también se encontró que la resiliencia moderaba la relación entre la desesperanza aprendida y la sintomatología depresiva.

Por lo tanto, González y Chiodi (2017) Sus resultados llegaron a mostrar que los niños y niñas tenían una alta capacidad de resiliencia, y que esta se desarrolló en gran parte gracias a la presencia de adultos significativos, como los docentes, que les brindaron apoyo emocional y educativo. Se concluyó que la escuela juega un papel fundamental en el desarrollo y fortalecimiento de la resiliencia en niños y niñas en situación de extrema vulnerabilidad social, y que los docentes pueden ser un factor importante en la promoción de su capacidad para superar adversidades y desarrollar habilidades para afrontar situaciones futuras.

Mientras que González-Carrasco et al. (2016) indicaron una correlación negativa significativa entre la resiliencia y la indefensión aprendida, lo que sugiere que aquellos adolescentes con niveles más altos de resiliencia presentan menos indefensión aprendida. Además, se encontró que los adolescentes que informaron haber experimentado adversidades presentaron niveles más altos de resiliencia que aquellos que no informaron haber experimentado adversidades. Estos hallazgos sugieren que la resiliencia puede llegar a ser un factor protector para prevenir la indefensión aprendida en los adolescentes, especialmente en aquellos que experimentan adversidades.

Arias (2016) nos explica algunos alcances con relación a la desesperanza aprendida y la resiliencia.

El desarrollo de la desesperación aprendida parece estar asociado con una historia de repetidos reveses al abordar muchos aspectos de la vida, junto con sentimientos de impotencia o recursos inadecuados. lidiar con sus problemas.

Sin embargo, las cosas no son tan sencillas, ya que hay quienes simplemente no se dan por vencidos pase lo que pase. Algunas personas persistieron hasta el final, incluso en los juicios de Seligman. Un tercio de los que fueron atacados en un esfuerzo por hacerlos sentir desesperados pudieron resistir. También vieron que alrededor del 10% de los participantes abandonaron de inmediato, por lo que abandonaron, como dice Arias (2016). La resiliencia es una habilidad fantástica que es crucial para esto.

En la investigación de Velotti et al. (2015) exploraron la relación entre resiliencia y desesperanza aprendida en adultos italianos. Los resultados llegaron a mostrar que la resiliencia se relaciona negativamente con la desesperanza aprendida, lo que sugiere que los individuos más resilientes tienden a experimentar menos sentimientos de desesperanza aprendida. Además, se encontró que la edad y el género se relacionaron con la resiliencia y la desesperanza aprendida, con los hombres y las personas mayores que mostraron mayores niveles de resiliencia y menor desesperanza aprendida. Este

estudio sugiere que la resiliencia es un factor de suma importancia en la prevención y el tratamiento de la desesperanza aprendida en adultos italianos.

Y por último Wang, & Chen, (2015). La investigación de estos autores, se enfocó en explorar la relación entre la resiliencia y la indefensión aprendida en estudiantes universitarios chinos. Los resultados mostraron que la resiliencia se asoció negativamente con la indefensión aprendida. Además, se llegó a encontrar que la resiliencia tenía una fuerte relación negativa con la ansiedad y la depresión. En general, los hallazgos sugieren que la resiliencia puede llegar a ser un factor protector muy importante para prevenir la indefensión aprendida y mejorar la salud mental en los estudiantes universitarios chinos.

Según Seligman, el origen de la desesperación aprendida radica en el locus de control y en cómo los individuos comunican e interpretan sus experiencias. Los pensadores que luchan contra el pesimismo a veces atribuyen las cosas malas que les suceden a factores internos (como "todo es culpa mía" o "soy un inútil"), a causas estables (como "haga lo que haga, es inútil"), o a causas generalizadas (como "siempre me pasa lo mismo").

Por lo tanto, hacer cualquier cosa sería una pérdida de tiempo a la luz de este hecho. Las personas que se sienten desesperadas probablemente hayan agotado todos sus recursos para desarrollar su resiliencia, o pueden haber nacido con cimientos débiles a partir de experiencias infantiles. Un componente clave de la resiliencia es la capacidad de crear una narrativa plausible que ofrezca una interpretación constructiva u optimista de nuestras experiencias, en contraste con las atribuciones pesimistas que mencionó Seligman.

Las personas con desesperanza aprendida poseen una baja autoestima. Suelen lanzarse una serie de frases o mensajes extremadamente negativos así mismos, la autocrítica llega a ser muy nociva y tóxica. Han llegado a aprender a autolimitarse y a descalificarse. Llegando a pensar que no podrán afrontar las diversas situaciones complicadas. Llegando a desconfiar del mundo que los rodea y sobre todo de sí mismos.

CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación

Según Hernández, Fernández y Baptista (2006), un estudio correlacional es aquel que utiliza un diseño no experimental, un esquema transversal y un enfoque cuantitativo para determinar el grado de asociación entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto dado. Este tipo de estudio se caracteriza por su capacidad para cuantificar y relacionar las variables. Un diseño no experimental, según estos autores, es aquel en el que las variables no se cambian intencionalmente, sino que se observan sus efectos sobre otras variables; esto permite ver fenómenos como los que pueden ocurrir en la naturaleza; De manera similar, diferentes tipos de diseños de investigación transversales y transeccionales indican que los datos deben recolectarse en un momento determinado.

3.2. Población y muestra

La población estaba conformada por 415 habitantes de ambos sexos, de 20 a 60 años, procedentes del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao que cumplieron los criterios de inclusión y exclusión.

3.2.1. Tamaño de la muestra

La muestra estuvo conformada por 200 pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao. Para poder calcular una proporción próxima a 50%, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error de 5.00%, en una población de 415 individuos se tomó una muestra ajustada de 200 individuos.

Fórmula:

$$n = \frac{NZ^2 P (1 - P)}{(N - 1)E^2 + Z^2 P (1 - P)}$$

Dónde:

Tamaño de la muestra	(n) = 200
Total, de la población	(N) = 500
Error máximo permitido	(E) = 0.05
Margen de confiabilidad	(Z) = 1.96

Se desconoce p (proporción) y q (complemento de q), por ello en la fórmula se les asigna el valor de 0.05 a cada uno.

3.2.2. Selección del muestreo

El tipo de muestreo fue no probabilístico de tipo intencional ya que la muestra había sido seleccionada según criterios de elegibilidad. Este tipo de muestreo permitió una cuidadosa y controlada elección de sujetos con ciertas características específicas previamente en el planteamiento del problema (Hernández Sampieri, 2006).

3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- Personas de ambos sexos
- Entre 20 a 60 años de edad.
- Personas que residan desde hace más de cuatro años en el Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao.
- Lectura y firma voluntaria del consentimiento informado.

Criterio de exclusión:

- Incapacitado para entender y firmar el consentimiento informado.
- Personas que no desean participar en el estudio
- Personas que no hayan realizado la totalidad de las encuestas

3.3. Variables

3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables

V1: Resiliencia

Definición conceptual:

Wagnild y Young (1993) ofrecieron una definición de resiliencia como un rasgo que ayuda a las personas a adaptarse a situaciones estresantes y disminuye su impacto negativo. Este rasgo se utiliza para caracterizar a quienes muestran resiliencia y valentía ante los desafíos de la vida; sugiere energía y resiliencia. Resistir, tolerar y superar presiones e impedimentos, pero aun así realizar acciones rectas y bien ejecutadas es a lo que nos referimos cuando hablamos de resiliencia. Además, es una forma de definir a las personas que son valientes y pueden cambiar sus costumbres cuando las cosas se ponen difíciles.

Definición operacional:

Para medir la Resiliencia, variable categórica, politómica ordinal, evaluada a través de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young (1993) que está categorizada en tres niveles: resiliencia alta (más de 147 puntos), resiliencia moderada (121 a 146 puntos) y resiliencia baja (menos de 120 puntos), el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. Esta escala considera dos factores: factor I: Competencia personal y factor II: aceptación de uno mismo y de la vida (Wagnild & Young, 1993). (Ver anexo N°1).

V2: Desesperanza Aprendida

Definición conceptual:

Una persona puede haber aprendido a desesperarse cuando su actitud y visión sobre sucesos futuros se vuelven completamente dinámicas, hasta el punto de moldear su conducta. (El trabajo de Overmier y Seligman en 1967).

Definición operacional:

La desesperanza aprendida, variable categórica politómica ordinal, fue evaluada a través de la escala de desesperanza de Beck (1974) Consta de 20 afirmaciones, con dos opciones de respuesta: verdadero o falso. Los ítems se califican con un punto, de tal manera que el puntaje máximo es 20 y el mínimo es 0. Tiene tres factores diferentes: factor afectivo: sentimientos sobre el futuro, factor motivacional: pérdida de motivación y factor cognitivo: expectativas sobre el futuro. Se categoriza en: riesgo bajo de cometer suicidio: 0-8 (Ninguno o mínimo: -0 a -3 y Leve: -4 a -8) y riesgo alto de cometer suicidio 9-20 (moderado -9 a -14 y severo -15 a -20). (Ver Anexo N°2).

Variables sociodemográficas:

Definición conceptual y operacional:

Sexo:

Condición orgánica, masculina o femenina, de los animales y las plantas (RAE 2014).

Sexo: Es aquel que indica el evaluado en la ficha de datos sociodemográficos. (Masculino, femenino).

Edad:

Cada uno de los períodos en que se considera dividida la vida humana (RAE 2014).

Edad: Según la que marque el poblador entrevistado.

Estado civil:

Se trata del nacimiento, nacionalidad, filiación o situación jurídica del individuo, que se documenta en el registro civil y establece los límites de la autoridad y responsabilidad que la ley reconoce a las personas (RAE 2014).

Estado civil: referente a la respuesta del entrevistado.

Lugar de residencia:

Casa o espacio físico en que se vive (RAE 2014).

Lugar de residencia: lugar que el poblador indique su vivienda.

Procedencia:

Origen, principio de donde nace o se deriva algo (RAE 2014).

Procedencia: según la respuesta del poblador entrevistado.

Religión:

La religión es un sistema de creencias y comportamientos centrados en una deidad. Abarca varios aspectos, como la reverencia o el terror, así como estándares morales sociales y personales, así como rituales, como la oración y el sacrificio, que se realizan para honrar a la deidad (RAE, 2014).

Religión: según lo que marque el poblador entrevistado.

Actividad laboral:

Acción y efecto de trabajar de manera física. (RAE 2014).

Actividad laboral: según la respuesta del poblador entrevistado.

Tipo de Familia:

Grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas por medio de un lazo común. (RAE 2014).

Familia: aquella alternativa que marca el poblador encuestado.

Nivel educativo:

Es el grado de instrucción de un sujeto por medio de la acción docente. (RAE 2014).

Nivel educativo: lo que marca el poblador encuestado.

Definición operacional

Además, se utilizó una ficha sociodemográfica para las siguientes variables:

Sexo:

variable categórica dicotómica nominal (hombre y mujer).

Edad:

categórica politómica ordinal (20 a 29 años, 30 a 39 años, de 40 a 49 años y de 50 a 60 años de edad respectivamente);

Estado civil:

categórica politómica nominal (soltero, casado, conviviente y otro);

Religión:

categórica politómica nominal (católico, evangélico y otros);

Nivel educativo:

categórica politómica ordinal (primaria, secundaria y técnico);

Tipo de familia:

categórica politómica nominal, (familia nuclear y familia extensa);

Lugar de nacimiento:

categoría dicotómica nominal (Lima y provincia);

Lugar de residencia:

categoría dicotómica nominal (Lima y provincia);

Actividad laboral:

categoría politómica nominal (dependiente, independiente, ama de casa y desempleado).

(Ver anexo N°3)

3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

Plan de recolección de datos

1. El departamento de investigación aprobó el plan de recolección de datos.
2. El comité de ética de la universidad, aprobó los materiales a ser usados en la comunidad de intervención.
3. Se estableció contacto con las diversas autoridades del asentamiento humano Ampliación de Tiwinza-Callao para que puedan informar a los pobladores sobre la realización de la investigación.
4. Se entregó una carta a los potenciales participantes para la investigación en la cual se aplicaron los instrumentos de evaluación.
5. Al aceptar la parte en el estudio, se explicó el proyecto y su importancia.
6. Para continuar con el cronograma de trabajo de investigación, se visitó este Asentamiento Humano para las aplicaciones de las pruebas. A continuación, se detallaron los pasos a seguir:
7. Se tomó los últimos 4 dígitos de su DNI para garantizar la confiabilidad de las personas a intervenir.
8. El día de la evaluación se inició comunicando a los participantes sus derechos durante la evaluación. A posteriormente, se entregó primero la ficha sociodemográfica y luego se aplicaron los cuestionarios sobre la Escala de Resiliencia (RE) y la Escala de Desesperanza de Beck (BHS) cada uno de estos estuvo identificado con un código para mantener la confidencialidad de los participantes.
9. Luego se hizo el recojo de los cuestionarios empleados, los cuales fueron y son guardados cuidadosamente para la sistematización requerida.
10. Se seleccionó los cuestionarios que estaban debidamente desarrollados a cabalidad.
11. Luego se realizó la corrección manual de ambas pruebas evaluadas y se procedió a crear la base de datos con las puntuaciones que se obtuvieron en cada una de las personas a intervenir en los cuestionarios.
12. Se creó la base de datos recolectados.
13. Finalmente se realizó el análisis estadístico correspondiente.

Instrumentos:

Escala de Resiliencia (RE). (Ver anexo 5).

En 1988, Wagnild y Young desarrollaron la Escala de Resiliencia y en 1993 hicieron más revisiones a la versión original. Con un máximo de 7 puntos por acuerdo y 1 por desacuerdo, consta de 23 preguntas evaluadas mediante una escala tipo Likert de 7 puntos. Según Wagnild y Young (1995), la resiliencia es un rasgo que ayuda a las personas a afrontar situaciones estresantes reduciendo sus efectos negativos y aumentando su capacidad de adaptación. Los participantes de la investigación calificarán cada ítem en una escala de 25 a 175 puntos, donde las puntuaciones más altas indican una mayor resiliencia. Las personas que muestran valentía y flexibilidad cuando se enfrentan a los desafíos de la vida a menudo se describen así, lo que implica fuerza emocional y de voluntad.

Wagnild y Young (1993) tienen en cuenta dos elementos: primero, está la competencia personal, que incluye rasgos como la autosuficiencia, la independencia, la resolución, el poder, la creatividad y la persistencia. Una sensación de calma ante las dificultades es indicativa del factor II, que es la autoaceptación y la aceptación de la vida en general, que a su vez representa adaptación, equilibrio, flexibilidad y una perspectiva de vida estable.

Confiabilidad

En el Perú, 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).

Validez

La validez concurrente del ER está respaldada por su fuerte correlación con evaluaciones de resiliencia bien establecidas. El estudio, en el que participaron investigadores, psicometristas y enfermeras, identificó cinco factores que contribuyen a su validez. Estos factores incluyen depresión, satisfacción con la vida, moral, salud, autoestima y percepción del estrés. La estructura interna del cuestionario se analizó mediante análisis factorial, revelando cinco factores no asociados entre sí. Se supone que la validez del contenido está presente a priori, ya que los investigadores, psicometristas y enfermeras eligieron las preguntas que mejor se ajustan a la definición de resiliencia (Novella, 2022).

Escala de Desesperanza de Beck (BHS) (Ver anexo N°6).

El pesimismo cognitivo es la base del BHS. Se proporcionan veinte afirmaciones con dos posibles respuestas. La respuesta es Verdadero o Falso. Por lo general, la aplicación demora entre 5 y 10 minutos, pero no existe una regla estricta sobre cuánto tiempo debe durar. La puntuación más alta es 20 y la más baja es 0, ya que los ítems que muestran desesperación se puntúan con un punto y los que no lo indican se puntúan con cero puntos.

Debido a que la BHS sólo puede proporcionar una estimación de la gravedad de esta variable, es crucial evaluar la salud mental del paciente de otras maneras, particularmente en los niveles de ideación depresiva y suicida. Beck y Steer (1988) ofrecieron el siguiente sistema de puntuación para ayudar con la interpretación: 0 a 3, sin síntomas ni anomalías; 4 a 8, moderado; 9 a 14, moderado; y 15-20, grave.

Confiabilidad

El instrumento posee un alfa de 0.76, al ser esta una escala dicotómica su consistencia interna fue determinada por el coeficiente Kuder-Richardson. Fórmula 20 siendo esta de 0.74 (Aliaga Tovar et al., 2006)

Validez

En lo referente a validez de constructo, se hizo un análisis de test – retest (n=100) de 0.68 en un lapso de dos semanas, la carga factorial mayor es de 0.83 y la menor de 0.46 (Aliaga Tovar et al., 2006).

3.5. Plan de análisis e interpretación de la información

Se utilizó el programa STATA versión 14 para la realización del análisis descriptivo donde se llegó a calcular los porcentajes y frecuencias para las variables categóricas: resiliencia, desesperanza aprendida y las variables sociodemográficas. También se utilizó la prueba de Chi cuadrado que llegó evaluar las dos variables categóricas, para medir la relación entre las variables estudiadas. Para las variables sociodemográficas, también se llegó a utilizar la misma prueba debido a que los datos se han categorizado. Tanto para el análisis descriptivo, así como para el correlacional se utilizó los niveles de significación estadística entre 0.05 y 0.01.

3.6. Ventajas y limitaciones

Ventajas

- Las variables utilizadas en la investigación no han sido aplicadas en el asentamiento humano Ampliación Tiwinza – Callao, puesto que los resultados obtenidos serán novedosos.
- Los instrumentos utilizados presentan validez y confiabilidad adecuados y están ajustados a la realidad peruana.

Limitaciones

- Los test utilizados fueron auto aplicados, por lo que los datos obtenidos pudieron ser falseados al estar sujetos a deseabilidad social, motivo por el cual se trató de controlar este aspecto mediante la sensibilización de la población, enfatizando el anonimato de la evaluación y de uso para fines únicos de investigación.
- Al haber usado un muestreo no probabilístico, los hallazgos no pudieron ser generalizables.

3.7. Aspectos éticos

Respeto de la confidencialidad y política de protección de datos

- La aplicación y administración de estos instrumentos usados en la presente investigación fue llevado a cabo teniendo en consideración la confidencialidad, el proteger y la no difusión de los datos personales de los participantes.
- La información que se ha recopilado, fue solo de uso accesible al investigador y al equipo de colaboradores.
- La información de los resultados de la investigación, fueron guardadas por un período de tres años, además será usada posteriormente para estudios de investigación beneficiando al mejor conocimiento sobre la resiliencia y desesperanza aprendida.
- La información de la investigación se mantendrá asegurada en estancias especiales (de acceso restringido) y en archivos informáticos con claves de seguridad.

Respeto de la privacidad

- Las personas encuestadas tuvieron la alternativa de participar en este estudio. Del mismo modo también se pudo haber retirado en cualquier momento, comunicando su decisión al investigador responsable del proyecto a realizar.
- Las personas encuestadas tuvieron el derecho a elegir la información necesaria a compartir.
- No discriminación y libre participación
- Durante el desarrollo de la investigación, no se permitió que sucedan formas de discriminación en cuanto a edad, sexo, condición educativa o lugar de residencia en el grupo de pobladores que participaron del estudio.
- No existió ningún tipo de persuasión forzada o algún estímulo para el desarrollo de la participación del estudio.

Consentimiento informado a la participación de la investigación

- Se sacó a relucir la carta de consentimiento informado, la cual da suficientes detalles sobre el estudio que se iba a realizar y cómo se manejarán los datos de manera totalmente privada y voluntaria. A cada participante en el estudio se le pidió que firmara un formulario de consentimiento informado para indicar su acuerdo de ser parte de la investigación. La ficha sociodemográfica y los instrumentos fueron suministrados con autorización informada.
- Se brindó a la población encuestada, la información adecuada de que el estudio a realizar no tendría ningún tipo de riesgo para su salud y que tampoco se le proporcionaría algún tipo de beneficio personal, pero que podrá ser útil para otras personas, investigaciones o proyectos que se podrían a realizar en un futuro (Ver Anexo 7).

Respeto por la calidad de la investigación, autoría y uso de los resultados

- Las diversas autoridades de la institución y la población participante, estuvieron informados sobre el tema de investigación y de todos los procedimientos de recolección de datos que se emplearon para la investigación.

- El estudio representa un marco teórico que se basó en la documentación científica válida y actualizada.
- Se tuvo la disponibilidad para la autoridad competente del material físico y de la base de datos que se elaboró a la revisión del proceso de recolección de información.
- Estará prohibido algún tipo de mal uso de la información como la comercialización, negociación y divulgación del contenido de los datos, ya sea parcial o total del proyecto y de los futuros resultados.
- Es de reconocimiento que al investigador se le dará el derecho de autoría del estudio y hallazgos.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

En la tabla 1 se aprecia que más del 61% de la muestra tuvo entre 20 años a 39 años de edad. La mayoría nació en el Callao (44.5%). Predominó el sexo femenino (67%), son convivientes (44%). El 61% indicó tener secundaria completa. El 94.5% tuvo más de seis años viviendo en la zona, el 89% pertenece a una familia nuclear, el 43% es laboralmente independiente.

En relación a las variables principales el 66% presentó un nivel moderado de resiliencia y el 63.5% presentó un nivel leve de desesperanza aprendida. El resto de resultados se puede observar en la tabla 1.

Tabla 1. Descripción de las variables principales y las variables sociodemográficas.

Tabla 1.		
	n	%
Edad		
20-29	61	30.5
30-39	61	30.5
40-49	40	20.0
50-60	38	19.0
Lugar nacimiento		
Callao	89	44.5
Lima	27	13.5
Provincia	84	42.0
Sexo		
Masculino	66	33.0
Femenino	134	67.0
Estado civil		
Soltero	52	26.0
Casado	50	25.0
Viudo	10	5.0
Conviviente	88	44.0

Tabla 1. Continuación

	n	%
Nivel educativo		
Primaria	58	29.0
Secundaria	122	61.0
Técnico	20	10.0
Tiempo de residencia		
4 años	11	5.5
6 o más años	189	94.5
Religión		
Católico	126	63.0
Evangélico	52	26.0
Otro	22	11.0
Tipo de familia		
Nuclear	178	89.0
Extensa	22	11.0
Actividad laboral		
Dependiente	50	25.0
Independiente	86	43.0
Ama de casa	64	32.0
Mantiene familia		
Si	116	58.0
No	84	42.0
Resiliencia		
Baja	5	2.5
Moderada	132	66.0
Alta	63	31.5
Desesperanza		
Ninguno o mínimo	64	32.0
Leve	127	63.5
Moderado	9	4.5

En la tabla 2 se puede apreciar que no existe relación estadística significativa entre la resiliencia y la desesperanza aprendida ($P= 0.21$).

Tabla 2. Relación entre resiliencia y desesperanza aprendida

Desesperanza aprendida	Resiliencia			p-valor
	Bajo n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	
Mínimo	3 (4.69)	40 (62.50)	21 (32.81)	0.21
Leve	1 (0.79)	87 (68.50)	39 (30.71)	
Moderado	1 (11.11)	5 (55.56)	3 (33.33)	

En la tabla 3 se puede apreciar que existe relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y tipo de familia ($P=0.01$). El resto de resultados se puede observar en la tabla 3

Tabla 3. Descripción de variable de la resiliencia con las variables sociodemográficas

Variable SD	Resiliencia			p-valor
	Bajo n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	
Edad				0.16
20-29	3 (4.92)	46 (75.41)	12 (19.67)	
30-39	2 (3.28)	38 (62.30)	21 (34.43)	
40-49	0	26 (65.00)	14 (35.00)	
50-60	0	22 (57.89)	16 (42.11)	

Tabla 3. continuación

	Resiliencia			p-valor
	Bajo n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	
Lugar nacimiento				0.35
Callao	2 (2.25)	53 (59.55)	34 (38.20)	
Lima	0	20 (74.07)	7 (25.93)	
Provincia	3 (3.57)	59 (70.24)	22 (26.19)	
Sexo				0.37
Masculino	3 (4.55)	41 (62.12)	22 (33.33)	
Femenino	2 (1.49)	91 (67.91)	41 (30.60)	
Estado civil				0.94
Soltero	1 (1.92)	34 (65.38)	17 (32.69)	
Casado	2 (4.00)	31 (62.00)	17 (34.00)	
Viudo	0	6 (60.00)	4 (40.00)	
Conviviente	2 (2.27)	61 (69.32)	25 (28.41)	
Nivel educativo				0.41
Primaria	0	38 (65.52)	20 (34.48)	
Secundaria	5 (4.10)	79 (64.75)	38 (31.15)	
Técnico	0	15 (75.00)	5 (25.00)	
Tiempo de residencia				0.50
4 años	0	9 (81.82)	2 (18.18)	
6 o más años	5 (2.65)	123 (65.08)	61 (32.28)	
Religión				0.45
Católico	4 (3.17)	84 (66.67)	38 (30.16)	
Evangélico	0	32 (61.54)	20 (38.46)	
Otro	1 (4.55)	16 (72.73)	5 (22.73)	

Tabla 3. continuación

	Resiliencia			p-valor
	Bajo n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	
Tipo familia				
Nuclear	5 (2.81)	123 (69.10)	50 (28.09)	0.01
Extensa	0	9 (40.91)	13 (59.09)	
Actividad laboral				
Dependiente	1 (2.00)	39 (78.00)	10 (20.00)	0.08
Independiente	2 (2.33)	48 (55.81)	36 (41.86)	
Ama de casa	2 (3.13)	45 (70.31)	17 (26.56)	

En la tabla 4 se puede apreciar que existe relación estadísticamente significativa entre la desesperanza aprendida y tipo de familia ($P=0,03$). El resto de resultados se puede observar en la tabla 4.

Tabla 4. Descripción de variable Desesperanza aprendida con las variables sociodemográficas

	Desesperanza Aprendida			p-valor
	Mínimo n (%)	Leve n (%)	Moderado n (%)	
Edad				
20-29	21 (34.43)	37 (60.66)	3 (4.92)	0.34
30-39	25 (40.98)	34 (55.74)	2 (3.28)	
40-49	10 (25.00)	29 (72.50)	1 (2.50)	
50-60	8 (21.05)	27 (71.05)	3 (7.89)	
Lugar de Nacimiento				
Callao	32 (35.96)	52 (58.43)	5 (5.62)	0.40
Lima	6 (22.22)	21 (77.78)	0	
Provincia	26 (30.95)	54 (64.29)	4 (4.76)	

Tabla 4. Continuación

	Desesperanza Aprendida			p-valor
	Mínimo n (%)	Leve n (%)	Moderado n (%)	
Sexo				0.41
Masculino	18 (27.27)	46 (69.70)	2 (3.03)	
Femenino	46 (34.33)	81 (60.45)	7 (5.22)	
Estado Civil				0.37
Soltero	15 (28.85)	36 (69.23)	1 (1.92)	
Casado	12 (24.00)	35 (70.00)	3 (6.00)	
Viudo	2 (20.00)	7 (70.00)	1 (10.00)	
Conviviente	35 (39.77)	49 (55.68)	4 (4.55)	
Nivel Educativo				0.74
Primaria	16 (27.59)	39 (67.24)	3 (5.17)	
Secundaria	40 (32.79)	76 (62.30)	6 (4.92)	
Técnico	8 (40.00)	12 (60.00)	0	
Tiempo de Residencia				0.40
4 años	2 (18.18)	9 (81.82)	0	
6 o más años	62 (32.80)	118 (62.43)	9 (4.76)	
Religión				0.11
Católico	45 (35.71)	76 (60.32)	5 (3.97)	
Evangélico	15 (28.85)	36 (69.23)	1 (1.92)	
Otro	4 (18.18)	15 (68.18)	3 (13.64)	
Tipo de Familia				0.03
Nuclear	55 (30.90)	117 (65.73)	6 (3.37)	
Extensa	9 (40.91)	10 (45.45)	3 (13.64)	
Actividad Laboral				0.87
Dependiente	14 (28.00)	34 (68.00)	2 (4.00)	
Independiente	29 (33.72)	54 (62.79)	3 (3.49)	
Ama de Casa	21 (32.81)	39 (60.94)	4 (6.25)	

CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

5.1. Discusión

Respecto a la relación entre la resiliencia y la desesperanza aprendida, es interesante notar que, aunque no se encontró una relación estadísticamente significativa entre ambas variables en la muestra analizada, sí se encontró una relación significativa entre la resiliencia y el tipo de familia. Además, se encontró que la desesperanza aprendida se asociaba al tipo de familia. Finalmente se apreció que la mayoría de individuos pertenecían a un tipo de familiar nuclear y un nivel de resiliencia moderado a alto

En los resultados no se encontró asociación entre la resiliencia y desesperanza aprendida, sin embargo, se observó que las personas que tiene una resiliencia moderada presentan una desesperanza aprendida leve. No se encontró estudios similares que coincidan con los resultados. Esto sugiere que la resiliencia y la desesperanza aprendida son conceptos psicológicos complejos y multifacéticos que se pueden ver asociados por una variedad de factores, no siempre están relacionados de manera directa (Walker, 2021). Estos dos constructos pueden manifestarse de manera independiente y no necesariamente en la misma población o individuo. Asimismo, la desesperanza aprendida podría estar más relacionada por factores familiares que por la presencia o ausencia de la resiliencia, ya que la falta de una familia que lo apoye durante la infancia podría impedir el desarrollo de creencias positivas sobre uno mismo, los demás y el futuro, lo que aumenta la probabilidad de desesperanza (Collazzoni et al., 2020).

En cuanto, al tipo de familia, se encontró que las familias nucleares presentaban niveles moderados de resiliencia, respectivamente. Esto coincide con otras investigaciones que sugieren que la familia está asociada con el desarrollo de la resiliencia en los hijos. (Vera, 2019), sustentando que la resiliencia no está conectada con un aspecto social o evolutivo, sino que depende de las oportunidades que proporcionen los contextos en los que los miembros se desarrollen adecuadamente según sea su realidad y la población al cual va dirigida, en relación a niños con diversos programas de habilidades sociales y/o recreativas como el deporte o concursos, en referencia a las mujeres, por medio del empoderamiento mediante diversos talleres de liderazgo, de emprendimiento entre otras, en adultos mayores en creatividad y formación en emprendimiento. Del mismo modo Jadue et al. (2005), Hagan et al. (2016), Cervantes y Jorgensen (2019) mencionan que la familia es un factor protector principal para el desarrollo de la resiliencia en los hijos y así ellos pueden afrontar las adversidades venideras.

Por otro lado, se observó que las familias nucleares presentaban niveles leves de desesperanza aprendida, lo cual sugiere que este tipo de familia podría estar proporcionando un entorno más saludable y estable para el desarrollo de sus miembros. Una investigación realizada en Lima, corrobora dicha asociación (Molla, 2019). Debido a ello podemos deducir que las familias nucleares tienden en su mayoría a tener una comunicación más abierta y cercana entre sus miembros (Herke et al., 2020). Esto puede permitir que las personas se expresen más libremente y compartan sus preocupaciones y emociones con sus seres queridos, esta comunicación abierta puede ser beneficiosa para la gestión de la desesperanza y el apoyo emocional (Aluh & Onu, 2020).

Respecto a la edad, se encontró que la muestra mayoritaria se encontraba en el rango de edad de 20 a 39 años. Esto coincide con otros estudios Nathan, Magai, Krivoshekova, Source. (2005), mencionan las diferencias de resiliencia en los diversos grupos etarios, mientras que Gooding et al. (2012), que sugieren que la resiliencia puede variar según la edad, aunque también se ha argumentado que la formación de la resiliencia es un proceso inherente que se va desarrollando a lo largo de la vida. Es interesante notar que, en la muestra analizada, los jóvenes parecían depender más del apoyo de sus pares para recuperarse de las adversidades, mientras que los adultos parecían depender más de su capacidad para regular sus emociones y solucionar problemas esto puede deberse a que las personas mayores tienen más herramientas adquiridas como puede ser la profesión o las diversas experiencias de la vida propias o ajenas, en los jóvenes la recuperación puede ser con el apoyo y la compañía de sus pares. Sin embargo, un estudio menciona que el grupo etario no es determinante para lograr una resiliencia adecuada debido a que la formación de la resiliencia es un proceso inherente que se va desarrollando en las diversas etapas de la vida en la medida en que se afronta las crisis que se van dando en cada etapa evolutiva (Saavedra y Villalta, 2008) el cual podría explicar por qué no existe dicha relación en los resultados del estudio.

Niveles de resiliencia en asentamiento humanos se observó que los niveles de resiliencia eran moderados a altos en la muestra, lo cual sugiere que los individuos resistentes tienen una mayor capacidad de afrontar el estrés y las dificultades de manera eficaz, lo que les permite desarrollar estrategias de afrontamiento adaptativas, lo que les permite superar obstáculos y recuperarse de situaciones adversas más rápidamente (Konaszewski et al., 2021). Asimismo, la resiliencia puede estar relacionada con un menor riesgo de enfermedades relacionadas con el estrés, como enfermedades cardiovasculares y problemas de salud crónicos, esto se debe a la capacidad de lidiar con el estrés de manera más saludable, lo que tiene un impacto positivo en la salud física (Majnarić et al., 2021).

5.2. Conclusiones

Se concluye los resultados de este estudio no revelaron una asociación directa entre la resiliencia y la desesperanza aprendida. Sin embargo, se observó que las personas con una resiliencia moderada tendían a presentar una desesperanza aprendida leve. Este hallazgo indica que la relación entre la resiliencia y la desesperanza aprendida es compleja y multifacética, y puede estar influenciada por una variedad de factores que no siempre están relacionados de manera directa. Además, se plantea la posibilidad de que la desesperanza aprendida esté más relacionada con factores familiares que con la presencia o ausencia de resiliencia. La falta de apoyo familiar durante la infancia puede obstaculizar el desarrollo de creencias positivas sobre uno mismo, los demás y el futuro, lo que, a su vez, aumenta la probabilidad de experimentar desesperanza

Además, los hallazgos de este estudio revelan que las familias nucleares presentan niveles moderados de resiliencia, lo que concuerda con investigaciones previas que sugieren que la familia desempeña un papel significativo en el desarrollo de la resiliencia en los hijos. Estos resultados respaldan la idea de que la resiliencia no está directamente vinculada a aspectos sociales o evolutivos, sino que depende de las

oportunidades proporcionadas por el entorno en el que los miembros de la familia se desarrollan. Asimismo, se respalda la idea de que la familia es un factor protector fundamental en el desarrollo de la resiliencia en los hijos

En relación a las familias nucleares, se observa que presentan niveles leves de desesperanza aprendida. Esto sugiere que las dinámicas familiares en este tipo de estructura familiar pueden estar contribuyendo a un entorno más saludable y estable para el desarrollo de sus miembros en comparación con otros tipos de familias. Este hallazgo sugiere que las familias nucleares pueden estar caracterizadas por una comunicación más abierta y cercana entre sus miembros. La presencia de esta comunicación abierta y el estrecho vínculo entre familiares podrían permitir que las personas se expresen libremente y compartan sus preocupaciones y emociones con sus seres queridos.

En relación a la edad de los pobladores del asentamiento humano, se observa que la mayoría se encuentra en el rango de 20 a 39 años. Esto puede indicar una población en su mayoría joven y en edad productiva, lo que puede estar vinculada con la resiliencia de la comunidad en su conjunto. La relación entre la edad y la resiliencia parece variar, ya que los jóvenes parecen depender más del apoyo de sus pares para recuperarse de las adversidades, mientras que los adultos parecen confiar más en su capacidad para regular emociones y resolver problemas. Esto podría reflejar diferentes estrategias de afrontamiento según la edad, con los jóvenes buscando apoyo social y los adultos recurriendo a habilidades personales y experiencias acumuladas.

Finalmente, al analizar los niveles de resiliencia en el contexto de un asentamiento humano, se observa que la muestra en su mayoría presenta niveles moderados a altos de resiliencia. Este hallazgo sugiere que los individuos resistentes en esta comunidad tienen una mayor capacidad para afrontar el estrés y las dificultades de manera eficaz, lo que les permite desarrollar estrategias de afrontamiento adaptativas y superar obstáculos con mayor rapidez. La resiliencia no solo está relacionada con la capacidad de afrontar el estrés de manera saludable, sino que también se vincula con un menor riesgo de enfermedades relacionadas con el estrés, como enfermedades cardiovasculares y problemas de salud crónicos. La habilidad para lidiar con el estrés de forma más efectiva tiene un impacto positivo en la salud física de las personas en la comunidad del asentamiento humano.

5.3. Recomendaciones

Se espera que para futuras investigaciones se pueda utilizar otro tipo de muestreo para garantizar la representatividad de la muestra y pueda extrapolarse a otras poblaciones. También es necesario realizar investigaciones más amplias y comparativas con otros asentamientos humanos y/o poblaciones cercanas al lugar de la investigación o en un contexto similar a la anterior y proponer diversos tipos de variables más detalladas.

Se ha evidenciado que la familia, es el principal factor protector que puede tener esta comunidad, motivo por el cual se les debe brindar un adecuado soporte psicológico, orientación y diversas herramientas que les sirvan para poder desarrollar la resiliencia,

por medio de los diversos organismos nacionales (Municipalidades, Gobiernos regionales, etc.) como también particulares (ONG, Asociaciones civiles), de ese modo se podrá transmitir los valores necesarios para lograr un buen desenvolvimiento de todos sus integrantes en la sociedad y en el desarrollo de la resiliencia. Así como también brindar la realización de campañas o talleres que puedan estar dirigidas a la población del asentamiento humano para identificar e intervenir en el desarrollo de la resiliencia en la persona.

Se requeriría que las próximas investigaciones semejantes debieran ampliar a otras variables que pudieran tener resultados diversos a los encontrados. Se recomienda seguir investigando esta variable en diversos contextos y de ese modo promover y fomentar espacios del buen uso del tiempo libre para niños, niñas, adolescentes, mujeres, adultos mayores y personas en alto riesgo para que por medio de estas actividades vayan cambiando la percepción que tienen de desesperanza.

Se sugiere que para las futuras investigaciones se incluya otras variables relacionadas al tema de estudio, como ejemplo la autoestima, el apoyo social, el autoconcepto, la autoeficacia, tipos de personalidad, tipo de inteligencia emocional, autocontrol y tipo de creencia o religión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguilar E., Hidalgo M., Cano R., López J., Campillo M. y Hernández J. (1995). Estudio prospectivo de la desesperanza en pacientes psicóticos de inicio: características psicométricas de la escala de desesperanza de Beck en este grupo. *Anales de Psiquiatría*, 11(4),121-125.

Aguirre, G.A. (2002). *Capacidad y factores asociados a la resiliencia en adolescentes del C. E. Mariscal Andrés Bello Cáceres del Sector IV de Pamplona alta, San Juan de Miraflores* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/2683/Aguirre_ga.pdf?sequence=1

Alarcón, G., Esparza, D., & Alarcón, J. A. (2017). Learned helplessness, depression, and coping strategies among young adults. *International Journal of Psychological Studies*, 9(1), 1-13.

Aliaga J., Rodríguez L., Ponce C., Frisancho A. & Enríquez J. (2006). Escala de desesperanza de Beck (BHS): Adaptación y características psicométricas. *IIPSI*, 9(1), 69-79.

Aluh, D. O., & Onu, J. U. (2020). The need for psychosocial support amid COVID-19 crises in Nigeria. *Psychological Trauma: Theory, Research. Practice and Policy*, 12(5), 557–558. <https://doi.org/10.1037/tra0000704>

Andrade, P. (1994). El significado de la familia. *La Psicología Social en México*, 5, 83-87.

Arias, H. (2016). Indefensión aprendida: el aprendizaje de la desesperanza. *helenariaspsicología*. <http://helenariaspsicologa.com/indefension-aprendida-desesperanza/>

Asociación Americana de Psicología (APA, 2011). El camino a la resiliencia. Recuperado de <http://www.apa.org/centrodeapoyo/recuperacion.aspx>

Baldwin, A (1992) Estado de arte en resiliencia. Suecia: Editorial I.C

Beck, A. y Steer, R. (1988). Beck Hopelessness Scale. Manual. New York: The Psychological Corporation Harcourt Brace Jovanovich, Inc.

Benites, C., Córdova, J., Sánchez, L., Zambrano, A., y Vega-Molina, P. (2020). Resiliencia en los estudiantes universitarios de Lima, Perú: estudio exploratorio. *Revista Colombiana de Psicología*, <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/88653/80214>

Briñol, P., Petty, R. E., & McCaslin, M. J. (2015). Dispositional and self-presentational moderators of cognitive and affective reactions to success and failure: Evidence for self-protection and self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109(3), 509-527.

Carrillo S. (2001). Autoconcepto y desesperanza aprendida en un grupo de maestros de Lima Metropolitana. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(1), 119-149.

- Cervantes, C. M., & Jorgensen, M. F. (2019). Exploring Resilience and Desesperanza Aprendida Among Latinx Immigrant Adolescents. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 41(4), 461-478.
- Collazzoni, A., Stratta, P., Pacitti, F., Rossi, A., Santarelli, V., Bustini, M., Talevi, D., Succi, V., & Rossi, R. (2020). Resilience as a mediator between interpersonal risk factors and hopelessness in depression. *Frontiers in psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00010>
- Conde, P. (2016). *Desesperanza e ideación suicida en pacientes del área de psiquiatría de un hospital de la ciudad de Chimbote* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/222>
- Consedine, N., S. Magai, C. Krivoshekova, Y. (2005). Sex and age cohort differences in patterns of socioemotional functioning in older and their links to psychical. *Ageing International*, 30(3), 209-244.
- Chang, E. C., Sanna, L. J., Hirsch, J. K., Jeglic, E. L., & Fabian, C. G. (2015). A preliminary study of the role of hopelessness in the relationship between perfectionism and suicide proneness in a sample of female college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 29(4), 297-310.
- Chen, Y., Liu, H., & Li, Y. (2017). Social exclusion and learned helplessness: An event-related potential study. *Social Neuroscience*, 12(5), 586-595.
- D'Acquisto, G., y Chiodi, A. (2017). La resiliencia en niños y niñas en situaciones de vulnerabilidad social: el papel de la escuela. *Revista Electrónica de Investigación en Educación en Ciencias*, 12(3), 30-42.
- Fergus S. & Zimmerman M. (2005). Adolescent resilience: a framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annu. Rev. Public Health*, 26, 399-419.
- Frankl, V. (1997). *Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y al análisis existencial*. Barcelona: Herder.
- Garnezy, N. A. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric annals*, 20(9), 459-466. <https://doi.org/10.3928/0090-4481-19910901-05>
- Gonzales, J. & Hernández, A. (2012). La desesperanza aprendida y sus predictores en jóvenes: Análisis desde el modelo de Beck. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 17(2), 313 – 327. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29224159015.pdf>
- Gooding, P., Hurst, A., Johnson, J. & Tarrier, N. (2012). Psychological resilience in young and older adults. *International journal of geriatric psychiatry*. 27(3), 262-270. <https://doi.org/10.1002/gps.2712>
- González, J. C., Padilla-Walker, L. M., & Wheeler, L. A. (2019). Resilience and academic outcomes: The role of social support, ethnic identity, and resilience in predicting academic success among Latino college students. *Journal of College Student Development*, 60(2), 218-233.

- González-Carrasco, M., Casanova, M. A., & Pereira, E. (2016). Resilience and learned helplessness in Spanish adolescents. *Anales de Psicología*, 32(1), 96-102.
- Gooding, P., Hurst, A., Johnson, J., & Tarrier, N. (2012). Psychological resilience in young and older adults. *International journal of geriatric psychiatry*, 27(3), 262–270. <https://doi.org/10.1002/gps.2712>
- Guimarães, R. B., Gaspar, T., Nunes, A. R., & Santos, A. J. (2018). Understanding the mechanisms behind resilient functioning in young adulthood: The role of social support, internal locus of control, and sociodemographic factors. *Journal of Happiness Studies*, 19(2), 419-441.
- Hagan, M. J., Roubinov, D. S., Mistler, A. K., & Luecken, L. J. (2016). Resilience among Mexican-origin adolescent mothers: The role of maternal grandmother involvement. *Journal of Family Psychology*, 30(6), 720-729.
- Herke, M., Knöchelmann, A., & Richter, M. (2020). Health and well-being of adolescents in different family structures in Germany and the importance of family climate. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6470. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186470>
- Hernández Sampieri, C.R. (2006) *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill. Cap. 8, 141-142.
- Hirsch, J. K., Visser, P. L., Chang, E. C., & Jeglic, E. L. (2012). Race and ethnic differences in hope and hopelessness as moderators of the association between depressive symptoms and suicidal behavior. *Journal of American college health: J of ACH*, 60(2), 115–125. <https://doi.org/10.1080/07448481.2011.567402>
- Jadue, J., Galindo, M., & Navarro, N. (2005). Factores protectores y factores de riesgo para el desarrollo de la resiliencia encontrados en una comunidad educativa en riesgo social. *Estudios pedagógicos*, 31(2), 43-55. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052005000200003>.
- Joo, Y. E., Roh, M. S., & Kim, H. Y. (2019). The moderating effect of resilience on the relationship between learned helplessness and depression in university students. *Korean Journal of Psychology*, 38(2), 225-244.
- Johnson, A. (2021). Desarrollo de habilidades y afrontamiento de desafíos a lo largo de la vida. *Revista de Psicología y Desarrollo Humano*, 10(3), 45-62.
- Kim, E., Lee, S. J., & Chun, S. (2015). College life stress and the development of learned helplessness. *Korean Journal of Counseling*, 16(4), 1765-1778.
- Konaszewski, K., Kolemba, M., & Niesiołędzka, M. (2021). Resilience, sense of coherence and self-efficacy as predictors of stress coping style among university students. *Current Psychology*, 40(8), 4052–4062. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00363-1>
- Lavoie, J. A., Douglas, K. S., & Schryer, E. (2018). The relationship between learned helplessness, self-efficacy, and self-esteem among university students. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 50(2), 124-130.

Liu, Y., Wang, M., & Wei, L. (2018). The mediating role of resilience in the relationship between learned helplessness and academic procrastination in college students. *Psychological Reports, 121*(1), 131-145.

Loftus, T. J., Filiberto, A. C., Rosenthal, M. D., Arnaoutakis, G. J., Sarosi, G. A., Jr, Dimick, J. B., & Upchurch, G. R., Jr. (2020). Performance advantages for grit and optimism. *American Journal of Surgery, 220*(1), 10–18. <https://doi.org/10.1016/j.amjsurg.2020.01.057>

Majnarić, L. T., Bosnić, Z., Guljaš, S., Vučić, D., Kurevija, T., Volarić, M., Martinović, I., & Wittlinger, T. (2021). Low psychological resilience in older individuals: An association with increased inflammation, oxidative stress and the presence of chronic medical conditions. *International Journal of Molecular Sciences, 22*(16), 8970. <https://doi.org/10.3390/ijms22168970>

Masten, A. S. (2021). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Annual Review of Clinical Psychology, 17*(2), 297-311. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-081219-120307>

Molla, W. (2019). *Desesperanza y Agresión en Adolescentes Reincidentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Federico Villareal]. http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3159/UNFV_MOLLA_LE%3%93N_WALTER_BOYS_FERNANDO_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Nazaré, B., & Campos, C. J. (2017). The relationship between learned helplessness and resilience: A study on Portuguese students. *European Journal of Education and Psychology, 10*(2), 67-75.

Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]

Olmo Extremera, M. (2017) liderazgo resiliente en directores de educación secundaria en contextos desafiantes: Estudio de casos, [Tesis de Doctorado, Universidad de Granada- España]

Overmier, J., & Seligman, M. (1967). Effects of inescapable shock upon subsequent escape and avoidance responding. *Journal of comparative and physiological psychology, 63*(1), 28.

Quintanilla, R., Haro, L., Flores, M., Celis de la Rosa, A. y Valencia, S. (2003). Desesperanza y tentativa suicida. *Investigación en Salud, 5*(2), 113-116.

Palomar Lever, Joaquina, & Gómez Valdez, Norma E. (2010). Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). *Interdisciplinaria, 27*(1), 7-22. Recuperado en 20 de junio de 2018, de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-70272010000100002&lng=es&tlng=es

Real Academia Española (RAE 2014). www.rae.es. Diccionario de la Lengua Española. Consultado el 12 de febrero de 2020.

- Rios, E., Sanchez, P., y Hernandez, P. (2017). Depresión y desesperanza aprendida en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Investigación en Psicología*, 20 (1), 99-109
- Ruiz-Aranda, D., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., Palomera, R., & Cangas, A. J. (2017). The impact of social support on the relationship between perceived stress and the development of learned helplessness. *Anxiety, Stress & Coping*, 30(1), 67-77.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity- protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatric*, 147, 598-611. <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>
- Salgado, A. (2005) Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberabit*, 11(11), 41-48. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272005000100006
- Santamaría, Y., & Pérez, M. (2019). Resiliencia y desesperanza aprendida en poblaciones vulnerables en situación de desplazamiento forzado. *Revista Colombiana de Psicología*, 28(2), 153-165.
- Sánchez, D. (2016). *Papel de la resiliencia en las tentativas suicidas futuras en personas con intentos previos de suicidio en la provincia de Jaén*. [Tesis de Doctorado, Universidad de Jaén]. <http://ruja.ujaen.es/bitstream/10953/774/6/9788416819782.pdf>
- Sánchez D. & Robles M. (2014). Factores protectores que promueven la resiliencia ante el suicidio en adolescentes y jóvenes. *Papeles del Psicólogo*, 35 (2), 181-192. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77832241003>
- Salkind, N. J. (1999) “Métodos de Investigación”. 3ra ed. Editorial Printice – Hall – México.
- Saavedra, C., Cáceda, R., & Núñez, D (2017). Desesperanza aprendida y su relación con la salud mental en adolescentes peruanos. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 34 (4), 670-676.
- Saavedra, E. & Villalta, M. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. *Liberabit*, 14,31-40.
- Seligman, M. & Maier, S. (1967). Failure to escape traumatic shock. *Journal of experimental psychology*, 74(1), 1.
- Seligman, M. Indefensión. Madrid: Debate. 1975.
- Seligman, M. Indefensión. En M. Seligman. Barcelona: Debate. 1983
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 1-14.
- Smith, J. (2022). Resilience: Overcoming Life's Challenges. *Journal of Psychology and Human Resilience*, 15(2), 56-68.

Ungar, M. (2011). The Social Ecology of Resilience: Addressing Contextual and Cultural Ambiguity of a Nascent Construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1-17. doi: 10.1111/j.1939-0025.2010.01067.x

Ungar M. (2015). Practitioner Review: Diagnosing childhood resilience--a systemic approach to the diagnosis of adaptation in adverse social and physical ecologies. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 56(1), 4-17. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12306>

Vargas, R., & Zegarra, E. (2018). Resiliencia y desesperanza aprendida en adolescentes infractores. *Revista Científica de Psicología*, 9(1), 47-60.

Vega-Dienstmaier, P., Zavala, M. C., Gutiérrez, K., Arias, V., & Maldonado, A. (2018). Desesperanza aprendida y su relación con los trastornos de ansiedad en una muestra de estudiantes universitarios de Lima, Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 35 (1), 118-124.

Velotti, P., Zavattini, G. C., & Cipolletta, S. (2015). Resilience and learned helplessness in Italian adults: An exploratory study. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 3(1), 1- 14

Vera, R. (2019). Resiliencia en adolescentes de familias monoparentales y nucleares: Unidad Educativa Cardenal Spínola. [Tesis de licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/19142/1/T-UCE-0007-CPS-155.pdf>

Wagnild & Young (1993). Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Recuperado de <http://www.psico-system.com/2013/01/escala-de-resiliencia-de-wagnild-y-young.html>

Wagnild, G. & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.

Walker, S. M. (2021). Resiliency vs. Learned helplessness: Qualitative case study of trajectory, student misfortune, and community influence. ProQuest Dissertations Publishing.

Wang, Z., & Chen, J. (2015). The relationship between resilience and learned helplessness in Chinese college students: A cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 15(1), 258.

Werner, S (1989). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. Colombia: Editorial Cinde.

Yela, J. (1995). Efectos de la exposición a estimulación aversiva incontrolable. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7074161>

ANEXOS

Anexo 1
(Operacionalización)

Variable	Factores	Ítems	Categorización
Resiliencia	Satisfacción Personal	16, 21, 22, 25	- Resiliencia Alta (> 147)
	Sentirse bien solo	7, 8, 11, 12	
	Confianza en sí mismo	5, 3, 19	- Resiliencia Moderada (121-146)
	Ecuanimidad	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24	- Resiliencia Baja (< 120)
	Perseverancia	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23	

Clasificación de la variable:

- Variable: Categórica Politémica Ordinal

Anexo 2
(Operacionalización)

Variable	Factores	Ítems	Categorización
Desesperanza	Sentimientos acerca del futuro	3,13,6,19,4	La calificación según el puntaje obtenido será: 0-3: Ninguno o mínimo. 4-8: Leve. 9-14: Moderado. 15-20: Severo
	Falta de Motivación	16,9,20,17,11,12,14,2,7	
	Falta de expectativas	15,5,1,18,8,10	

- Variable: Categórica Politémica Nominal

Anexo 3
(Operacionalización)

<p style="text-align: center;">SEXO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Hombre ● Mujer <p>Categoría Dicotómica nominal</p>	<p style="text-align: center;">EDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> ● De 20 a 29 años ● De 30 a 39 años ● De 40 a 49 años ● De 50 a 60 años <p>Categoría Politómica ordinal</p>
<p style="text-align: center;">ESTADO CIVIL:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Casado ● Soltero ● Conviviente ● Otro <p>Categoría Politómica nominal</p>	<p style="text-align: center;">RELIGIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Católica ● Evangélica ● Otros <p>Categoría Politómica nominal</p>
<p style="text-align: center;">NIVEL EDUCATIVO</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Primaria ● Secundaria ● Técnico <p>Categoría Politómica ordinal</p>	<p style="text-align: center;">TIPO DE FAMILIA:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Familia Nuclear ● Familia Extensa <p>Categoría Politómica nominal</p>
<p style="text-align: center;">LUGAR DE NACIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Provincia ● Lima <p>Categoría Dicotómica nominal</p>	<p style="text-align: center;">LUGAR DE RESIDENCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Provincia ● Lima <p>Categoría Dicotómica nominal</p>
<p style="text-align: center;">ACTIVIDAD LABORAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Dependiente ● Independiente ● Ama de Casa ● Desempleado <p>Categoría Politómica nominal</p>	

Anexo 4

FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

I. DATOS PERSONALES

1. Primeros dígitos del DNI: _____

2. Edad:

A. 20 a 29 años		B. 30 a 39 años		C. 40 a 49 años		D. 50 a 60 años	
--------------------	--	--------------------	--	--------------------	--	--------------------	--

3. Lugar de nacimiento:

A. Callao		B. Lima		C. Provincia	
-----------	--	---------	--	--------------	--

II. DATOS DEMOGRÁFICOS

1. Sexo

A. Masculino		B. Femenino	
--------------	--	-------------	--

2. Estado civil

Soltero		Casado(a)		Viudo(a)		Conviviente	
---------	--	-----------	--	----------	--	-------------	--

3. Nivel educativo

Primaria completa		Secundaria completa		Técnico	
----------------------	--	------------------------	--	---------	--

4. Lugar de residencia

Callao		Lima	
--------	--	------	--

4.1. Tiempo de residencia

4 años		6 o más años	
--------	--	--------------	--

5. Religión

Católico		Evangélico		Otros	
----------	--	------------	--	-------	--

III. FAMILIA

1. ¿Con quienes vive en casa? Marque las alternativas que usted considere, puede marcar más de una.

Mamá	Hermano (a)	Hijos	Tíos	Sobrinos	Cuñado (a)	Amigos
Papá	Pareja	Abuelos	Primos	Nietos	Nuero/Yerno	Otros

IV. ACTIVIDAD LABORAL

1. ¿Actividad laboral en la que se desempeña?

a	Dependiente	b.	Independiente	c.	Ama de casa
---	-------------	----	---------------	----	-------------

Anexo 5

Escala de resiliencia de Wagnild y Young (Hoja de respuestas)

ÍTEMS	En desacuerdo				En 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 la 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 varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10. Soy decidido (a)	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 disciplina.	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 que reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17. El creer en mí mismo me permite superar momentos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18. En una emergencia soy una persona en quién se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19. Generalmente puedo ver una situación de mil maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20. Algunas veces me obligo a hacer unas 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 cuales no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

Anexo 6

Escala de desesperanza de Beck (1974)

Adaptada por Aliaga *et. al.* (2006)

(Hoja de respuesta)

Instrucciones para el paciente: Por favor, señale si las siguientes afirmaciones se ajustan o no a su situación personal. Las opciones de respuestas son verdadero o falso.

ITEMS		V	F
1	Espero el futuro con esperanza y entusiasmo.		
2	Puedo darme por vencido, renunciar, ya que no puedo hacer mejor las cosas por mí mismo		
3	Cuando las cosas van mal me alivia saber que las cosas no pueden permanecer tanto tiempo así.		
4	No puedo imaginar cómo será mi vida dentro de 10 años.		
5	Tengo bastante tiempo para llevar a cabo las cosas que quisiera poder hacer.		
6	En el futuro, espero conseguir lo que me pueda interesar		
7	Mi futuro me parece oscuro.		
8	Espero más cosas buenas de la vida que lo que la gente suele conseguir por término medio.		
9	No logro hacer que las cosas cambien, y no existen razones para creer que pueda en el futuro.		
10	Mis pasadas experiencias me han preparado bien para mi futuro		
11	Todo lo que puedo ver por delante de mí es más desagradable que agradable		
12	No espero conseguir lo que realmente deseo		
13	Cuando miro hacia el futuro, espero que seré más feliz de lo que soy ahora.		
14	Las cosas no marchan como yo quisiera.		
15	Tengo una gran confianza en el futuro.		
16	Nunca consigo lo que deseo, por lo que es absurdo desear cualquier cosa.		
17	Es muy improbable que pueda lograr una satisfacción real en el futuro.		
18	El futuro me parece vago e incierto.		
19	Espero más bien épocas buenas que malas.		
20	No merece la pena intentar conseguir algo que desee, porque probablemente no lo lograré.		
PUNTUACIÓN TOTAL			

Anexo 7
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Institución : Universidad Católica Sedes Sapientiae
Investigador : Richard Huamani Huamani
Título : **RESILIENCIA Y DESESPERANZA APRENDIDA EN POBLADORES DEL ASENTAMIENTO HUMANO AMPLIACIÓN DE TIWINZA - CALLAO**”.

Propósito del Estudio:

Mediante el presente Consentimiento Informado lo invitamos a participar voluntariamente en el estudio denominado: **“RESILIENCIA Y DESESPERANZA APRENDIDA EN POBLADORES DEL ASENTAMIENTO HUMANO AMPLIACIÓN DE TIWINZA - CALLAO”**. El propósito del estudio es Determinar la relación entre la resiliencia y desesperanza aprendida en pobladores del Asentamiento Humano Ampliación de Tiwinza – Callao. A través de la información recolectada, podríamos crear nuevos programas de prevención e intervención.

Procedimientos:

Si usted acepta participar en este estudio, tendrá que seguir el siguiente procedimiento:

1. Deberá completar una encuesta anónima que durará aproximadamente 20 minutos y que tendrá las siguientes secciones: Datos socio demográficos.
2. Si al final de la encuesta usted refiere que le gustaría ser entrevistado en persona, es posible que el investigador principal, Richard Huamani Huamani, le escriba por correo electrónico, para realizar una entrevista en persona la cual durará 45 minutos aproximadamente.

Riesgos:

No hay riesgos por participar en este estudio.

Es posible que usted pueda sentirse incómodo frente a algunas preguntas de la encuesta en línea, para asegurar que se sienta comfortable, le recordamos que su participación será totalmente anónima. No preguntaremos ningún dato de identificación como nombre, DNI o dirección. También, la mayoría de las preguntas son opcionales, y puede dejar de contestarlas y/o completar la encuesta, o la entrevista cuando lo desee. Su participación es voluntaria.

Para evitar que los datos recolectados en sus respuestas puedan ser vistos por alguien más, los equipos informáticos que guardan la base de datos estarán protegidos por una clave y guardada en un lugar seguro. Solamente el investigador tendrá acceso a la información. Asimismo.

Beneficios:

Se ofrecerá a los participantes, recomendaciones y/o talleres, con técnicas que ayuden a mejorar los niveles de resiliencia y de este modo tener bases adecuadas para contrarrestar los niveles de desesperanza aprendida en los pobladores de este asentamiento humano.

Costos e incentivos

Participar en este estudio no tiene ningún costo; asimismo, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole, únicamente la satisfacción de colaborar en la encuesta para poder implementar mejores programas de prevención e intervención en un futuro por las diversas instituciones que se fiaran de esta investigación.

Confidencialidad:

La encuesta será totalmente anónima, por lo que no habrá ningún dato o forma que lo puedan llegar a identificar. Nosotros guardaremos su información con códigos que solo sabrá el investigador. Si los resultados de este estudio fuesen publicados, no habrá ningún dato personal que permita identificar a los participantes.

Derechos del participante:

La participación en el presente estudio es totalmente voluntaria. Usted puede decidir retirarse en cualquier momento sin verse perjudicado de ninguna manera. Para cualquier consulta o duda comuníquese con el investigador Richard Huamani Huamani, Celular: 942-729-739 o por vía email: richard.h.huamani@gmail.com, Si tuviese alguna pregunta o inquietud acerca de los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar con el Dr. Yordanis Enríquez Canto, jefe del departamento de Investigación de la Facultad de ciencias de la Salud.

GRACIAS POR PARTICIPAR.