

# DESARROLLO DE UNA ESCALA DE MEDICIÓN DE LA RESILIENCIA CON MEXICANOS (RESI-M) CONSTRUCTION OF A MEASUREMENT SCALE OF RESILIENCE IN MEXICANS (RESI-M)

JOAQUINA PALOMAR LEVER\* Y NORMA E. GÓMEZ VALDEZ\*\*

\*Doctora en Psicología. Profesor-Investigador de la Universidad Iberoamericana (UIA).  
Ciudad de México. E-Mail: joaquina.palomar@uia.mx

\*\*Licenciada en Psicología. Asistente de Investigación de la Universidad Iberoamericana (UIA).  
Prolongación Paseo de la Reforma 880, Lomas de Santa Fe, México, C.P. 01219, México DF - México

## RESUMEN

Las personas que viven situaciones muy adversas, pueden sufrir consecuencias muy serias en su desarrollo psicológico. Sin embargo, se ha podido constatar que algunos individuos logran no solo superar la adversidad, sino incluso salir fortalecidos de ella. A estas personas se las llama *resilientes*. La *resiliencia* no es unidimensional o un atributo dicotómico que las personas tienen o no tienen; implica la posesión de múltiples habilidades en varios grados que ayudan a los individuos a afrontar (Reivich & Shatté, 2002). El objetivo del trabajo que se informa fue desarrollar un instrumento con población mexicana (*Escala de Resiliencia Mexicana, RESI-M*), tomando como base dos escalas que miden la resiliencia en adultos: *The Connor - Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* de Connor y Davidson (1999) y *The Resilience Scale for Adults (RSA)* de Friborg, Hjemdal, Rosenvinge y Martinussen (2001) para lo cual participaron 217 sujetos de 18 a 25 años, de ambos sexos. Los resultados muestran que 43 ítems cargaron en cinco factores: (1) *Fortaleza y confianza en sí mismo*, (2) Competencia social, (3) Apoyo familiar, (4) Apoyo social y (5) Estructura. Asimismo, se observó que existen diferencias estadísticamente significativas en los factores de la resiliencia, de acuerdo con el sexo, la edad y el estado civil, observándose que las mu-

eres obtienen puntajes más altos en apoyo social, el grupo de más edad tiene un mayor promedio en competencia social y apoyo familiar y finalmente las personas casadas se sienten más fuertes y con más confianza en sí mismas y los solteros perciben un mayor apoyo social en comparación con los casados.

*Palabras clave:* Medición; Resiliencia; Escala; Fortaleza; Confianza en sí mismo.

## ABSTRACT

People who live through adverse situations may experience serious consequences in their psychological development. However there is evidence that show that many individuals have not only been able to overcome such difficulties but have emerged stronger from them. These people we may call resilient. *Resilience* is not a dimensional or a dichotomous attribute that individuals have or have not; it implies the possession of multiple abilities in some level that help individual to cope (Reivich & Shatté, 2002). The object of the current study has been to develop a *scale* with Mexican population (Mexican Resilience Scale RESI-M) the use of two scales which may be used to measure resilience in adults. The Connor - Davidson Re-

silience Scale (CD-RISC, 1999) and the Resilience Scale for Adults (RSA - Friborg, Hjemdal, Rosenvinge, & Martinussen, (001)). The research included 217 adults between the ages 17 to 25 of both sexes. The results showed that of the 43 recognized items, five factors have been formed. (1) Strength and confidence in themselves: Personal competition, high standards and determination. It is the conviction that one is sufficiently prepared to be able to face any situation that appears even if unforeseen. It is the conviction that, although not all the answers might be known, one can look for them and find them. It refers to the set of positive expectations on oneself or more specific oneself actions, as well as to the aptitude to accept or to cope with events in spite of the stress that they may inflict with it. (2) Social competence: Capacity or ability of the subject to interact in a successful way with his environment and to achieve the legitimate satisfaction of his needs, upon exercising determined influence on his similar (in the sense of to be taken into account), is a quality very related to the health, the emotional adjustment and the welfare of the individuals. (3) Family support: It refers to the time that the members of the family share, the loyalty that exists among them and the fortress of the family ties. (4) Social support: It refers to the existing links among the subject and a definite assembly of people, with which is feasible the exchange of communication, solidarity and confidence. (5) Structure: It is understood like the rules and the activities that carry out the people and that facilitate them to have organization and order in their life.

At the same time they observed the existence of statistical differences in the factors of the resilience according to gender, age and marital status, observing that women obtained higher scores in social support, the older group has higher scores in social competence and familiar support and finally, married people feel emotionally stronger and higher *self-confidence* and single group senses higher supported (social support) than married. To conclude we can affirm that according to the results of this study, it can be observed that this construct is multidimensional since includes abilities of diverse type that help the individuals to cope in life. The

RESI-M contains five dimensions, in which they are grouped some of the characteristics that emphasize the resilient answers in different levels: individual, family and social. The individual level is very important since this related to behaviors such as to set goals, to be motivated, to be engaged, to have self-control, to be responsible, to make decisions, to confront pacific and objectively the problems, to have an internal locus of control and a sense of life, as well as to be optimist, they are very powerful tools to confront difficult situations. It is considered besides that the family support is the most important social backup, since is in the family breast where is educated the children, security offers them and so much material as emotional support. Nevertheless other sources of support exist such as the school, the friends, the tutors, among others, that also they respond to the needs of the individuals.

*Key words:* Evaluation; Resilience; Scale; Hardiness; Self-confidence.

## INTRODUCCIÓN

### RESILIENCIA

La *resiliencia* es un tema estudiado en la actualidad por la importancia que tiene para la promoción del desarrollo (Salgado, 2005) y se ha definido como la capacidad de las personas para desarrollarse psicológicamente sanas y exitosas, a pesar de estar expuestas a situaciones adversas que amenazan su integridad (Rutter, 1993).

De acuerdo con P.J. Mrazek y D. Mrazek (1987) existen 12 habilidades que distinguen a una persona resiliente y son las siguientes:

- 1.- *Respuesta rápida al peligro*: es la habilidad para reconocer las situaciones que ponen al sujeto en riesgo.
- 2.- *Madurez precoz*: desarrollo de la capacidad de hacerse cargo de sí mismo.
- 3.- *Desvinculación afectiva*: se refiere a separar los sentimientos intensos sobre uno mismo.

4.- *Búsqueda de información*: se refiere a la preocupación por aprender todo lo relacionado con el entorno.

5.- *Obtención y utilización de relaciones que ayuden a subsistir*: es la capacidad para crear relaciones que beneficien a la persona en momentos críticos.

6.- *Anticipación proyectiva positiva*: se refiere a la capacidad de imaginar un futuro mejor al presente.

7.- *Decisión de tomar riesgos*: es la habilidad de asumir la responsabilidad propia cuando se toman decisiones incluso si la decisión tiene algún tipo de riesgo.

8.- *La convicción de ser amado*: creer que se puede ser amado por los demás.

9.- *Idealización del rival*: la persona se identifica con alguna característica de su oponente.

10.- *Reconstrucción cognitiva del dolor*: es la habilidad para identificar los eventos negativos de la forma que sea más aceptable.

11.- *Altruismo*: se refiere al placer de ayudar a otros.

12.- *Optimismo y esperanza*: es la disposición de tomar positivamente las cosas que podrían ocurrir en el futuro.

De acuerdo con Kalawski (2003), los autores que han trabajado sobre el tema de la resiliencia no han logrado establecer un consenso sobre una definición común de resiliencia. Si bien para algunos autores como Masten, Best y Garmezy (1991), la resiliencia se refiere al proceso de, capacidad para o resultado de una adaptación exitosa a pesar de las circunstancias desafiantes o amenazantes; para otros autores como Suárez (1996), la resiliencia habla de una combinación de factores que permiten a un ser humano afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, es decir, le permite contender con el estrés de la vida cotidiana y con las situaciones difíciles, sin que necesariamente se refiera a recuperación después de haber experimentado un trauma.

De acuerdo con Vanistendael (1997), existen cinco dimensiones de la resiliencia:

a.- *Existencia de redes sociales informales*: la persona tiene amigos, participa de actividades con ellos y lo hace con agrado; tiene en general una buena relación con los adultos.

b.- *Sentido de vida, trascendencia*: la persona muestra capacidad para descubrir un sentido y una coherencia en la vida.

c.- *Autoestima positiva*: la persona se valora a sí misma, confía en sus capacidades y muestra iniciativa para emprender acciones o relaciones con otras personas porque se siente valiosa y merecedora de atención.

d.- *Presencia de aptitudes y destrezas*: es capaz de desarrollar sus competencias y confiar en ellas.

e.- *Sentido del humor*: la persona es capaz de jugar, reír, gozar de las emociones positivas y de disfrutar de sus experiencias.

#### CARACTERÍSTICAS PARA DESARROLLAR RESILIENCIA

Para que una persona opere protegida en un entorno hostil, según Saavedra (2005), intervienen factores protectores en diversas áreas del desarrollo tales como:

*Factores personales*: Nivel intelectual alto en el área verbal, disposición al acercamiento social, sentido del humor positivo y un equilibrio en el estado biológico.

*Factores cognitivos y afectivos*: Son la empatía, una óptima autoestima, la motivación de logro, el sentimiento de autosuficiencia y la confianza en que se resolverán los problemas.

*Factores psicosociales*: Un ambiente familiar agradable, madres que apoyan a sus hijos, una comunicación abierta, una estructura familiar estable, buenas relaciones con los pares.

#### RESILIENCIA Y SU RELACIÓN CON OTRAS VARIABLES

##### SEXO

Los factores de riesgo o protección se asocian diferencialmente al género, en fun-

ción del contexto social y cultural en el que se desarrollan. Por ejemplo, resultados de investigación (Fahad & Sandman, 2000) han mostrado que en algunas culturas no es bien visto que los hombres expresen sus problemas o sentimientos porque significa debilidad. Esta restricción social necesariamente limita el tipo de soporte social disponible para los varones.

#### ESTADO CIVIL

Algunos autores sostienen que las responsabilidades adicionales que tienen las personas casadas (en comparación con las solteras), las hacen más fuertes, más flexibles y menos afectadas por los cambios o sucesos inesperados (Fahad & Sandman, 2000).

#### VARIABLES FAMILIARES

Se ha sugerido en la literatura que el soporte social es un mitigador de los efectos negativos del estrés y en este sentido la familia puede ser la fuente más importante de apoyo para promover en los individuos las habilidades y autoestima necesarias para sobreponerse a la adversidad (Seccombe, 2000). Los factores familiares protectores incluyen la cohesión familiar, la calidez familiar y la ausencia de psicopatología parental y de discordia familiar, así como haber contado en la infancia con al menos un adulto que sirvió de apoyo social (Grossman & Tierney, 1998).

#### VARIABLES ESCOLARES

Las personas resilientes tienen más probabilidades de mostrar mejores habilidades académicas y una autopercepción de mayor competencia en la escuela y el trabajo. Existen algunos autores como Rutter, Maugham, Mortimore y Ouston (1979) que consideran que algunas características de las escuelas pueden aumentar la probabilidad de desarrollar competencias sociales y cogniti-

vas. De acuerdo con estos autores no es el tamaño de la escuela, la disponibilidad del espacio, la antigüedad de la escuela o el grado escolar en el que se coloca a los alumnos de acuerdo con sus capacidades. La influencia más importante de la escuela sobre los alumnos está en los aspectos relacionados con la vida escolar, las características del cuerpo docente, la naturaleza de la escuela como organización social y las acciones de los profesores en el salón de clase (estructura, preparación y planificación de las clases, énfasis en exámenes y tareas, un sistema flexible y el uso de incentivos y recompensas).

#### OBJETIVOS

El objetivo de la investigación que se informa fue desarrollar un instrumento de medición para evaluar la resiliencia en jóvenes, tomando como base dos instrumentos realizados en otros países.

Los instrumentos originales, tomados como base, no están adaptados a la población mexicana y además tienen subescalas que evalúan distintas dimensiones de la resiliencia, motivo por el cual ambos fueron aplicados para desarrollar el nuevo instrumento.

Otro objetivo era conocer si existían diferencias estadísticamente significativas entre los participantes, de acuerdo con algunas variables sociodemográficas tales como sexo, edad, ocupación, ingreso y estado civil.

#### MÉTODO

##### PARTICIPANTES

Los sujetos que participaron en este estudio suman un total de 217 personas, siendo en su mayoría mujeres (56%) y el rango de edad fue de 18 a 25 años.

Se investigaron algunas variables socioeconómicas tales como el ingreso familiar mensual, la escolaridad y la ocupación, con la finalidad de hacer comparaciones entre los grupos de acuerdo con estas variables.

El tipo de muestreo fue intencional y los participantes eran de la población general,

es decir, no tenían características particulares, eran habitantes de la Ciudad de México y su participación fue voluntaria.

## INSTRUMENTOS

Se elaboró un nuevo instrumento: la Escala de Resiliencia Mexicana (RESI-M), a partir de dos instrumentos, ya que ninguno de ellos está adaptado para ser aplicado a la población mexicana.

El primero es el *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) realizado por Connor y Davidson en 1999 que contiene 25 ítems, con cinco opciones de respuesta de tipo Likert y que se agrupan en cinco dimensiones:

1.- *Competencia personal, altos estándares y tenacidad*: Es la convicción de que se está lo suficientemente preparado para poder enfrentar cualquier situación que se presente aunque sea imprevista. Es la convicción de que aunque no se conozcan todas las respuestas, uno puede buscarlas y encontrarlas.

2.- *Confianza en sí mismo, tolerancia a las situaciones negativas y el fortalecimiento de los efectos del estrés*: Se refiere al conjunto de expectativas positivas sobre uno mismo o más específicamente sobre las acciones de uno mismo, como así también a la capacidad para aceptar o sobrellevar los acontecimientos a pesar del estrés que estos traen consigo.

3.- *Relaciones seguras y aceptación del cambio*: Se refiere a la posibilidad de establecer relaciones interpersonales con personas que brindan apoyo, confianza y permiten el desarrollo personal. La aceptación al cambio se refiere a la posibilidad de las personas de ser flexibles para adaptarse a situaciones nuevas.

4.- *Control*: Es la capacidad de las personas para promover su bienestar, conduciéndose y actuando conforme a lo que quieren o han decidido hacer con su vida.

5.- *Influencia espiritual*: Se refiere a la influencia positiva que la vida espiritual puede tener en las personas.

La confiabilidad varió entre .30 y .70 (correlación ítem - escala total). La correlación test-retest fue de .87. El *alpha* de Cronbach de la escala total es de .89. A pesar de que una de las escalas de este instrumento no supera el valor de .30, en su conjunto, las dimensiones muestran un nivel de consistencia interna adecuado (.89).

Los autores de esta escala la aplicaron a varias poblaciones: (a) población general ( $N = 577$ ), (b) pacientes en consulta externa con diversos padecimientos ( $N = 139$ ), (c) pacientes psiquiátricos en práctica privada ( $N = 43$ ), (d) pacientes con desórdenes generalizados de ansiedad ( $N = 25$ ) y (e) pacientes con estrés postraumático ( $N = 44$ ).

La validez convergente del instrumento se obtuvo con la administración de la Escala Kobasa de Fortaleza (*Kobasa Hardiness*, 1979), obteniéndose una  $r = .83$ ;  $p < .0001$  con el CD-RISC.

El segundo instrumento es *The Resilience Scale for Adults* (RSA), elaborado por Friborg, Hjemdal, Rosenvinge y Martinussen en el año 2001. Este instrumento contiene 43 ítems, cinco opciones de respuesta de tipo Likert y cuenta con cinco dimensiones:

1.- *Competencia personal*: Sentimiento de adecuación, eficiencia y competencia que tienen las personas en su afrontamiento de los retos y amenazas que, inevitablemente, se presentan en la vida de cualquier persona.

2.- *Competencia social*: Capacidad o habilidad del sujeto para interactuar exitosamente con su ambiente y lograr la satisfacción legítima de sus necesidades, al ejercer determinada influencia sobre sus semejantes (en el sentido de ser tomado en cuenta), es una cualidad muy relacionada con la salud, el ajuste emocional y el bienestar de los individuos.

3.- *Coherencia familiar*: Se refiere al tiempo que comparten los miembros de la

familia, la lealtad que existe entre ellos y la fortaleza de los lazos familiares.

4.- *Apoyo social*: Está referido a los vínculos existentes entre el sujeto y un conjunto definido de personas, con las cuales es factible el intercambio de comunicación, solidaridad y confianza.

5.- *Estructura personal*: Se entiende como las reglas y las actividades que llevan a cabo las personas y que les facilitan tener organización y orden en su vida.

La confiabilidad de los factores va de .67 a .90 y la confiabilidad de la escala total es de .93. A su vez, la confiabilidad test-retest osciló entre .69 a .84 y la validez convergente tiene sustento en la aplicación que se realizó a los participantes de la Escala de Sentido de Coherencia (*Sense of Coherence Scale* - Antonovsky, 1993), que evalúa salud mental y la Lista de Síntomas de Hopkins (*Hopkins Symptom Check* - Mattson, Williams, Rickels, Lipman & Uhlenhuth, 1969) que evalúa la presencia de depresión, ansiedad y somatización. La correlación de las escalas del RSA con las del SOC va de .33 a .75 y con las del HSCL de -.19 a -.61.

El RSA, el SOC y el HSCL fueron aplicados a dos grupos de participantes: un grupo de 183 pacientes que se encontraba en tratamiento de psicoterapia por distintos motivos (esquizofrenia, trastorno bipolar, etc.) y un grupo control de población general de 176 sujetos. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos en los instrumentos aplicados.

## PROCEDIMIENTO

En primer lugar, los instrumentos fueron traducidos y retraducidos del inglés y aplicados consecutivamente. El nuevo instrumento (que contiene los ítems de ambas pruebas) fue aplicado individualmente. Los participantes fueron contactados generalmente en lugares públicos o instituciones educativas y se les aseguró la confidencia-

lidad de los datos que proporcionaron y su participación fue voluntaria.

## TRATAMIENTO DE LOS DATOS

Primeramente se realizó un análisis factorial de componentes principales y rotación varimax con los ítems del instrumento. El criterio para conservar los ítems en cada factor fue de .40. Asimismo, se utilizó el *criterio de Kaiser de autovalor uno* para determinar el número de factores y aunque la mayoría de los factores explican una variancia modesta, se atuvieron a ese criterio, obteniéndose *alphas* de Cronbach satisfactorios.

Posteriormente se obtuvo la confiabilidad por factor y la de la escala total. Después se realizó una *U* de Mann Whitney para conocer si existían diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones que emergieron, de acuerdo al sexo, la edad, la escolaridad, el ingreso y el estado civil. También se realizó un análisis de variancia simple no paramétrico para conocer si existían diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de la resiliencia según la ocupación.

Se decidió analizar los datos con estadística no paramétrica debido a que se cumplían algunos de los supuestos para analizar los datos con estadística paramétrica como el de la distribución normal de los datos y la homogeneidad de las variancias entre los grupos. Además en el caso de la variable estado civil, los grupos eran desiguales, ya que el 89.9% de los participantes era soltero y solamente el 6.9% era casado.

## RESULTADOS

Como se mencionó anteriormente, en esta investigación participaron un total de 217 sujetos de los cuales 56% eran mujeres, mientras que el 44% eran hombres.

La edad de los sujetos osciló entre 18 y 25 años, con una media de 20.37 años y una desviación estándar de 2.46.

La escolaridad va de primaria a licenciatura con una moda de preparatoria, observándose que el 23% tenía una escolaridad de licenciatura, el 64.5%, preparatoria, el 11.5%, secundaria y solamente el .5% tenía primaria.

El 47% de los casos eran estudiantes, el 36%, empleados, el 7.8% trabajaba por su cuenta y el 6% eran desempleados.

El 89.9% era soltero y sólo el 6.9% de la muestra estaba casado.

Los ingresos mensuales fluctuaron entre \$900 y \$15.000, con una media de \$5.756 y una desviación estándar de \$2887.434.

A continuación se realizó un análisis factorial con los 68 ítems del CD-RISC y del RSA (25 del primero y 43 del segundo) y se obtuvo la confiabilidad por factor y para la escala total.

De acuerdo con la Tabla 1, como resultado del análisis factorial emergieron cinco factores, todos ellos con *alphas* de Cronbach adecuados. El primer factor tuvo un *alpha* de .92, el segundo de .87, el tercero de .87, el cuarto de .84 y el último de .79. En total, el instrumento explica el 43.609% de variancia y tiene una confiabilidad de .93.

Después de realizar el análisis factorial, se llevó a cabo la prueba *U de Mann Whitney* para ver si existen diferencias estadísticamente significativas de acuerdo a distintas variables sociodemográficas. La Tabla 2 muestra los resultados obtenidos con relación al sexo, observándose que las mujeres tienen una media de rangos mayor en el factor de Competencia social.

Asimismo, en la Tabla 3 se presentan los resultados obtenidos en relación con la variable edad de los participantes, advirtiéndose que en los factores 2 y 3 (Competencia social y Apoyo familiar, respectivamente) existen diferencias estadísticamente significativas que favorecen al grupo 2 (los jóvenes entre 20 y 25 años), es decir los participantes de este grupo se perciben más competentes socialmente y sienten más apoyo familiar que el grupo de menor edad.

En la Tabla 4 se puede advertir que existen diferencias estadísticamente significativas en dos factores de la resiliencia, de

acuerdo con el estado civil. En primer lugar, se observa que en el Factor 1 (Fortaleza y Confianza en sí mismo), los individuos casados consideran que tienen una mayor fortaleza y confianza en sí mismos, en comparación con los solteros. Por otra parte, en el Factor 4 (Apoyo social) el grupo de solteros percibe más apoyo social que la gente que está casada.

Hay que mencionar que no existieron diferencias estadísticamente significativas de acuerdo a la escolaridad, el sexo, el ingreso y la ocupación.

Para concluir, puede señalarse que la escala que se obtuvo a partir de las dos escalas de resiliencia que fueron consideradas en este estudio, se compone de 43 ítems divididos en cinco factores: (1) Fortaleza y confianza en sí mismo (19 reactivos), (2) Competencia social (8 reactivos), (3) Apoyo familiar (6 reactivos), (4) Apoyo social (5 reactivos) y (5) Estructura (5 reactivos). La confiabilidad de los factores oscila entre .79 y .92 y la escala total tiene una confiabilidad de .93, por lo que es adecuada para ser utilizada.

## DISCUSIÓN

Los resultados de la presente investigación mostraron que los instrumentos propuestos por Connor y Davidson (1999) y por Friborg y colaboradores (2001) son útiles para medir la resiliencia en población adulta.

Específicamente, puede afirmarse que fueron 43 los reactivos que tuvieron cargas factoriales importantes que subyacen a cinco factores. Asimismo, puede afirmarse que haber utilizado las dos escalas de resiliencia para producir una sola medida, trajo como resultado una nueva escala que incluye dimensiones muy importantes de la resiliencia y que originalmente eran medidas por separado en cada una de las escalas. El procedimiento que se realizó permitió seleccionar los mejores ítems de ambas escalas para evaluar la resiliencia en población mexicana adulta. Como se mencionó anteriormente, la escala cuenta con índices de validez y confiabilidad adecuados.

El primer factor que se obtuvo fue denominado *Fortaleza y confianza en sí mismo* y es el más importante para medir la resiliencia ya que explica el 24.67% de la variancia del constructo. Los reactivos que componen este factor hacen referencia a la claridad que los individuos tienen sobre sus objetivos, al esfuerzo que hacen por alcanzar sus metas, a la confianza que tienen de que van a tener éxito y al optimismo, fortaleza y tenacidad con la que enfrentan sus retos. Los reactivos que componen este factor pertenecían en sus escalas originales a cuatro factores distintos, de ambas subescalas (RSA y CD-RISC):

- 1.- Competencia, tenacidad y alto estándar (CD-RISC).
- 2.- Control (CD-RISC).
- 3.- Aceptación positiva al cambio (RSA).
- 4.- Competencia personal (RSA).

En cuanto al segundo factor, se observa que todos los reactivos pertenecían al segundo factor de la RSA cuyos ítemes hacen referencia a la competencia de los individuos para relacionarse con los demás, la facilidad para hacer nuevos amigos, hacer reír a las personas y disfrutar de una conversación.

El tercer factor está referido a las relaciones familiares y al apoyo que brinda la familia, también a la lealtad entre los miembros de la familia y a que los miembros compartan visiones similares de la vida y pasen tiempo juntos. Todos los ítemes pertenecían al tercer factor de la escala de RSA.

El cuarto factor se refiere al apoyo social, principalmente de los amigos, al hecho de contar con personas en momentos difíciles, que puedan ayudar, que den aliento y que se preocupen por uno. El conjunto de reactivos que conforma este factor pertenecía al Factor 4 (Apoyo social) de la RSA.

El quinto y último factor está relacionado con la capacidad de las personas para organizarse, planear las actividades y el tiempo, tener reglas y actividades sistémicas aun en momentos difíciles. Todos los ítemes pertenecían al quinto factor de la RSA.

Los hallazgos anteriores le dan soporte a la teoría de que la resiliencia es un fenómeno

multidimensional (Cicchetti & Garmezy, 1993; Garmezy, 1993). De acuerdo con los resultados obtenidos, el componente más importante está dado por los recursos personales de los individuos para hacer frente a los eventos estresantes o perturbadores. Estos recursos se traducen en la fortaleza personal que le permite al individuo adaptarse y sobreponerse a las condiciones adversas a las que está expuesto, así como al estrés de la vida cotidiana y le permiten al individuo enfrentar los retos de manera saludable (Moskovitz, 1983).

Asimismo se destaca como importante que la resiliencia se relaciona de manera importante con la competencia social o sociabilidad, que es la capacidad de los individuos para desarrollar y establecer relaciones saludables con otros, ya que está ligada con la habilidad para adaptarse a los estresores (Murria, 2003). Algunos autores han observado que tener al menos un mejor amigo, puede incrementar de manera importante la capacidad del niño para ajustarse a las condiciones del entorno, y ser querido está relacionado con menores probabilidades de ser intimidado o victimizado por otros (Garmezy, 1991; Pellegrini, Bartini & Brooks, 1999).

En cuanto a los factores familiares y sociales, la literatura ha sugerido que este tipo de soporte es un mitigador de los efectos negativos de estrés y promueve en los individuos las habilidades y la autoestima necesarias para sobreponerse a la adversidad (Seccombe, 2000).

En relación con el quinto factor que emergió, Friborg y colaboradores (2001) destacan también que aunque la resiliencia no protege a los individuos de los eventos negativos, los individuos resilientes son sistémicos y organizados, aun cuando afrontan con flexibilidad los problemas.

Por otra parte, se observa que las mujeres obtuvieron una media de rangos mayor que los hombres, lo que indica una percepción más favorable en esta dimensión. Autores como Fahad y Sandman (2000) ya habían observado este tipo de resultado, explicando que en general el contexto social y cultural fomenta en las mujeres la expresividad de las emo-



ciones, lo que a su vez tiene un impacto en el desarrollo de redes de apoyo social. En este sentido, se ha destacado que las redes de apoyo social que los individuos establecen dentro de su comunidad son una fuente invaluable de apoyo que tiene repercusiones importantísimas en la promoción de la resiliencia y pueden compensar la ausencia de otras fuerzas protectoras y la carencia de relaciones cohesivas y cálidas con los padres y otros familiares (Wolkow & Ferguson, 2001).

Además, los resultados obtenidos permiten advertir que el Grupo 2 (jóvenes entre 20 y 25 años) tiene un nivel de competencia social y una percepción del apoyo familiar más alto que el Grupo 1 (jóvenes de 18 y 19 años).

Masten, Coatsworth, Neemann, Tellegen y Garnezy (1995) señalan que la competencia social se desarrolla desde la infancia y prevalece durante toda la vida. Sin embargo, Shek (1999) considera que la percepción de los adolescentes hacia su entorno social y familiar y hacia sí mismos, es más negativa en esta fase que en otras etapas de la vida. Esto probablemente explique la razón por la que en este estudio los más jóvenes se consideran menos competentes socialmente que los mayores de 20 años.

En lo que respecta a los resultados encontrados en relación con el estado civil, puede mencionarse que algunos autores sostienen que las responsabilidades que tienen las personas casadas en comparación con las solteras, las hacen más fuertes, más flexibles y menos afectadas por los cambios o sucesos inesperados (Fahad & Sandman, 2000), lo cual coincide en este estudio con las diferencias encontradas en el primer factor (fortaleza) entre las personas casadas y las solteras, observándose que las casadas obtuvieron los puntajes más altos. Por el contrario, fueron los solteros quienes afirmaron tener un mayor apoyo social. Esto último podría explicarse por el hecho de que cuando la gente se casa adquiere múltiples responsabilidades y a su vez tiene menos tiempo disponible para pasar tiempo con amigos y con su familia, por lo que su vida social puede verse reducida con los años.

## CONCLUSIONES

De acuerdo con los resultados de este estudio, se puede señalar que este constructo es multidimensional ya que incluye habilidades de diversa índole que ayudan a los individuos a enfrentar la vida. La RESI-M contiene cinco dimensiones, en las cuales se agrupan algunas de las características que destacan las respuestas resilientes en diferentes niveles: individual, familiar y social.

El nivel individual es muy importante ya que está relacionado con conductas tales como fijarse metas, estar motivado, estar comprometido, tener autocontrol, ser responsable, tomar decisiones, afrontar pacífica y objetivamente los problemas, tener un locus de control interno y un sentido de vida, así como ser optimista; ellas son herramientas muy potentes para afrontar situaciones difíciles.

Se considera además que el apoyo familiar es el soporte social más importante, ya que es en el seno familiar donde se educa a los hijos y se les brinda seguridad y apoyo tanto material como emocional. Sin embargo, existen otras fuentes de apoyo tales como la escuela, los amigos, los tutores, entre otros, que también responden a las necesidades de los individuos.

En el estudio que se informa se observó que existen diferencias estadísticamente significativas en la Competencia social según el sexo y que son las mujeres las que se perciben más competentes. Además, hay diferencias en esta misma dimensión y en la de Apoyo familiar, según la edad, siendo las personas que tienen de 20 a 25 años, las que se perciben más competentes, con relación a las de menor edad. Asimismo, hubo diferencias de acuerdo al estado civil, ya que las personas casadas presentan más confianza y fortaleza que las solteras, mientras que estas últimas perciben un mayor apoyo social que las casadas.

A pesar de que no se encontraron investigaciones que hablen sobre este aspecto, se tiene la hipótesis de que quizá esto suceda porque la gente que está casada tiene menos tiempo para convivir con amigos y familiares, de asistir a clases o cualquier otro tipo de eventos so-

ciales. Por su parte, las personas casadas pueden sentir más fortaleza por tener el apoyo de su pareja y el cobijo de su familia.

No se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la resiliencia según el ingreso, la ocupación y la escolaridad, es probable que esto se deba a que la variabilidad en el interior de los grupos en estas variables, no fue muy grande.

Finalmente, hay que mencionar que es necesario elaborar programas preventivos y de intervención para promover la resiliencia de los individuos, que permitan desarrollar habilidades y estrategias para afrontar con mayor eficacia las situaciones cotidianas que contribuyan a mejorar sus condiciones de vida.

TABLA 1  
FACTORES OBTENIDOS DE LOS INSTRUMENTOS DE RESILIENCIA RESI-T

Variable	Instrumento de origen	Item	Carga factorial
<i>Factor 1: Fortaleza y confianza en sí mismo</i> $\alpha = .92$ ; Variancia Explicada = 24.67%			
5	D-RISC	Lo que me ha ocurrido en el pasado me hace sentir confianza para enfrentar nuevos retos.	.45
13	CD-RISC	Sé donde buscar ayuda.	.40
17	CD-RISC	Soy una persona fuerte.	.44
21	CD-RISC	Sé muy bien lo que quiero.	.64
22	CD-RISC	Tengo el control de mi vida.	.71
23	CD-RISC	Me gustan los retos.	.51
24	CD-RISC	Me esfuerzo por alcanzar mis metas.	.48
25	CD-RISC	Estoy orgulloso de mis logros.	.58
1	RSA	Sé que tengo habilidades.	.44
2	RSA	Creer en mí mismo me ayuda a superar los momentos difíciles.	.58
3	RSA	Creo que voy a tener éxito.	.61
4	RSA	Sé como lograr mis objetivos.	.71
5	RSA	Pase lo que pase siempre encontraré una solución.	.59
7	RSA	Mi futuro pinta bien.	.56
8	RSA	Sé que puedo resolver mis problemas personales.	.59
9	RSA	Estoy satisfecho conmigo mismo.	.64
10	RSA	Tengo planes realistas para el futuro.	.55
11	RSA	Confío en mis decisiones.	.70
12	RSA	Cuando no estoy bien, sé que vendrán tiempos mejores.	.49

Alpha de Cronbach total = .93

Total de variancia explicada = 43.60%

(Continúa)

TABLA 1 (CONTINUACIÓN)  
FACTORES OBTENIDOS DE LOS INSTRUMENTOS DE RESILIENCIA RESI-T

Variable	Instrumento de origen	Item	Carga factorial
<i>Factor 2: Competencia social</i> $\alpha = .87$ ; Variancia explicada = 6.32%			
6	RSA	Me siento cómodo con otras personas.	.59
13	RSA	Me es fácil establecer contacto con otras personas.	.76
14	RSA	Me es fácil hacer nuevos amigos.	.79
15	RSA	Es fácil para mí tener un buen tema de conversación.	.77
16	RSA	Fácilmente me adapto a situaciones nuevas.	.72
17	RSA	Es fácil para mí hacer reír a otras personas.	.62
18	RSA	Disfruto estar con otras personas.	.51
19	RSA	Sé cómo comenzar una conversación.	.65
<i>Factor 3: Apoyo familiar</i> $\alpha = .87$ ; Variancia explicada = 5.50%			
23	RSA	Tengo una buena relación con mi familia.	.58
24	RSA	Disfruto estar con mi familia.	.83
25	RSA	En nuestra familia somos leales entre nosotros.	.73
26	RSA	En nuestra familia disfrutamos de hacer actividades juntos.	.80
27	RSA	Aún en momentos difíciles nuestra familia tiene una actitud optimista hacia el futuro.	.75
28	RSA	En nuestra familia coincidimos en relación a lo que consideramos importante en la vida.	.54
<i>Factor 4: Apoyo social</i> $\alpha = .84$ ; Variancia explicada = 4.03%			
30	RSA	Tengo algunos amigos / familia que realmente se preocupan por mí.	.82
31	RSA	Tengo algunos amigos / familia que me apoyan.	.82
32	RSA	Siempre tengo alguien que puede ayudarme cuando lo necesito.	.60
33	RSA	Tengo algunos amigos / familia que me alientan.	.64
36	RSA	Tengo algunos amigos / familia que valoran mis habilidades.	.41
<i>Factor 5: Estructura</i> $\alpha = .79$ ; Variancia explicada = 3.06%			
39	RSA	Las reglas y la rutina hacen mi vida más fácil.	.66
40	RSA	Mantengo mi rutina aún en momentos difíciles.	.80
41	RSA	Prefiero planear mis actividades.	.74
42	RSA	Trabajo mejor cuando tengo metas.	.41
43	RSA	Soy bueno para organizar mi tiempo.	.47

Alpha de Cronbach total = .93

Total de variancia explicada = 43.60%

TABLA 2  
DIFERENCIAS SIGNIFICATIVAS EN LA RESILIENCIA DE ACUERDO CON EL GÉNERO

Factor	Grupos	Rango promedio	<i>U</i>	<i>p</i>
Apoyo social (Factor 4)	Grupo 1: Hombres Grupo 2: Mujeres	3.8310 4.9631	4466	.040

TABLA 3  
DIFERENCIAS SIGNIFICATIVAS EN LA RESILIENCIA DE ACUERDO CON LA EDAD

Factor	Grupos	Rango promedio	<i>U</i>	<i>p</i>
Competencia social (Factor 2)	G. 1: 18 y 19 años G. 2: 20 a 25 años	94.70 112.64	4379	.031
Apoyo familiar (Factor 3)	G. 1: 18 y 19 años G. 2: 20 a 25 años	95.47 112.45	4477.50	.041

TABLA 4  
DIFERENCIAS SIGNIFICATIVAS EN LA RESILIENCIA DE ACUERDO CON EL ESTADO CIVIL

Factor	Grupos	Rango promedio	<i>U</i>	<i>p</i>
Fortaleza y confianza en sí mismo (Factor 1)	Grupo 1: Solteros Grupo 2: Casados	95.22 122.35	1263	.041
Apoyo social (Factor 4)	Grupo 1: Solteros Grupo 2: Casados	108.05 76.18	1313.5	.022

ANEXO  
ESCALA DE RESILIENCIA MEXICANA (RESI-M)

*Instrucciones:* A continuación encontrará una serie de afirmaciones. Por favor indique con una X en el recuadro de la derecha, la respuesta que elija para cada una de las afirmaciones que se le presentan. No deje de contestar ninguna de ellas. Sus respuestas son confidenciales. Muchas gracias por su colaboración.

Sexo:

Edad:

Escolaridad:

Item	Totalmente en desa- cuerdo	En desa- cuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.- Lo que me ha ocurrido en el pasado me hace sentir confianza para enfrentar nuevos retos. 2.- Sé dónde buscar ayuda. 3.- Soy una persona fuerte. 4.- Sé muy bien lo que quiero. 5.- Tengo el control de mi vida. 6.- Me gustan los retos. 7.- Me esfuerzo por alcanzar mis metas. 8.- Estoy orgulloso de mis logros. 9.- Sé que tengo habilidades. 10.- Creer en mí mismo me ayuda a superar los momentos difíciles. 11.- Creo que voy a tener éxito. 12.- Sé cómo lograr mis objetivos. 13.- Pase lo que pase siempre encontraré una solución. 14.- Mi futuro pinta bien. 15.- Sé que puedo resolver mis problemas personales. 16.- Estoy satisfecho conmigo mismo. 17.- Tengo planes realistas para el futuro. 18.- Confío en mis decisiones. 19.- Cuando no estoy bien, sé que vendrán tiempos mejores. 20.- Me siento cómodo con otras personas. 21.- Me es fácil establecer contacto con nuevas personas. 22.- Me es fácil hacer nuevos amigos.				

(Continúa)

ANEXO (CONTINUACIÓN)  
 ESCALA DE RESILIENCIA MEXICANA (RESI-M)

Item	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
23.- Es fácil para mí tener un buen tema de conversación. 24.- Fácilmente me adapto a situaciones nuevas. 25.- Es fácil para mi hacer reír a otras personas. 26.- Disfruto de estar con otras personas. 27.- Sé cómo comenzar una conversación. 28.- Tengo una buena relación con mi familia. 29.- Disfruto de estar con mi familia. 30.- En nuestra familia somos leales entre nosotros. 31.- En nuestra familia disfrutamos de hacer actividades juntos. 32.- Aun en momentos difíciles, nuestra familia tiene una actitud optimista hacia el futuro. 33.- En nuestra familia coincidimos en relación a lo que consideramos importante en la vida. 34.- Tengo algunos amigos / familiares que realmente se preocupan por mí. 35.- Tengo algunos amigos / familiares que me apoyan. 36.- Siempre tengo alguien que puede ayudarme cuando lo necesito. 37.- Tengo algunos amigos / familiares que me alientan. 38.- Tengo algunos amigos / familiare que valoran mis habilidades 39.- Las reglas y la rutina hacen mi vida más fácil. 40.- Mantengo mi rutina aun en momentos difíciles. 41.- Prefiero planear mis actividades. 42.- Trabajo mejor cuando tengo metas. 43.- Soy bueno para organizar mi tiempo.				

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the Sense of Coherence Scale. *Social Science and Medicine*, 36, 725-733.
- Connor, K.M. & Davidson, J.R.T. (1999). Development of a new resilience scale: The Connor - Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depresión and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Cicchetti, D. & Garmezy, N. (1993). Prospects and promises in the study of resilience. *Development and Psychopathology*, 5, 497-502.
- Fahad, A. & Sandman, M.A. (2000). Evaluation Resiliency Patterns Using the ER89: A case study from Kuwait. *Social Behavior and Personality*, 28(5), 505-514.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J.H. & Martinussen, M. (2001). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(2), 65-76.
- Garmezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416-430.
- Garmezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry*, 56, 127-136.
- Grossman, J.B. & Tierney, J.P. (1998). Does mentoring work? An impact study of the Big brothers / Big sisters Program. *Evaluation Review*, 22, 403-426.
- Kalawski, J.P. (2003). Y... ¿Dónde está la resiliencia? Una reflexión conceptual [So... Where is resilience? A conceptual reflection]. *Revista Interamericana de Psicología*, 37(2), 365-372.
- Kobasa, S. (1979). Stressful events, personality and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Masten, A.S., Best, K.M. & Garmezy, N. (1991). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- Masten, A.S., Coatsworth, J.D., Neemann, J., Tellegen, A. & Garmezy, N. (1995). The structure and coherence of competence from childhood through adolescence. *Child Development*, 66, 1635-1659.
- Mattson, N.B., Williams, H.V., Rickels, K., Lipman, R.S. & Uhlenhuth, E.H. (1969). Dimensions of symptom distress in anxious neurotic outpatients. *Psychopharmacology Bulletin*, 5, 19-32.
- Mrazek, P.J. & Mrazek, D. (1987). Resilience in children at high risk for psychological disorder. *Journal of Pediatric Psychology*, 12(3), 3-23.
- Moskovitz, S. (1983). *Love despite hate*. New York: Schocken Books.
- Murria, C. (2003). Risk factors, protective factors, vulnerability, and resilience. A framework for understanding and supporting the adult transitions of youth with high-incidence disabilities. *Remedial and Special Education*, 24(1), 16-26.
- Pellegrini, A.D., Bartini, M. & Brooks, F. (1999). School bullies, victims, and aggressive victims: Factors relating to group affiliation and victimization in early adolescence. *Journal of Educational Psychology*, 91, 216-224.
- Reivich, K. & Shatté, A. (2002). *The resilience factor*. New York: Broadway Books.
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, 14, 626-631.
- Rutter, M., Maugham, B., Mortimore, P. & Ouston, J. (1979). *Fifteen thousand hours*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Saavedra, E. (2005). Resiliencia: La historia de Ana y Luis [Anna and Louis story]. *Libera-bit. Revista de Psicología*, 11, 91-101.

- Salgado, A.C. (2005). Métodos para medir la resiliencia: Una alternativa peruana [Methods of measurement of resilience: A Peruvian alternative] *Liberalit, Revista de Psicología*, 11, 41-48.
- Secombe, K. (2000). Families in poverty in the 1990s: Trends, causes, consequences and lessons learned. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 1094-1113.
- Shek, D.T.L. (1999). Perceptions of family functioning among parents and their adolescent children. *The American Journal of Family Therapy*, 27, 303-314.
- Suárez, E.N. (1996). El concepto de resiliencia desde la perspectiva de la promoción de salud [The resilience concept from the health perspective]. En M.A. Kothiarencó, C. Álvarez & I. Cáceres (Comps.), *Resiliencia: Construyendo en adversidad* (pp. 51-64). Santiago, Chile: CEANIM.
- Vanistendael, S. (1997, Junio). *Resiliencia* [Resilience]. Conferencia presentada en el Seminario: Los aportes del concepto de resiliencia en los programas de intervención psicosocial. Pontificia Universidad Católica de Chile. Santiago, Chile.
- Wolkow, K.E. & Ferguson, H.B. (2001). Community factors in the development of resiliency: Considerations and future directions. *Community Mental Health Journal*, 37(6), 489-497.

Universidad Iberoamericana  
México D.F.  
México

Fecha de recepción: 15 de septiembre de 2008  
Fecha de aceptación: 26 de noviembre de 2009