

I. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Existen personas que, a pesar de sus adversidades, presentan habilidades para surgir, adaptarse, recuperarse de las dificultades y acceder a una vida social y productiva aceptable. Son llamadas resilientes. Personas, quienes, a pesar de nacer y de criarse en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente normales y son exitosos, enfrentando adecuadamente las dificultades. Sus experiencias las perciben de manera constructiva, aun cuando éstas hayan causado dolor o padecimiento (Kotliarenco y col. 1996).

Reflexionar hoy sobre la resiliencia nos permite conceptualizarla y valorarla con una perspectiva renovadora, concibiéndola como la capacidad de la persona de sobreponerse a los riesgos de la existencia no sólo superándolos sino desarrollando al máximo su potencial, proceso realizable a través de la construcción de una Formación resiliente.

Para Grotberg, 2014 la resiliencia es la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e incluso ser transformado positivamente por ellas. Para Egeland, Carlson, Sroufe, 1993 la resiliencia es el desarrollo de competencias a pesar de la adversidad.

La resiliencia como combinación de factores que permiten a la persona afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, se caracteriza por un conjunto de procesos sociales intra-psíquicos que posibilitan tener una vida sana, viviendo en un medio insano.

El concepto de resiliencia solo puede comprenderse a través de la adversidad, ya que ésta es el motivo por el cual el ser humano desarrolla el proceso de enfrentar, superar y transformar la misma, en una oportunidad que lo lleva a someterla y cuyo proceso es denominado resiliencia (Cyrulnik, B, 2002).

A comienzos del siglo XXI la sociedad atraviesa un elevado índice de pobreza total 18% ¹ lo cual conlleva a una realidad social en crisis económica-social, económica y moral donde se hallan inmersos adolescentes, jóvenes. Este contexto no brinda alternativas ocupacionales, educativas y recreativas que satisfagan a la mayor parte de este sector social que representa el 39,8% de la población total² además se tiene conocimiento por los medios de comunicación y por el vivir diario que algunos de estos jóvenes se hallan insertos en problemas de pandillas, delincuencia, violencia, explotación sexual, maternidad o paternidad adolescente, bajo rendimiento académico y drogas. A pesar de este tipo de ambiente en el que estos desarrollan el día a día expuestos a estas condiciones, estos jóvenes no implicados están representados con el término de resiliencia, que *es la capacidad que tienen las personas para superar las adversidades y salir fortalecidos de ellas* (Wagnild y Young, 1993).

Por otra parte, a medida que se avanza en edad, durante las etapas de crecimiento, el medio familiar, escolar, comunitario, los comportamientos emergentes, las nuevas interacciones sociales, los espacios de exploración e inserción, ofrecen nuevas posibilidades tanto de enriquecimiento como de riesgos, el diario vivir es de significación de sí mismo y de su entorno, esta nueva situación adversa se espera que aporte al desarrollo de la capacidad resiliente. Y la mejor forma de mostrar que estos adultos presentan factores de Resiliencia de manera podría decirse más remarcada en su vida, es el volver a retomar su educación, una parte de su vida que se había relegado por diferentes factores, ya sea lo económico, embarazos prematuros, es decir, no tener la oportunidad de haberlo concluido y no resignándose a quedarse “a mitad del camino”, dejando la frustración de lado, asumiendo con valor esta difícil tarea, ya que muchos de estos estudiantes de los C.E.A. son padres o madres de familia, madres solteras y por supuesto personas que trabajan durante el día.

Se realizaron algunos estudios para comprender más a cabalidad lo que es la resiliencia en estudiantes de Centros de Educación para Adultos.

¹ (datos estadísticos recabados de Minedu, 2004)

² (datos estadísticos recabados de INEI, 2005)

A nivel Internacional: Debido a esta problemática en otros países se realizaron algunos estudios de los factores de resiliencia como por ejemplo *“Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes de Argentina, Bolivia, Perú y República Dominicana”* Lima-Perú 2012. Pero ahondando un poco más algunas investigaciones proponen que el secretario ejecutivo de la Federación de Maestros Urbanos, manifestó en una nota para una revista que recolectaba información acerca de esta problemática que el Ministerio de Educación, en el afán de optimizar los ítems y la cantidad de alumnos, dejó de lado la calidad educativa, sin tomar en cuenta que los colegios nocturnos *“necesitan mayor atención”* por la característica de que los asistentes trabajan y estudian al mismo tiempo..

En ese tiempo se determinó con estas investigaciones que sólo entre el 40 a 50 por ciento de los estudiantes logra culminar la gestión. Esto se debe al trabajo y la falta de recursos económicos.

A nivel nacional: En Bolivia se realizó el estudio *Resiliencia y calidad de vida en zonas de riesgos naturales.*³, por otra parte también se realizó en niños; *“Capacidad resiliente en niños y niñas de 9 a 12 años que pertenecen a familias monoparentales de la unidad educativa "general Esteban arce" La Paz jun. 2014.*⁴

Con respecto a la educación se encontraron artículos del diario El Tiempo de Cochabamba haciendo algunas referencias alarmantes *“Algunos estudiantes se esfuerzan para ser bachilleres y llegar a la universidad, otros quieren ser técnicos”*, *“El trabajo y la pobreza obligan al estudio nocturno”*⁵

En el ámbito local solo se pudo obtener información de prácticas Institucionales acerca de la resiliencia en la U.A.J.M.S.: *“Programa para fortalecer la resiliencia en niños de 6 a 9 años de la unidad educativa Hermann Gemeiner perteneciente a aldeas Infantiles SOS.”*, *“Programa para promover la resiliencia mediante el*

³ Maric Palenque María Lily revista de Psicología n.6 La Paz 2010

⁴ Quisbert Gómez Magalí Maya, Revista de Psicología n.11

⁵ Mena M. María, resiliencia en las calles 15/03/2015 | Ed. Imp Cochabamba, Cochabamba- Bolivia

desarrollo de un programa de habilidades sociales en los adolescentes que asisten a la Unidad Educativa Delfín Pino Ichazo de la Localidad La Concepción” y en la anterior gestión se realizó un trabajo de investigación de un “estudio comparativo de características psicológicas de adolescentes que trabajan y asisten a colegios nocturnos y diurnos de la ciudad de Tarija”

En cuanto a la realidad que se vive en nuestra sociedad Tarijeña, tras el estudio realizado en los Centros de Educación para Adultos Belgrano, Tarija San Jerónimo y San Roque, al tener el contacto directo con la población y aplicar los instrumentos respectivos, se pudo evidenciar que a pesar que en uno de los C.E.A. no existe la totalidad de los maestros, los alumnos asisten con normalidad, esperando que se les asigne otro docente. En otro de los C.E.A. se evidencio que en su mayoría son de edad avanzada, que a pesar de la edad que ellos tienen muestran un gran esfuerzo para poder concluir sus estudios, una gran mayoría son padres y madres de familia, en algunos casos asistiendo a clases con sus hijos, y casi en su totalidad trabajan durante el día y al concluir su jornada laboral asisten a clases.

Por otra parte también se pudo evidenciar, que debido al horario de trabajo muchos de ellos llegan cansados a sus clases, mostrando el agotamiento en sus rostros, sin embargo en los C.E.A. donde se realizó la investigación, las autoridades, como ser directora, profesores, etc., tienen consideración con los alumnos que llegan tarde, siendo así muy tolerantes con el horario de ingreso, para evitar perjudicarlos.

Se pudo evidenciar de igual manera que a pesar del cansancio en su jornada laboral, aun así asisten a las clases y los maestros aprovechan el tiempo lo mejor posible para darles los contenidos necesarios.

En uno de ellos se promueve una educación inclusiva, ya que hay estudiantes con capacidades diferentes, los maestros le tienen mucha paciencia, priorizando su aprendizaje además de estar en constante preparación para poder brindarles una educación apropiada de acuerdo a las dificultades que estos presentan, y no por el

hecho de no poder ver o hablar deben privarse de recibir una formación o educación adecuada.

Es por eso que notando la problemática y el escaso estudio de este tema abordado obteniendo datos poco relevantes a nivel internacional, nacional y local que nos planteamos el siguiente problema:

¿Cuál es el factor de resiliencia de más relevancia en los estudiantes que asisten a los Centros de Educación para Adultos (C.E.A.) de la ciudad de Tarija durante la gestión 2017?

1.2.JUSTIFICACIÓN.

Al ser la propuesta de la resiliencia una mirada que cambia los esfuerzos de los investigadores por analizar la realidad en la medida que centra su atención en la población sana a pesar de estar en un medio insano, la resiliencia invita a emplear las herramientas teóricas de las ciencias, buscando la explicación del bienestar y no del malestar de los estudiantes, en esta ocasión en educación para adultos.

Existen escasas investigaciones que caractericen los factores de resiliencia en estudiantes de las unidades educativas C.E.A. (en la bibliografía de la biblioteca existen pocos trabajos que hablen del tema resiliencia). Es por ello que una de las motivaciones para llevar a cabo la presente investigación fue conocer un poco más de esta realidad y así abordarla desde la perspectiva de la psicología.

El presente trabajo de investigación permite conocer el factor de resiliencia con más relevancia en estudiantes de C.E.A. de los colegios fiscales del área concentrada de la ciudad de Tarija.

El presente trabajo de investigación, posee los principales aportes:

Aporte Teórico, ya que se buscó generar nuevos conocimientos y la profundización de los ya adquiridos, los mismos pueden ser utilizados para identificar, planificar, ampliar y desarrollar futuras investigaciones, en este caso principalmente sirve para la identificación y profundización de los factores de resiliencia presentes en los

estudiantes de los C.E.A. donde el estudio es importante debido a las características de la población, personas adultas que normalmente trabajan todo el día y muchos de ellos tienen ocupaciones, familia sobre las cuales tienen una gran responsabilidad y aun así asisten a las clases de manera consecuente, sin dejar de lado su formación y las ganas de salir adelante.

Finalmente un *Aporte Metodológico*, pues se elaboró un instrumento por parte de la investigadora, una guía de entrevista semi-estructurada que permitió de una manera más objetiva identificar y corroborar cual es el factor de resiliencia más relevante en estudiantes en los C.E.A., apoyando directamente las dimensiones de evaluación de la escala de Wagnild y Young por lo tanto se hacen preguntas orientadas a que el entrevistado dé sus respuestas tomando en cuenta distintos indicadores y que permiten saber si estos factores están presentes en esta población estudiada.

En un futuro podrá ser mejorado por investigadores interesados en la temática, considerando el mismo como base para abordar la temática.

En base a los resultados las entidades educativas del área concentrada, podrán reorientar, o implementar el fortalecimiento de estos en su metodología de enseñanza, aprendizaje y reflexionar sobre las acciones y metas para la intervención apropiada a cada problema.

II. DISEÑO TEÓRICO.

2.1. PROBLEMA CIENTÍFICO.

- ¿Cuál es el factor de resiliencia de más relevancia en los estudiantes que asisten a los Centros de Educación para Adultos (C.E.A.) de la ciudad de Tarija durante la gestión 2017?

2.2. OBJETIVOS.

2.2.1. Objetivo General

- Determinar el factor de resiliencia más relevante en los estudiantes que asisten a los Centros de Educación para Adultos (C.E.A.) de la ciudad de Tarija durante la gestión 2017

2.2.2. Objetivos Específicos.

- Identificar el nivel de ecuanimidad en los estudiantes de los CEA” de la ciudad de Tarija.
- Analizar la perseverancia en los estudiantes de los CEA”.
- Determinar los niveles de confianza en sí mismo que presentan.
- Indagar los niveles de satisfacción personal.
- Establecer el nivel de sentirse bien solos en los estudiantes de los CEA”.

2.3. HIPÓTESIS.

- Los factores de resiliencia más relevantes en los estudiantes que asisten a los Centros de Educación para Adultos “CEA” de la ciudad de Tarija son: La confianza en sí mismos, satisfacción personal y sentirse bien solos.

2.4. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

Variable	Concepto	Dimensiones	Indicadores	Escalas
Resiliencia	<p>“Habilidad para surgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva”. (ICCB, 1994).</p>	<p>(Escala de resiliencia, Wagnild y Young.)</p> <p>1. Competencia personal. -Ecuanimidad.</p> <p>-Perseverancia.</p> <p>2. Aceptación de uno mismo y de la vida. -Confianza en sí mismo.</p> <p>-Satisfacción personal.</p> <p>-Sentirse bien solo.</p>	<p>-Perspectiva de vida balanceada, toma las cosas tranquilamente, justo, estable, armonioso, equilibrado, moderado, acepta la realidad tal cual.</p> <p>-Seguir a pesar de los obstáculos, terminar lo que se empieza, volver a intentar tras el fracaso, autodisciplinado.</p> <p>-Creerse capaz de alcanzar un objetivo, tener una vision positiva a cerca de uno mismo, confiar en sus habilidades, capaces de hacer lo que planean.</p> <p>-Sentirse realizados, conformidad, lograr algo, regocijo, paz interior.</p> <p>-Pasar tiempo a solas, desarrollar conciencia de sí misma, disfrutar, valorarse, conocerse, aceptarse, conocerse.</p>	<p>-Alta -Media -Baja</p>

III. MARCO TEÓRICO.

El actual sistema educativo ha traído contratiempos en la educación nocturna, por el hecho de considerársela como un sistema de educación regular, cuando no lo es. La educación nocturna fue creada para servir a las personas que no pueden acceder a una educación diurna, sea por problemas económicos, porque trabajan, etcétera.

Las edades de los estudiantes nocturnos van desde los 17 a los 60 años. Existen casos de familias enteras que acceden a la educación nocturna, o de madres solteras que acuden con sus niños de pecho a recibir conocimientos. El alumno nocturno generalmente trabaja en cualquier oficio que se le presente sea, informal, dependiente, quehaceres domésticos, y después de un día agotador se dirige a su centro educativo. ⁶No hay alumno nocturno que no haya sido expuesto a peligros como ser asaltos por delincuentes, quedarse sin medio de transporte; en su mayoría manifiesta que estos elementos muchas veces disponen a abandonar sus estudios porque les es más importante trabajar que estudiar; ya que muchos de ellos se auto solventan en sus gastos y hasta mantienen a sus familias.

Reflexionar hoy sobre la resiliencia nos permite conceptualizarla y valorarla con una perspectiva renovadora, concibiéndola como la capacidad de la persona de sobreponerse a los riesgos de la existencia no sólo superándolos sino desarrollando al máximo su potencial, proceso realizable a través de la construcción y refuerzo de la resiliencia.

3.1. Resiliencia.

La resiliencia es el proceso de adaptarse bien a la adversidad, a un trauma, tragedia, amenaza, o fuentes de tensión significativas, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud o situaciones estresantes del trabajo o financieras. Significa "rebotar" de una experiencia difícil, como si uno fuera una bola o un resorte.

⁶ www.eluniverso.com/2011/04/25/1/1366/educación-nocturna-sus-problemas.html

La investigación ha demostrado que la resiliencia es ordinaria, no extraordinaria. La gente comúnmente demuestra resiliencia.

Ser resiliente no quiere decir que la persona no experimenta dificultades o angustias. El dolor emocional y la tristeza son comunes en las personas que han sufrido grandes adversidades o traumas en sus vidas. De hecho, el camino hacia la resiliencia probablemente está lleno de obstáculos que afectan nuestro estado emocional. La resiliencia no es una característica que la gente tiene o no tiene. Incluye conductas, pensamientos y acciones que pueden ser aprendidas y desarrolladas por cualquier persona.

La resiliencia es la capacidad de afrontar la adversidad saliendo fortalecido y alcanzando un estado de excelencia profesional y personal. Desde la psicología se considera que las personas más resilientes tienen mayor equilibrio emocional frente a las situaciones de estrés, soportando mejor la presión. Esto les permite una sensación de control frente a los acontecimientos y mayor capacidad para afrontar retos.

La resiliencia es el convencimiento que tiene un individuo o grupo de estudiantes en superar los obstáculos de manera exitosa sin pensar en la derrota a pesar de que los resultados estén en contra, al final surge un comportamiento ejemplar a destacar en situaciones de incertidumbre con resultados altamente positivos (Infante F. (2002).

Esa capacidad de resistencia se prueba en situaciones de fuerte y prolongado estrés, como por ejemplo el debido a la pérdida inesperada de un ser querido, al maltrato o abuso psíquico o físico, a prolongadas enfermedades temporales, al abandono afectivo, al fracaso, el fracaso en evaluaciones escolares.

Se habla de estudiantes con una enorme capacidad de resiliencia al maltrato, en contraposición con aquellos que posteriormente presentan enormes problemas de adaptación a diversas actividades de su vida (escuela, establecimiento de relaciones sociales consistentes, entorno familiar, etc.), pudiendo manifestar retraimiento excesivo o una gran agresividad, que en cualquier caso les lleva a ser muy

vulnerables ante los demás y a proyectar sus sentimientos de rabia contra objetos o personas.

Asimismo revisaremos algunas conceptualizaciones sobre resiliencia de diversos autores:

-El instituto on Child Resilience and Family explica que la resiliencia es la “habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva”

- Losel, Blieneser y Kofrel a su vez expresa que es el enfrentamiento efectivo de circunstancias y eventos de la vida severamente estresantes y acumulativos.

-Grotberg por su parte indica que es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas, e inclusive, ser transformado por ella.

-Vanistendae expresa que la resiliencia distingue dos componentes: la resistencia frente a la destrucción, la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión, por otra parte más allá de la resistencia, es la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a circunstancias difíciles.

- Rutter manifiesta que la resiliencia se ha caracterizado como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” en un medio insano. Así la resiliencia no puede ser pensada como un atributo con que los niños nacen o que los niños adquieren durante su desarrollo, sino que se trata de un proceso que caracteriza un complejo sistema social, en un momento determinado del tiempo.

- Suárez Ojeda por su parte manifiesta que la resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos.

- Osborn expresa que la resiliencia puede ser producto de una conjunción entre los factores ambientales y el temperamento, y un tipo de habilidad cognitiva que tienen algunos niños aun cuando sean muy pequeños.

De todas maneras, más allá de los conceptos diversos, vamos a enfocarnos en que la resiliencia es la entereza más allá de la resistencia. Es considerada como la capacidad de sobreponerse a un estímulo adverso. El ser resiliente no es ser extraordinario: esta capacidad está en toda persona. La tarea es desarrollar esta capacidad con actitud y firmeza.

3.2. Componentes y Factores de la Resiliencia.

La resiliencia tiene dos componentes importantes: la resistencia a la destrucción y la capacidad para reconstruir sobre circunstancias o factores adversos.

Introspección: Es el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.

Independencia: Capacidad de establecer límites entre uno mismo y los ambientes adversos; alude a la capacidad de mantener una sana distancia emocional y física, sin llegar al aislamiento

La capacidad de relacionarse: Habilidad para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas.

Iniciativa: El placer de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes. Se refiere a la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos.

Humor: Capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia.

Creatividad: Capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden.

Moralidad: Actividad de una conciencia informada, es el deseo de una vida personal satisfactoria, amplia y con riqueza interior. Se refiere a la conciencia moral, a la capacidad de comprometerse con valores y de discriminar entre lo bueno y lo malo.

Grotberg (1995) ha creado un modelo donde es posible caracterizar a un niño resiliente a través de la posesión de condiciones que en el lenguaje se expresan diciendo: “Yo tengo”, “Yo soy”, “Yo estoy”, “Yo puedo”

En todas estas verbalizaciones aparecen los distintos factores de resiliencia, como la autoestima, la confianza en sí mismo y en el entorno, la autonomía y la competencia social.

A su vez, la posesión de estas atribuciones verbales puede considerarse como una fuente generadora de resiliencia.

Dada la complejidad del concepto de la resiliencia, la definición del término resulta crucial a la hora de investigar el fenómeno y de establecer el nivel hasta el cual se quiere entender el término resiliencia. De aquí que en la actualidad no exista un concepto unificado de lo que es la resiliencia.

Recordemos que resiliencia corresponde a “Enfrentamiento efectivo de circunstancias y eventos de la vida severamente estresantes y acumulativos” (Losel, Blieneser y Kofler, 1989, como se cita en Munist et al, 1998, p, 9).

“La resiliencia puede definirse como la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a las adversidades y desarrollar competencia social, académica y vocacional, pese a estar expuesto a un estrés grave o simplemente a las tensiones inherentes al mundo de hoy” “... un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” en un medio insano. Estos procesos se realizan a través del tiempo, dando afortunadas combinaciones entre los atributos del niño y su ambiente familiar, social y cultural. ... se trata de un proceso que caracteriza un complejo sistema social, en un momento determinado del tiempo” (Rutter, 1992 como se cita en Munist et al, 1998,).

“Es un proceso dinámico que tiene como resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad” (Luthar, Cicchetti, D. y Becker, B. 2000 como se cita en Infante 2001).

“La resiliencia es la capacidad humana de hacer frente a los tropiezos o percances de la vida, superarlas y salir fortalecido o incluso transformado. En algún momento de la vida el ser humano se ve enfrentado a adversidades que pueden suceder en cualquier contexto, en cualquier grupo bien sea familiar, social, político, al igual que a nivel

personal cuando se enfrenta al divorcio, a la muerte de algún ser querido, a la enfermedad, abuso sexual, falta de vivienda, de empleo etc.” (Suárez N, 2002).

3.3. Principales factores de la resiliencia:

3.3.1. La resiliencia y la ecuanimidad.

Indica una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, se trata de tomar las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad. Para selles, la ecuanimidad que surge cuando logramos asumir las cosas tal cual son. Cuando dejamos de resistirnos o de rechazar lo inevitable y dejamos de desear aquello que no tenemos. (Pereyra Gisel, 2009)

Cuando somos capaces de aceptar la realidad y asumir que en todo lo que sucede actúan las leyes de la naturaleza. Una persona actúa con plena conciencia de lo que está haciendo, dando respuestas proporcionadas y utilizándolos medios adecuados.es compasiva, justa, estable, equilibrada y armoniosa⁷

La ecuanimidad implica armonía, es ofrecer una respuesta proporcionada ante los estímulos intentando mantener el equilibrio psicológico. La persona ecuánime sabe que todo es mutable y por eso no se aferra a las cosas pero tampoco las rechaza simplemente las acepta.

No obstante eso no significa que la persona ecuánime no experimente emociones y sentimientos, todo lo contrario. Esta persona es compasiva y sensible pero también es equilibrada por lo que puede analizar la situaciones desde una perspectiva más objetiva. Esto le permite reaccionar de manera menos intensa ante los sucesos negativos y centrarse más en vivir el presente.

3.3.2. Resiliencia y la Perseverancia.

Capacidad de seguir adelante a pesar de los obstáculos, es una persona que termina lo que ha empezado, vuelve a intentarlo tras un fracaso inicial, persigue sus objetivos

⁷ [Http://paulinasalles.wprdpres.com/2011/10/21/la-persona-ecuanime](http://paulinasalles.wprdpres.com/2011/10/21/la-persona-ecuanime)

y se mantiene concentrada y trabajando en su tarea como un fuerte deseo de logro y autodisciplina. Rojas, R., manifiesta:

Perseverancia es la capacidad humana que inspira valor para mantenerse firmes para el logro de un objetivo aun a pesar de los retos y adversidad que este implica.

Esta habilidad psicológica puede ser un extraordinario aliado en sus intentos de mejorar su vida ⁸

La perseverancia es la capacidad de seguir aun en medio de la tormenta, está enfocado a la acción, a mantenerse firme con lo que se hace, con la manera de obrar y actuar que tenemos cada día. Sin la perseverancia en nuestras vidas, no podremos llegar a donde sonamos, porque simplemente habrá cosas que querrán imponerse y no las esperamos⁹

3.3.3. Resiliencia y sentirse bien solo.

Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes. Sobre esto Muñoz., A., significa que unas personas capaces de disfrutar tiempo estando sola sin sentirse vacía y triste. La persona ha de desarrollar una conciencia de si misma: esto significa valorarse, conocerse, apreciar, ciertos rasgos de su personalidad y aceptarse sin despreciarse por aquello que no le gusta de sí misma. También incluye tener diálogos con uno mismo y pasar tiempo solas. Es aprender a conectar con imágenes de apoyo mientras está solo. Es decir, has crear en tu mente un lugar seguro de apoyo¹⁰

La soledad nos hace pensar en los pequeños vínculos, el tipo de vida que llevamos, nuestros proyectos y frustraciones. Una ocasión para profundizar, verlos puntos débiles de cada uno y los recursos que disponemos. ¹¹

3.3.4. Resiliencia y el sentido de pertenencia.

⁸ [Http://www.kathegiralo.com/perseverancia/](http://www.kathegiralo.com/perseverancia/)

⁹ [Http://www.psicologiapositiva.wordpress.com/tag/perseverancia/](http://www.psicologiapositiva.wordpress.com/tag/perseverancia/)

¹⁰ [Http://www.cepvi.com/articulos/recursos_psicologos2.](http://www.cepvi.com/articulos/recursos_psicologos2)

¹¹ [Http://psicoemocionant.com/pots/2013/05/cmo-estar-solo-y-sentirme-bien.html](http://psicoemocionant.com/pots/2013/05/cmo-estar-solo-y-sentirme-bien.html)

En los últimos años, el creciente interés por estudiar el Sentido de Pertenencia se asocia con la variable de Resiliencia, ha ampliado el horizonte investigativo incluyendo el ámbito educativo, fundamentalmente por las importantes contribuciones que dicho conocimiento puede brindar en el diseño de intervenciones tendientes a mejorar el desarrollo socioemocional de los estudiantes. En efecto, recientemente la literatura ha mostrado que las carencias en las habilidades del sentido de pertenencia afectan a los estudiantes dentro y fuera del contexto educativo.

Investigaciones realizadas sobre este aspecto, han mostrado que aquellos estudiantes que presentan mayores niveles de Sentido de Pertenencia presentan menor cantidad de síntomas físicos, menor ansiedad y depresión, mayor autoestima y satisfacción interpersonal, y mayor uso de estrategias de afrontamiento centradas en la resolución de problemas.

3.3.5. Resiliencia y la Satisfacción Personal.

Comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.

La satisfacción personal, es el valor de sentirse bien en medio de alguna situación, y por alguna razón, la satisfacción nos hace sentir realizados, nos provee alegría y comodidad con el momento que vivimos, nos lleva a anhelar que nunca termine lo que está presente, el valor de la satisfacción está presente cuando hemos logrado algo, o cuando algo bueno ocurre a nuestro alrededor, por lo tanto la satisfacción se relaciona con el sentimiento en nuestro interior de paz, de regocijo, de buena energía.

3.3.6. Resiliencia y confianza en sí mismo.

Habilidad de creer que se es capaz de realizar una actividad o alcanzar un objetivo.

La resiliencia tiene una íntima relación con la confianza en sí mismo es una actitud que permite a los individuos tener una visión positiva acerca de ellos mismos.

Las personas que confían en sí mismos creen en sus habilidades, sienten que tienen control sobre sus vidas y creen que son capaces de hacer lo que planean y esperan.

Tener confianza en sí mismo no significa que se pueda hacer todo. Las personas que confían en sí mismas tienen expectativas realistas. Incluso cuando sus intereses no se cumplen, ellos continúan siendo positivos y aceptan su manera de ser.

Las personas con baja confianza en sí mismas dependen excesivamente de la aprobación de los demás para sentirse bien con ellos. Tienden a evitar los riesgos ya que tienen miedo a fracasar. En general, no esperan ser exitosos o que les vaya bien. En contraste, las personas confiadas en sí mismas están dispuestas a ser desaprobadas por los demás porque confían en sus propias habilidades. Tienden a aceptarse y sienten que no deben complacer a otros para ser aceptados.

La confianza en sí mismo no es necesariamente una característica general que abarque todos los aspectos de la vida de un individuo. Frecuentemente, una persona puede sentirse confiada en algunas áreas de su vida (por ejemplo, en lo académico) mientras que en otras áreas se sienten poco confiados (por ejemplo, en relaciones sociales).

Muchos factores están relacionados con un adecuado desarrollo de este aspecto. La actitud de los padres es uno de los factores que influye en los sentimientos que posteriormente tienen los hijos de sí mismos. Cuando los padres proveen suficiente apoyo a los hijos, promueven el desarrollo de sentimientos positivos y confianza en ellos, y estos repercuten de manera directa sobre el ámbito escolar académico.

La falta de confianza en sí mismo no necesariamente se relaciona con falta de habilidad. Más bien, es el resultado de centrarse en expectativas poco realistas y en los estándares de los demás. Los estudiantes examinan sus valores, desarrollan su identidad y además son particularmente vulnerables a la influencia de los pares y los valores sociales.

3.5. Resiliencia en los ámbitos educativos.

Las escuelas como organizaciones y la educación en general son poderosas constructoras y fomentadoras de la resiliencia en los educandos. Dado que la

institución escolar tiene la capacidad de construir y fomentar la resiliencia, hay muchas cosas que pueden ponerse en práctica con el fin de asegurar que ello ocurra para beneficio de los alumnos y también de la educación.¹²

Las aulas no sólo son espacios del proceso de enseñanza-aprendizaje, sino constructores y facilitadores de resiliencia, pues las fortalezas de un alumno lo harán pasar de un estado de riesgo escolar, o incluso vital, a la superación de ese estado de riesgo y el ingreso en otro donde estará ileso y saldrá fortalecido. Las relaciones constructoras de resiliencia en la escuela se caracterizan por centrarse en los puntos fuertes de los alumnos. Los docentes que trabajan en las escuelas deben buscar las fortalezas de cada alumno con la misma minuciosidad que suelen emplear para detectar sus problemas, y hacérselas ver para hacer de éstas una herramienta de la enseñanza. (Henderson MV, Milstein MM ,2007).

La resiliencia en educación es un proceso de superación de la adversidad y de responsabilidad social. La tarea pedagógica es el diseño de acciones preventivas tanto individuales, grupales e institucionales, pero una prevención en donde la percepción de las personas sea concebida con recursos para desarrollar su propia resiliencia y ser un recurso para otro.

La resiliencia es la condición para desarrollar una pedagogía preventiva, alternativa a la tradicional de riesgo, basada en el respeto y la aceptación incondicional del otro, considerando el derecho al afecto de todo ser humano. Vivir el amor y la afectividad unido al desarrollo de características que revelen la capacidad de una persona de resistir la adversidad y salir fortalecido de ella, son una puerta de entrada para emprender una reflexión sobre los elementos orientados a favorecer conductas socio afectivas en el contexto escolar a considerar en la prevención, y convertir el cariño y la afectividad en reconstituyentes terapéuticos de experiencias presentes y futuras.

¹² Recuperado de: Revista de Pedagogía-bienestar Villalta Páucari Marco Antonio” *Factores de resiliencia asociados al rendimiento académico en estudiantes de contextos de alta vulnerabilidad social*” *Factors of resilience associated with academic performance in students from contexts of high social vulnerability, Chile, 2009.*

3.6. Descripción y Objetivos de la Educación de Adultos.

Dada la relación existente entre la Educación de Adultos en sus diferentes niveles con los niveles correspondientes de la Educación formal es conveniente recordar los objetivos de ésta, puesto que la misma Ley 1565, determina que la Educación de Adultos debe adaptar los fines de la educación formal a sus propias características y necesidades. Ahora bien, entre los objetivos de la educación formal se mencionan los siguientes:

- Mejorar la calidad y la eficiencia de la Educación, haciéndola pertinente a las necesidades de la comunidad y ampliándola en su cobertura y en la permanencia de los educandos en el sistema educativo y garantizando la igualdad de los derechos de hombres y mujeres.
- Organizar el conjunto de actividades educativas ofreciendo múltiples y complementarias opciones que permitan al educando aprender por sí mismo en un proceso de permanente superación.
- Construir un sistema educativo intercultural y participativo que posibilite el acceso de todos los bolivianos a la educación, sin discriminación alguna.

Los fines de la Educación de Adultos han sido propuestos en el II Seminario-Taller de «Revisión y Aprobación de la Estructura y Funcionamiento de los Centros en las Diferentes Modalidades de la Educación de Adultos», celebrado en la ciudad de El Alto del 16 al 18 de febrero de 1996:

- a) Construir una sociedad nueva que se libere de la dependencia tanto interna como externa.
- b) Defender la gran riqueza natural y emplearla para el bien común logrando la integración nacional con la participación igualitaria de nuestras diversas culturas y sectores humanos que forjen una identidad nacional y un estado de justicia.

Los Objetivos de la Educación de Adultos han sido formulados de la siguiente manera:

- a) Ofrecer al adulto una formación integral y coherente como alternativa en el proceso de desarrollo socio económico y cultural de las clases populares en función de las necesidades, intereses, aspiraciones y motivaciones individuales compatibles con la comunidad.
- b) Posibilitar en el hombre adulto el desarrollo constante de su creatividad a través de la práctica permanente de metodologías y procedimientos dinámicos orientados a la participación eficaz en el proceso de su formación y capacitación integral.
- c) Desarrollar el espíritu crítico reflexivo del adulto para dinamizar su participación consciente y responsable en la elaboración y ejecución de proyectos encaminados al desarrollo comunitario.
- d) Facilitar al adulto la adquisición y el dominio de los instrumentos de la comunicación intercultural como la lectura, la escritura y otros integrados a la capacitación técnico-ocupacional de promoción social.

A nivel jurídico, la Educación de Adultos comenzó con el Código de la Educación Boliviana de 1955 (MEC, 1955). En 1970, se instauraron las siguientes modalidades:

- Educación Básica Acelerada (EBA).
- Centros de Educación Media Acelerada (CEMA).
- Instituto Boliviano de Aprendizaje (IBA)¹³

3.7. Resiliencia y los adultos.

Muchos, por no decir todos, dudan de las capacidades de las personas adultas al momento de desenvolverse en las aulas, pero pocos consideran que por la experiencia

¹³ <http://educacionbolivia.yaia.com/educacionadultos.html>

adquirida a lo largo de sus vidas son auténticos estudiantes con criterios bastante definidos.

Un desafío único. Nunca es tarde cuando las ganas son muchas es algo que saben muy bien los numerosos adultos que deciden concluir con sus estudios. Dispuestos a retomar sueños postergados o a aventurarse en proyectos nuevos, el paso por el colegio, permite no sólo adquirir conocimientos y obtener su título de bachiller, sino también comprobar que el tiempo no es eterno como habitualmente se lo percibe en los años tiernos, pero tampoco esquivo para encarar nuevos desafíos.

Ganas de avanzar, o retomar los estudios. Placer por descubrir conocimientos. Asignaturas pendientes. Los motivos para acercarse a los libros son tan diversos como personales. Pero el entusiasmo asoma como un motor común que los empuja a resignar horas de ocio y de descanso en pos del ansiado diploma.¹⁴

Los adultos en la Universidad mejoran la adquisición de habilidades, como el pensamiento crítico, el buen humor y la adaptación a los cambios de la realidad.

3.7.1. Algunos de los motivos por los que retoman sus estudios.

Las etapas de la vida son suelen ser muy complejas, sobre todo si el ambiente en el que las personas se desenvuelven no es el idóneo para su desarrollo, quedando inconclusa las etapas y provocando un caos en el orden de las mismas.

Algunos psicólogos importantes han escrito sobre las etapas psicosociales que se llevan a cabo durante el periodo de vida de las personas.

Erick Ericsson, fue una de las personas que llevo a cabo este tipo de estudios, donde en una de las etapas el describe una serie de necesidades que se deben cumplir para poder seguir adelante, y la nombro: Generatividad frente a estancamiento.

Durante la edad adulta media, en una etapa que dura desde los 25 hasta los 60 años aproximadamente, establecemos nuestras carreras, establecemos una relación,

¹⁴ Recuperado de: <https://es.linkedin.com/pulse/adultos-que-cursan-carreras-universitarias-estudiar>

comenzamos nuestras propias familias y desarrollamos una sensación de ser parte de algo más amplio. Aportamos algo a la sociedad al criar a nuestros hijos, ser productivos en el trabajo, y participar en las actividades y organización de la comunidad. Si no alcanzamos estos objetivos, nos quedamos estancados y con la sensación de no ser productivos (Erikson, Youth, change and challenge 1963).

No alcanzar satisfactoriamente la etapa de generatividad da lugar a un empobrecimiento personal. El individuo puede sentir que la vida es monótona y vacía, que simplemente transcurre el tiempo y envejece sin cumplir sus expectativas. Son personas que han fracasado en las habilidades personales para hacer de la vida un flujo siempre creativo de experiencia y se sienten apáticos y cansados.

Las personas generativas encuentran significado en el empleo de sus conocimientos y habilidades para su propio bien y el de los demás; por lo general, les gusta su trabajo y lo hacen bien (Ana Muñoz, directora de Cepvi.com).

Otro de los que han escrito y que también haremos referencia sobre el desarrollo de las personas es Abraham Maslow, el conformo una pirámide de necesidades que todas las personas tenemos en cierto momento que van desde lo fisiológico a lo psicológico, Maslow establece un orden, en el cual no se debe brincar ninguna de las fases, esto es en base a motivación, el resultado de llevar a cabo esta pirámide lo llamo autorrealización, Maslow escribió sobre la autorrealización dividiéndola en ocho etapas, la octava nos menciona:

"Descubrir quién es uno, que es, que es lo que le gusta, que le disgusta, que es bueno y malo para uno, hacia donde se dirige y cuál es su misión, abrirse a uno mismo (Maslow, Toward a psychology of being 1968)".

Maslow nos habla de un de una comprensión de sí mismo, para esto se requiere de madurez, para saber qué es lo que las persona quieren y que van a hacer para

conseguirlas, sabiendo que la meta a conseguir le dará un sentimiento de estabilidad y felicidad debido al logro.¹⁵

3.7.2. Dificultades al retomar los estudios.

Algunas personas que quieren ingresar o retomar el colegio no lo hacen por miedo y se hacen continuos cuestionamientos: “¿Estudiar a esta edad?”, “la cabeza no me va a responder”.

Según estudios estas dudas son justificaciones equívocas, puesto que evidentemente los recursos cognitivos disminuyen con la edad, pero si se ejercita la mente éstos pueden aumentar en las personas adultas.

Lo que realmente sorprende es la actitud con la que asumen cada una de sus responsabilidades estudiantiles. Profesores de distintas unidades educativas nocturnas, aseguran: “sin desmerecer a los demás, creo que las intervenciones de los estudiantes mayores son muy diferentes a las del resto de los estudiantes. Se nota en ellos, el peso de la experiencia de los años”.

Retomar las aulas es una manera de continuar creciendo laboral y personalmente, es decir de ninguna manera debería considerarse al cerebro desechable o como algo que nos sirve sólo de momento, porque con los años ya no tiene la misma calidad.¹⁶

3.7.3. Los adultos marcan una nueva tendencia.

Cecilia Liébana, Profesora en Ciencias de la Educación y Licenciada en Psicología, reconoce que el tema es sumamente complejo, porque se entrelazan cuestiones sociales con cuestiones singulares. Pero para abordar genéricamente la cuestión, dice: “El adulto que no finaliza su escolaridad siente que no tiene los requisitos básicos

¹⁵ Recuperado de: <http://www.monografias.com/trabajos49/causas-estudios-adultos/causas-estudios-adultos2.shtml#ixzz4fAjkuHbx>

¹⁶ Recuperado de: <https://es.linkedin.com/pulse/adultos-que-cursan-carreras-universitarias-estudiar>

para competir en el mercado laboral, que no entra en lo esperable, que hay algo que no le fue dado”. Qué sienten entonces, los adultos que sí logran finalizar sus estudios.

Si la experiencia es favorable, estas personas reafirman la autoestima, mejoran su pronóstico de vida. Otra cuestión a tener en cuenta es que está demostrado que a mayor nivel educativo, existen mayores posibilidades de inserción laboral y, en consecuencia, acceso a mejores remuneraciones. Aun cuando esto no se corrobore caso a caso, es una cuestión de tendencia: la persona que vuelve a estudiar tiene la sensación de que entró en esa tendencia y que algo de esto va a pasarle. Además está lo subjetivo sobre la finalización de los estudios, porque te valida internamente: ‘Yo pude hacerlo’. Y mucho más si se trataba de una asignatura pendiente”. Básicamente, es la posibilidad concretada en acto.

Liébana concluye: “Es importante, también, como se multiplica generacionalmente el ejemplo de estudiar. Muchísimas personas reciben el título acompañadas por sus hijos, y esto incorpora un adicional de gran peso simbólico, emocionante. Ellas se erigen como modelo de vida desde la apuesta al estudio. Es una manera de decir ‘Así se lucha’, lo que tiene ver con el tratar de superarse”.¹⁷

¹⁷ Recuperado de: https://entremujeres.clarin.com/entremujeres/trabajo/capacitacion/tarde-estudiar_0_SJQjr6YwXg.html

IV. METODOLOGÍA.

4.1.- TIPIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN:

La presente investigación corresponde al área de la psicología Social-educativa, ya que esta “es una ciencia que se focaliza principalmente en comprender las causas o factores que moldean nuestros pensamientos, sentimientos y conductas en situaciones sociales. Intenta lograr esta meta a través del método científico y toma en cuenta que nuestra interacción con otros está influenciada por un amplio rango de factores sociales, cognitivos, ambientales, culturales y biológicos” (Baron & Byrne 1994.83)

Se trata de una investigación exploratoria porque tiene como objetivo examinar un tema o problema de investigación poco estudiado o que no ha sido abordado antes, sirve para aumentar el grado de familiaridad con fenómenos relativamente desconocidos, formula problemas para estudios más precisos o para desarrollo de hipótesis, establece prioridades para futuras investigaciones, recopila información acerca de un problema que luego se dedica a un estudio especializado y particular, aumenta el conocimiento respecto al problema y aclara conceptos. (Sabino, Carlos, 1992.92).

La presente investigación es también descriptiva porque busca recolectar datos relevantes de la población y evaluarlos; los estudios descriptivos, pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o variables a las que se refiere, es decir, miden, evalúan, y recolectan datos sobre conceptos del fenómeno a investigar”(Fernández, C, 2005).

Para la realización de los análisis de datos se utilizó el enfoque *Cuantitativo* porque ayuda a informar sobre los datos empíricos y medibles en términos “cuantos” expresados a través de cuadros, gráficos y porcentajes.

Por otra parte se empleó también el enfoque *Cualitativo* que consiste en la interpretación y análisis de los resultados obtenidos de manera descriptiva y en función de las referencias teóricas que se tiene en el presente documento.

4.2.-POBLACIÓN Y MUESTRA.

4.2.1. Población.

La población objetivo está constituida por estudiantes de las unidades educativas fiscales llamados C.E.A. (Centro de Educación Alternativas) del área concentrada de la ciudad de Tarija. Actualmente se tienen registrados 4 colegios con un total de 1607 estudiantes.

Cuadro N°1

Población

N°	C.E.A.	ÁREA	DEPENDENCIA	N° DE PARTICIPANTES
1	Belgrano Adultos	Concentrada	Fiscal	490
2	San Roque Adultos	Concentrada	Fiscal	488
3	Nazaria Ignacia March Adultos	Concentrada	Convenio	24
4	Perpetuo Socorro	Concentrada	Fiscal	45
5	Tarija Adultos	Concentrada	Fiscal	422
6	San Gerónimo Adultos	Concentrada	Fiscal	207
7	El Cóndor Adultos	Dispersa	Convenio	59
8	El Cóndor Adultos	Dispersa	Convenio	48
9	El Cóndor Adultos	Dispersa	Convenio	83
Total				1607

Fuente: SIE Distrital

Elaboración propia

4.2.2. Muestra.

El presente estudio tiene como muestra los alumnos (as) inscritos en la presente gestión de los Centros de Educación para Adultos “CEA” de dependencia fiscal, específicamente los matriculados en la presente gestión en la modalidad de educación secundaria de personas jóvenes y adultos de los centros educativos: Belgrano Adultos San Roque Adultos, Tarija Adultos, y San Jerónimo Adultos.

Los datos de la población a ser estudiada se presentan en el siguiente cuadro:

Cuadro N° 2

MATRÍCULA CENTROS DE EDUCACIÓN PARA ADULTOS GESTIÓN 2017

N°	CENTROS	MATRICULA	PORCENTAJE
1	BELGRANO ADULTOS	490	30.5%
2	SAN ROQUE ADULTOS.	488	30.4%
3	TARIJA ADULTOS	422	26.3%
4	SAN GERÓNIMO ADULTOS	207	12.9%
	TOTAL	1,607	100.0%

Fuente: SIE Distrital

Elaboración propia

4.2.2.1 Tipo de Muestreo

Para el presente estudio se utilizó un muestreo aleatorio estratificado, en esta técnica, el tamaño de la muestra de cada estrato es proporcional al tamaño de la población del estrato si se compara con la población total. Esto significa que cada estrato tiene la misma fracción de muestreo. Es usado cuando el investigador desea resaltar un sub grupo específico dentro de la población, es por tanto que se puede probar de forma representativa hasta a los sub grupos más pequeños y más inaccesibles de la población

En este tipo de muestreo se divide la población en subconjuntos, 4 estratos que representan los cuatro centros educativos a estudiar, para después sacar una muestra de cada uno de estos estratos.

Por otra parte el presente trabajo de investigación se basó también en el tipo de muestreo intencional, que refiere a que el investigador selecciona la muestra “procurando que sea representativa pero de acuerdo a su intención u opinión” (Ander-Egg Ezequiel,2013). En este sentido se utilizó una muestra razonada o intencionada,

ya que la misma consiste en que el investigador escoge intencionalmente y no al azar, algunas categorías que él considera representativa del fenómeno que se va a estudiar.

Las categorías que se tomaron en cuenta en la presente investigación fueron: mujeres madres solteras, estudiantes de edad avanzada, personas que asistan a clases con sus hijos. Y que hayan accedido de manera voluntaria a la aplicación de dicha entrevista con garantía del anonimato, se tomaron 2 estudiantes por nivel de cada colegio, con un total de 16 personas encuestadas en el proceso investigativo.

Para el cálculo de la muestra se utilizaron las proporciones finitas para un muestreo aleatorio estratificado (MAE):

$$n = \frac{\sum N_h \cdot P_h \cdot Q_h}{N \left(\frac{e}{z} \right)^2}$$

Donde:

n = Tamaño de muestra óptimo

N_h = Tamaño del estrato h

P_h = Proporción de prevalencia de resiliencia

Q_h = Proporción de no prevalencia de resiliencia

N = Tamaño total de la población estudiada

e = error máximo tolerable

z = nivel de confianza

Los valores adoptados para el presente estudio son:

N	1,607
P	0.5
Q	0.5
z (95%)	1.96
E	5.00%

De la misma forma para la conformación del tamaño óptimo de estratos se utilizó la siguiente formula:

$$nh(op) = n \frac{nh}{N}$$

Donde:

Nh(op)= tamaño óptimo del estrato h

nh= Tamaño del estrato h

N= Tamaño total de la población estudiada

RESULTADOS DEL CÁLCULO DE LA MUESTRA ALEATORIA ESTRATIFICADA.

En el siguiente cuadro se muestra en detalle los resultados del cálculo de la muestra óptima total (n= 384 estudiantes) por estrato de estudio:

Cuadro N° 3

CÁLCULO DE MUESTRA ÓPTIMA ESTRATIFICADA EDUCACIÓN SECUNDARIA DE PERSONAS JÓVENES Y ADULTOS GESTIÓN 2017

N°	ESTRATOS	MATRICULA	PORCENTAJE	TAMAÑO DE MUESTRA	AFIJACIÓN MUESTRA ESTRATOS
				$n = (Nh * Ph * Qh) / N(e/z)^2$	$nh = n * (nh/N)$
1	BELGRANO ADULTOS	490	30.5%	123	117
2	SAN ROQUE ADULTOS	488	30.4%	122	117
3	TARIJA ADULTOS	422	26.3%	106	101
4	SAN JERONIMO ADULTOS	207	12.9%	52	49
TOTAL		1,607	100.0%	384	384

De acuerdo a la muestra representativa de cada uno de los colegios obtenida a través de la escala de Wagnild y Young, a continuación, el detalle del proceso realizado.

A tiempo de trabajar con los Centros de Educación para Adultos se tuvo dificultad para acceder a los estudiantes, debido a obstáculos que pusieron algunos directores, en cuanto a la obtención de una muestra representativa de estudiantes aún contando con el permiso del SEDUCA. Antes de poder aplicar la prueba, se tuvo que llamar a reunión para explicar la finalidad de ésta; por tanto algunos maestros no quisieron conceder minutos de su clase, argumentando varios aspectos, como por ejemplo: retraso en el avance curricular. Por otra parte algunos de los directores pedían que se trabajase con el curso completo, ya que el solo hecho de trabajar con estudiantes que cumplan con las características requeridas significaba dejar de lado a los estudiantes que no cumplían con la mayoría de éstas. Existía temor a que se sientan discriminados. Para evitar esta situación se tuvo que trabajar con ambos cursos complementarios y especializados; de acuerdo a la disposición del director de cada Centro de Educación para Adultos.

Así mismo, se consultó a los docentes, en cuanto a la aplicación de instrumentos, para poder proceder.

Para la aplicación de las entrevistas se usó otro tipo de criterio, ya que para éstas era necesario que cumplan con las características respectivas, como ser: madres solteras, personas de avanzada edad, personas que trabajen durante el día, etc. Se les solicitó colaborar con la entrevista y éstos accedieron. El instrumento se aplicó a una persona por paralelo, tomando en cuenta la cantidad de participantes requeridos para determinar la muestra, en especial en el C.E.A. San Jerónimo por el número reducido de su población.

4.3. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.

4.3.1. Métodos.

El método “es el conjunto de procedimientos que permiten abordar un problema de investigación con el fin de lograr unos objetivos determinados. El método científico

es aquel que se han basado todas las ciencias sociales humanas.” (Buendía, Leonor, 1998). En tal sentido en el proceso de investigación se tomaron en cuenta los siguientes métodos:

Método Teórico.

Es aquel que permite revelar las relaciones esenciales del objeto de investigación, son fundamentales para la comprensión de los hechos y para la formulación de la hipótesis de investigación. Los métodos teóricos potencian la posibilidad de realización del salto cualitativo que permite ascender del acondicionamiento de información empírica a describir, explicar, determinar las causas y formular la hipótesis investigativa. (López, J. L., 1995, p.122).

Este método se utilizó en base a una información con bibliografía científica, para la construcción del marco teórico, la interpretación de los resultados donde se tomaron en cuenta conceptos fundamentales para la respectiva interpretación, así como en las conclusiones.

Método Empírico.

Contiene una serie de procedimientos prácticos sobre el objeto y los medios de investigación que permiten revelar las características fundamentales y relaciones del objeto de estudio, que son accesibles a la contemplación sensorial.

Permite efectuar el análisis preliminar de la información, así como verificar y comprobar las concepciones teóricas. (Canda M., 2002, p.215).

Este método permitió hacer una serie de investigaciones referentes a la problemática, retomando experiencias de otros autores, también conlleva a efectuar el análisis preliminar de la información, así como verificar y comprobar las concepciones teóricas, bibliográficas y la aplicación de escalas y entrevistas.

Método Estadístico.

Este método implica que los datos se obtienen a través de pruebas, los cuales están sometidos a escalas o parámetros estadísticamente establecidos, es decir que las respuestas están sistematizadas, todos estos datos corregidos son procesados.

La información recabada mediante los instrumentos fue procesada a través de cálculos matemáticos y el programa técnico Excel, lo que facilitó la medición de resultados obtenidos, los cuales fueron plasmados a través de frecuencias y porcentajes en gráficas y cuadros, de los cuales posteriormente se efectuó el análisis descriptivo.

4.3.2. Técnicas.

En el proceso investigativo se aplicaron técnicas psicométricas las que se entienden como “medidas objetivas y tipificadas de una muestra de conducta que permiten hacer descripciones y comparaciones de unas personas con otras y también de una misma persona en diferentes momentos de su vida”¹⁸.

Entre las técnicas empleadas se aplicó la escala de Likert que es un método que fue desarrollado por Rensis Likert en 1932; consiste en un conjunto de ítems representados en forma de afirmaciones o juicios ante los cuales se pide la reacción de los sujetos a los que se les administra, es la escala psicométrica más utilizada para medir actitudes, comúnmente administradas en forma de cuestionarios y de uso más amplio en las encuestas para investigaciones, donde cada ítem presenta cinco alternativas que evalúan la intensidad de la actitud para identificar si los mismos, si son favorables o no al objeto de estudio. (Sampieri y Otros, 2003).

El tipo de entrevista que se aplicó a los estudiantes, fue semi estructurada. Se efectuó de manera personal, lo cual permitió que la información adquirida sea más verídica, a tiempo de tener mayor libertad al momento de emitir una respuesta, y que los datos puedan enriquecer a la investigación, tomando en cuenta que esta fue elaborada de acuerdo a la escala de Walgnil y Young.

¹⁸ Testworld 2016 recuperado de: <http://es.testworld.net/test-psicometrico.html>. 6 de mayo de 2016.

La entrevista consta de 9 preguntas abiertas seguidas de ejemplos, los cuales fueron direccionados al tema, de manera que no se pierda la idea de la intención de la pregunta, y a donde se quiere llegar, es decir éstas respondían a unos indicadores, donde no existe respuesta incorrecta, se dividen en “respuestas que refuerzan la idea de cada factor” y “otro tipo de respuestas”. Así que con esta se pudo afirmar o refutar algunas hipótesis planteadas.

El instrumento elaborado fue validado por un docente del área de psicología social que certificó que el mismo responde a los objetivos de la investigación.

4.3.3 Instrumentos.

4.3.3.1. Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Fue construida por en 1988 y revisada por Wagnild y Young en 1993 está compuesta por 25 ítems, los cuales puntúan una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo y un máximo de acuerdo es de 7. Los participantes indicaran el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos.

La Escala de Resiliencia de Wagnild y Young tiene dos factores de dominio que son de competencia y de aceptación personal, que a su vez representan cinco características de la Resiliencia.

Factor I: Denominado competencia personal indican: autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.

Factor II: Denominado aceptación de uno mismo y de la vida, y reflejan la adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad.

Estos factores representan las siguientes *características* de resiliencia:

a) *Ecuanimidad*: Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, tomar las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad.

b) *Perseverancia*: Persistencia ante la adversidad o el desaliento, tener un fuerte deseo del logro y autodisciplina.

c) *Confianza en sí mismo*: Habilidad para creer en sí mismo, en sus capacidades.

d) *Satisfacción personal*: Comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.

e) *Sentirse bien sólo*: Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes.

4.3.3.2. Entrevista semi estructurada.

La entrevista semi estructurada “en este tipo de entrevista existe un grado mayor de libertad de acción, por lo que la entrevista suele ser más ágil; pero, al igual que la entrevista estructurada tiene unos objetivos y un plan de desarrollo predefinidos”¹⁹. Por lo tanto en la presente investigación se elaboró una guía de entrevista semi estructurada en donde estas preguntas salen de la escala para corroborar cual es el factor de mayor relevancia o prevalencia; es por tanto que el entrevistador hace preguntas semi estructuradas pero las respuestas son calificadas bajo este parámetro, es un gran aporte metodológico, que viene a apoyar las dimensiones de la escala estandarizada de Wagnild y Young.

La entrevista tiene una pregunta acompañada de otras dos guías orientadas a que el entrevistador de su respuesta cumpliendo con los parámetros ya establecidos:

En el factor I denominado COMPETENCIA PERSONAL deben cumplir indicando en ellos:

- Autoconfianza
- Independencia

¹⁹ Recuperado de: <http://menteypsicologia.blogspot.com/que-es-la-entrevista.html>

- Decisión
- Invencibilidad
- Poderío
- Ingenio
- Perseverancia

Por otra parte para el cumplimiento del factor II denominado ACEPTACIÓN DE UNO MISMO Y DE LA VIDA deben indicar:

- Adaptabilidad
- Balance
- Flexibilidad
- Perspectiva de la vida estable, que coincide con la aceptación por la vida
- Sentimiento de paz a pesar de la adversidad

4.3.4.-Procedimiento.

A continuación se explica el proceso por el cual se llevó a cabo la presente investigación:

Primera fase: Revisión bibliográfica.

Permitió la adecuación de datos, información, buscando el sustento teórico en distintos sitios web, libros y artículos relacionados con el tema.

Segunda fase: Elaboración de los instrumentos.

Se elaboró una entrevista semi estructurada con el fin de apoyar a la escala de tipo likert, esta fue aplicada a un número reducido pero representativo de la muestra, cumpliendo con las características precisas.

Tercera fase: Validación de los instrumentos.

En esta etapa se realizó la validación del instrumento, que fue aprobada por el licenciado Federico Flores, la cual posteriormente se aplicó a la población. Esta fue, aplicada de forma paralela con la finalidad de apoyar la investigación.

Cuarta fase: Coordinación con las instituciones.

Al momento de identificar a la población para la investigación, se tuvo que extender una carta por parte de la universidad, para poder acceder a la población, no obstante, se tubo que coordinar previamente con cada director y profesores la fecha, día, hora y los cursos a los que aplicaría el instrumento.

Quinta fase: Aplicación de los instrumentos.

La aplicación se realizó de manera colectiva, consistió en proporcionar el instrumento que son los inventarios para medir la Resiliencia en los estudiantes de secundaria, paralelamente se realizó la entrevista a la población reelegida que cumplieran con las características necesarias, y posteriormente se realizó la corrección de estos instrumentos.

Sexta fase: Analisis e interpretacion de los resultados.

De acuerdo a los datos obtenidos se realizó el análisis respectivo, la tabulación, sistematización e interpretación de estos, se elaboraron las conclusiones, tomando en cuenta si se cumple o rechaza la hipótesis planteada.

Séptima fase: Elaboración del informe final.

La elaboró el dicho informe tomando en cuenta las anteriores fases, para posteriormente realizar la presentación del documento final el cual será entregado de acuerdo al reglamento para su respectiva defensa.

V. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS.

En el siguiente capítulo se presentan los datos estadísticos, centralizados y representados en cuadros y gráficos, para su respectiva interpretación, y el análisis cualitativo de los mismos; los cuales permiten dar respuestas a los objetivos planteados y para confirmar o rechazar la hipótesis planteada en la investigación.

Se presentan los datos que son producto de la escala de Wagnild y Young, aplicados a los estudiantes de los centros de educación para adultos; además de una entrevista aplicada a una población reducida; pero representativa, fue elaborada para corroborar y apoyar los datos cuantitativos arrojados por dicha escala.

Para dar respuesta a los distintos objetivos específicos en la investigación se presentan el siguiente análisis e interpretación de los datos.

Cuadro N°4

Competencia personal

(Ecuanimidad)

PREGUNTA	TOTAL DESACUERDO		DESACUERDO		NI EN DESACUERDO NI ACUERDO		ACUERDO		TOTAL ACUERDO		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
7.Usualmente veo las cosas a largo plazo	28	7%	16	4%	102	27%	73	19%	165	43%	384	100%
8.Soy amigo de mi mismo	9	2%	5	1%	39	10%	30	8%	301	79%	384	100%
11.Rara vez me pregunto cual es la finalidad de todo	29	8%	22	6%	113	29%	78	20%	142	37%	384	100%
12.tomo las cosas una por una	25	7%	23	6%	99	26%	59	15%	178	46%	384	100%

Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

Para dar respuesta al primer objetivo específico: “Identificar el nivel de ecuanimidad en los estudiantes de los CEA” de la ciudad de Tarija, se presentan los siguientes resultados:

La ecuanimidad es considerada la perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias; también connota la habilidad de esperar tranquilo y tomar las cosas como vengan; por ende moderando respuestas extremas ante la adversidad. (Del Águila, M. 2003). La ecuanimidad es, también, la facultad de pensar y juzgar con imparcialidad, es cualidad de una persona equilibrada.

La persona ecuánime sabe que todo es mutable y por eso no se aferra a las cosas; pero tampoco las rechaza; simplemente, las acepta.

Por otra parte, el 79% de las personas asumen la importancia de ser amigos de sí mismos, puesto que la ecuanimidad implica armonía, aprender a ofrecer una respuesta proporcionada ante los estímulos, intentando mantener el equilibrio psicológico; lo que quiere decir que, estas personas, entienden la importancia de respetar sus emociones y sentimientos.

No obstante, eso no significa que las personas ecuánimes no experimenten emociones y sentimientos. Ellos también son personas compasivas y sensibles pero también son equilibrada por lo que puede analizar las situaciones, desde una perspectiva más objetiva. Esto le permite reaccionar de manera menos intensa ante los sucesos negativos y centrarse más en vivir el presente.

Del mismo modo, el 46% de las personas encuestadas expresaron estar de acuerdo con lo importante que es tomar las cosas una por una, para lograr ser ecuánime. Para ellos, la ecuanimidad surge cuando se logra asumir las cosas tal cual son, en una perspectiva balanceada de la propia vida y de las propias experiencias, tomando las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad.

Se entiende que la ecuanimidad surge cuando logramos asumir nuestras responsabilidades, porque indica una perspectiva balanceada de la vida. Dejamos de resistir, de rechazar lo inevitable, desear lo que no tenemos; somos capaces de aceptar la realidad y asumir que, en todo lo que sucede, actúan las leyes de la naturaleza, el deseo, una persona actúa en plena conciencia de lo que está haciendo, dando respuesta proporcional y utilizando medios adecuados, es compasiva, justa, estable, equilibrada y armoniosa.

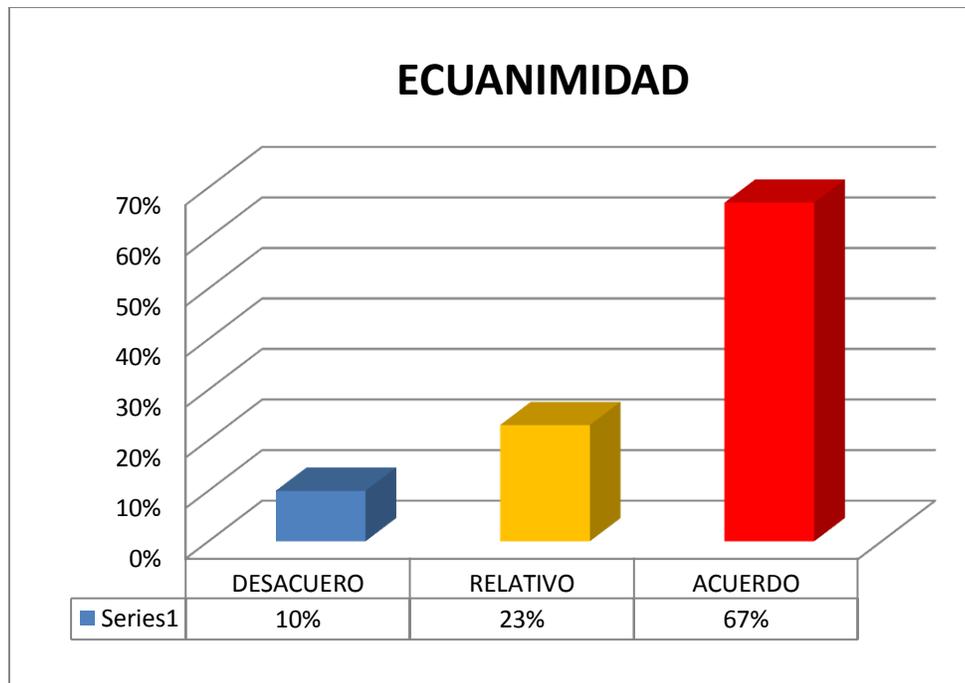
Esto quiere decir que para ellos, tomar las cosas una por una, con tranquilidad es importante porque ayuda a que estén en armonía y van dando respuestas proporcionales y justas para cada uno de sus problemas.

Así mismo, un 43%, entiende que es mejor ver las cosas a largo plazo, porque para ellos es importante dejar de resistirse o de rechazar lo inevitable, de desear aquello que no tenemos, es decir que moderan sus actitudes ante la adversidad.

Es fundamental establecer, además, que para adquirir esta cualidad, la ecuanimidad, es básico que cuente con otra serie de valores que le ayudarán a lograrla. Entre los mismos podríamos destacar la tolerancia, la compasión, la serenidad e incluso la comprensión.

Gráfico N° 1

(Valoración General)



Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

En general, se puede observar que un 67% de los encuestados están de acuerdo con el factor ecuaníme, esto quiere decir que estas personas poseen ecuanimidad como un factor importante para conseguir la resiliencia.

Se considera que toda persona que cuenta con aquella, tiene una serie de importantes ventajas, tanto para su desarrollo individual como para su proyección social e incluso a futuro. En concreto, entre las mismas, se establece que gracias a la ecuanimidad se consigue la paz interior y también una clara visión de las cosas, situaciones y personas

que nos rodean.²⁰ Ésta es una de las ventajas que presentan los estudiantes al tener rasgos de ecuanimidad; lo cual constituye un factor importante para continuar con sus estudios.

No se debe olvidar que todo individuo ecuánime tendrá la capacidad para no juzgar precipitadamente a alguien, que contará con una libertad, estará abierto a nuevas situaciones y evitará no ser controlado.

²⁰ Recuperado de: <http://lexicoon.org/es/ecuanimidad>

Cuadro N°5

Competencia personal

(Perseverancia)

PREGUNTA	TOTAL DESACUERDO		DESACUERDO		NI EN ACUERDO NI DESACUERDO		ACUERDO		TOTAL ACUERDO		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1.Cuando planeo algo lo realizo	12	3%	8	2%	102	27%	63	16%	199	52%	384	100%
2.Generalmente me las arreglo de una manera u otra	10	3%	11	3%	43	11%	57	15%	263	68%	384	100%
4.Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas	12	3%	4	1%	45	12%	58	15%	265	69%	384	100%
14.Tengo autodisciplina	14	4%	15	4%	43	11%	67	17%	245	64%	384	100%
15.Me mantengo interesado en las cosas	12	3%	8	2%	54	14%	47	12%	263	69%	384	100%
20.Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera	50	13%	20	5%	61	16%	56	15%	197	51%	384	100%
23.Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	9	2%	15	4%	31	8%	43	11%	286	75%	384	100%

Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

Para dar repuesta al segundo objetivo: “Analizar la perseverancia en los estudiantes de los C.E.A.s de la ciudad de Tarija”, se puede evidenciar lo siguiente:

La perseverancia es la capacidad de seguir adelante a pesar de los obstáculos, es decir, una persona perseverante termina lo que ha empezado, vuelve a intentarlo tras un

fracaso inicial, persigue sus objetivos y se mantiene concentrada y trabajando en su tarea como un fuerte deseo de logro y autodisciplina. (Rojas, R.1995).

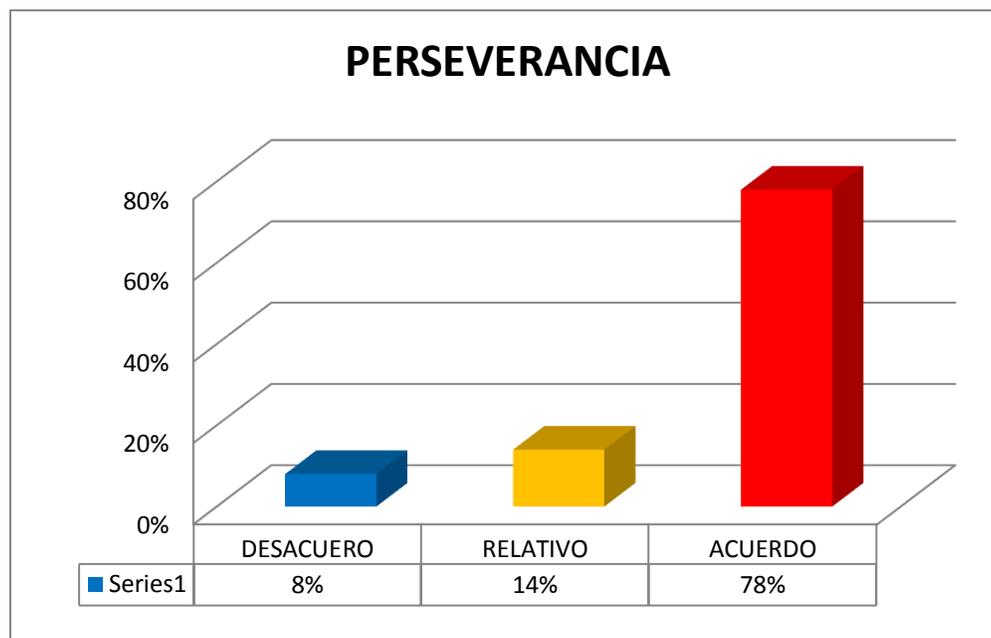
Estas personas tienen la capacidad de seguir aun en medio de la tormenta, por lo que se enfocan en la acción, en mantenerse firme con lo que se hacen, con la manera de obrar y actuar que tienen día a día. Los estudiantes de los Centros de Educación para Adultos, ante alguna situación problemática, intentan estar en armonía, lo que también les ayuda a pensar claramente y a enfocarse en sus objetivos para encontrar una salida ante una situación problemática.

El 69% de los estudiantes indican que es importante, para ellos, mantenerse interesados en lo que hacen; lo cual sucede porque siempre encuentran valor para mantenerse firmes en cuanto al logro de algún objetivo, a pesar de todos los retos. En este sentido, es importante encontrar un valor positivo en las cosas; lo que aumenta la probabilidad de alcanzar metas difíciles; lo que conlleva a apreciar los logros obtenidos, aumentar la satisfacción y la autoeficacia cuando tienen éxito.

Un 68% afirma que generalmente se las arregla de una manera u otra, ya que esta capacidad es muy relevante, puesto que a pesar de tener todo en su contra son perseverantes en sus objetivos.

Esta afirmación puede evidenciarse, considerando que estas personas están continuando sus estudios a pesar de haberlo dejado por distintas situaciones, habiendo decidido seguir y conseguir las metas que se habían trazado.

Gráfico N° 2
(Valoración General)



Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

Como podemos observar en el cuadro, el 78% de los estudiantes indican ser perseverantes; esto significa que tienen la capacidad de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; mostrando un fuerte deseo de continuar luchando por sus objetivos, permanecer involucrado y practicar la autodisciplina en sus vidas.

La perseverancia en la resiliencia es un valor positivo que ayuda, o aumenta la probabilidad de alcanzar metas difíciles, que conlleva a apreciar más los logros obtenidos, aumenta la sensación de auto-eficacia cuando tienes éxito, y ayuda a mejorar las capacidades y las habilidades, a desarrollar nuevas técnicas para superar los obstáculos y a aprender de los errores.²¹

Ya que el 78% de los estudiantes encuestados indican que su perseverancia está muy caracterizada por el interés en las cosas que hacen, la autodisciplina, en buscar

²¹ Recuperado de: <https://www.significados.com/perseverancia/>

soluciones ante los problemas o en su defecto distintas opciones como recurso sin rehuir a estos, así también como constancia y la firmeza en sus decisiones, teniendo objetivos claros o una meta que justifica el esfuerzo y dedicación en el período de tiempo que dura el colegio.

Sin embargo un 14% de los estudiantes indica que no tienen un valor muy marcado en la perseverancia, esto quiere decir que es referente en su vida, ya que el abandono, y la dejadez, son factores van apareciendo impidiendo el logro de sus metas u objetivos.

Por el contrario, un 8% de los estudiantes indican que están en desacuerdo con el valor de la perseverancia, porque perseverar puede ser negativo, ya que se puede gastar mucho esfuerzo y tiempo en algo que no produce ni va a producir ningún resultado. Por tanto, una persona debe saber no sólo cuándo perseverar, sino también hasta qué punto abandonar y centrar sus esfuerzos en algo diferente con otras estrategias que le permita no volver a caer en los mismos errores que lo llevó al fracaso; pero que de igual manera dejó un aprendizaje.

Cuadro N°6

Competencia personal

PREGUNTAS	RESPUESTAS	
	ELEMENTOS QUE REFUERZAN LA IDEA DE COMPETENCIA PERSONAL	OTRAS RESPUESTAS
1.¿Usted se cree una persona que tiene autoconfianza?	Si, creo en mí mismo, creo en mis capacidades, confío en mis habilidades. R=12	Dudo de mis capacidades,siento que no podre hacerlo bien. R= 4
2.¿En las decisiones que toma son de manera independiente?	Si, me gusta sentir libertad en lo que hago, es bueno establecerse e imponerse los limites a uno mismo, cuando lo realizas de manera independiente te sientes complacido. R= 9	No, consulto antes de tomar una decisión, prefiero que alguien me oriente para no equivocarme. R= 7
3.¿En las metas que se traza es usted una persona perseverante?	Soy persistente ante la adversidad, siento deseos de logro, tengo autodisciplina, soy estable y sigo adelante a pesar de los obstaculos, suelo terminar lo que había empezado,me propongo volver a intentarlo tras el fracaso, soy constante en lo que hago. R= 14	Tiendo a dejarlo si veo que no podre realizarlo,si me canso y siento que no podre lograrlo lo dejo a medias. R=2

Fuente: Entrevista semia estructurada.

Elaboración propia.

Con el fin de enriquecer esta investigación se presenta la siguiente entrevista centrada en el Factor de Competencia personal.

De acuerdo al factor N°1: competencia personal en la resiliencia, podemos observar que la mayor parte de los estudiantes entrevistados afirman que poseen esta competencia; este factor tiene una estrecha relación con la motivación de eficacia, lo que significa ser dueño de su propio destino y adoptar una actitud activa, segura ante las dificultades que encuentra, adquiriendo habilidades necesarias para resolverlas. Este factor indica, a su vez, autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia. En este caso, las personas encuestadas le dan un alto valor a la autoconfianza, un sentimiento basado en la fuerte conciencia del propio poder para afrontar posibles dificultades; la misma que se puede evidenciar en afirmaciones tales como; *“creo en mí mismo”*, *“creo en mis posibilidades y habilidades”*, *“puedo realizar mis actividades con éxito”*, es decir, estas personas consideran muy importante, ser amigos de sí mismos antes que las demás personas, y no sólo eso, sino que también son capaces de ver distintas posibilidades de solución ante sus problemas, toman las cosas una por una, suelen mantener autodisciplina y encuentran una salida a situaciones difíciles. Esto es confiar en tus capacidades.

Entre la población de resilientes encuestadas no solamente se encontró personas con las capacidades adecuadas, sino también con capacidades diferentes (dificultades físicas y mentales). Por lo cual tenemos que considerar que el factor resiliencia en estas personas es mucho más alto, al ver que a pesar de las distintas dificultades no solamente del ambiente, sino físicas estas personas son perseverantes en el logro de sus metas u objetivo: estudiar, graduarse y superarse.

También se puede hacer hincapié en el factor independencia de estas personas, el mismo que va ligado a la consecución de sus metas o planes, a hacer las cosas aun cuando las cosas se ponen difíciles y podemos evidenciarlos como respuestas como; *“ me gusta sentir libertad en lo que hago”*, *“es bueno establecer e imponerse los límites uno mismo”*.

Y el factor más relevante en cuanto a competencia personal es la perseverancia, que está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de

un mismo, permanecer involucrado y practicar la autodisciplina, lo cual podemos ver en estas personas que dicen; *“soy persistente ante la adversidad”, “siento deseos de logro”, “suelo terminar lo que había empezado”*.

Este factor se encuentra muy relevante, debido a que estas personas están siendo suficientemente capaces y preparados para hacer frente a cualquier situación que se les ha presentado y que se les viene presentando, es decir que a estas personas, esta capacidad les ha permitido construir y valorar su propia identidad, así como actuar competentemente y relacionarse afrontando las demandas, los retos y dificultades que la vida les ha impuesto, pudiendo así adaptarse a su bienestar interpersonal y vivir una vida más plena y satisfactoria.

Cuadro N°7

Aceptación de uno mismo y de la vida

(Confianza en sí mismo)

PREGUNTA	TOTAL DESACUERDO		DESACUERDO		NI EN DESACUERDO NI ACUERDO		ACUERDO		TOTAL ACUERDO		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
6.Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida	8	2%	8	2%	24	6%	22	6%	322	84%	384	100%
9.Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	23	6%	20	5%	93	24%	88	23%	160	42%	384	100%
10.Soy decidido (a)	13	3%	10	3%	56	15%	57	15%	248	64%	384	100%
13.Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente	8	2%	12	3%	44	11%	36	10%	284	74%	384	100%
17.El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	16	4%	6	2%	35	9%	46	12%	281	73%	384	100%
18.En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar	12	3%	4	1%	22	6%	33	9%	313	81%	384	100%
24.Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	4	1%	7	2%	29	8%	48	12%	296	77%	384	100%

Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

Para dar respuesta al tercer objetivo específico: “Determinar los niveles de confianza en sí mismo en los estudiantes de los C.E.A.s de la ciudad de Tarija”, se presentan los siguientes resultados:

La confianza en sí mismo es la habilidad de creer que se es capaz de realizar una actividad o alcanzar un objetivo. (Del Águila, M. 2003). La resiliencia tiene una íntima

relación con la confianza en sí mismo, es una actitud que permite a los individuos tener una visión positiva acerca de ellos mismos.

Un 84% indican sentirse orgullosos de haber logrado cosas en su vida, revelando la habilidad de creer que se es capaz de realizar una actividad o alcanzar un objetivo. La falta de confianza en sí mismo puede hacer que la persona se vuelva dependiente de los otros, al mismo tiempo que alimenta un sentimiento de inferioridad, toda vez que asume que los demás son mejores que él o ella, evitando así cumplir metas u objetivos trazados.

La resiliencia tiene una íntima relación con la confianza en uno mismo, ya que es una actitud que permite a los individuos tener una visión positiva acerca de ellos mismos.

Un 81% indica ser una persona en la que se puede confiar en una emergencia, tener confianza en sí mismo no significa que se pueda hacer todo pero las personas que confían en sí mismas tienen expectativas realistas. Incluso cuando sus intereses no se cumplen, ellos continúan siendo positivos y aceptan su manera de ser. Las personas con baja confianza en sí mismas tienden a evitar los riesgos, ya que tienen miedo a fracasar. En general, no esperan ser exitosos o que les vaya bien. En contraste, las personas confiadas en sí mismas están dispuestas a ser desaprobadas por los demás porque confían en sus propias habilidades. Tienden a aceptarse y sienten que no deben complacer a otros para ser aceptados.

Un 77% indican tener la suficiente energía para realizar sus obligaciones, los estudiantes de los Centros de Educación para Adultos están muy familiarizados con este término, ya que deben creer en sus habilidades, sienten que tienen el control sobre sus vidas y creen que son capaces de hacer lo que planean y esperan, al afirmar que deben concluir con sus metas con éxito. Es necesario aprender a confiar en sí mismos, sabiendo que aquellos en los que tienen depositada su confianza no dejarán que nada malo les ocurra.

La confianza es la piedra angular de la personalidad sana. Su aporte radica en el énfasis en la relación de la sociedad y lo interpersonal para el desarrollo de la personalidad.

Así se puede observar el papel de la confianza en sí mismo, en el desarrollo de la personalidad y en el proceso de resiliencia; recordando que se trata de un proceso dinámico, producto de la interacción con el entorno y el medio social²²

Las personas con baja confianza en sí mismas dependen excesivamente de la aprobación de los demás para sentirse bien con ellos.

La confianza en uno mismo es el punto de partida para promover la resiliencia, convirtiéndose, de esta manera, en la base fundamental para desarrollar otros factores resilientes. Cuando los niños y jóvenes sienten que mantienen relaciones confiables y afectuosas, están listos para aceptar límites en sus conductas e imitar modelos, están listos para ser más agradables, solidarios, optimistas y esperanzados, podrán involucrarse con mayor facilidad en relaciones interpersonales exitosas, resolver conflictos en diferentes ámbitos y pedir ayuda, (Edith Grotberg, 2006).

En el ámbito educativo, haciendo la transferencia a estudiantes que se encuentran en su mayoría en la temprana edad adulta, antes de intentar promover la resiliencia es necesario descubrir cuales factores de resiliencia han desarrollado, comenzando por la confianza en sí mismo.

²² <http://servicio.bc.uc.edu.ve/multidisciplinarias/educacion-en-valores/v2n20/art11.pdf>

Gráfico N° 3
(Valoración General)



Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

En general se puede evidenciar que un 83% de estudiantes muestran confianza en sí mismos. Muchos factores están relacionados con un adecuado desarrollo de este aspecto. La actitud de los padres es uno de los factores que influye en los sentimientos que posteriormente tienen los hijos de sí mismos. Cuando los padres proveen suficiente apoyo a los hijos, promueven el desarrollo de sentimientos positivos y confianza en ellos, y estos repercuten de manera directa sobre el ámbito escolar académico.

Este 83% indica que la confianza en sí mismo les da la satisfacción de sentirse orgullosos al lograr metas en sus vidas, al igual que saber que pueden ser personas en las que se puede confiar en situaciones de emergencia, con energía, afirmando que pueden enfrentar dificultades por que constantemente están sometidas a estas, y que el creer en sí mismo les permite tener esta confianza en sí mismos.

Por otra parte un 6% indica desacuerdo, ya que falta de confianza en sí mismo no necesariamente se relaciona con falta de habilidad, más bien, es el resultado de centrarse en expectativas poco realistas y en los estándares de los demás. Los estudiantes examinan sus valores, desarrollan su identidad y además son particularmente vulnerables a la influencia de los pares y los valores sociales.

Cuadro N° 8

Aceptación de uno mismo y de la vida

(Satisfacción personal)

PREGUNTA	TOTAL DESACUERDO		DESACUERDO		NI EN DESACUERDO NI ACUERDO		DE ACUERDO		TOTAL ACUERDO		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
16.Por lo general, encuentro algo en qué reírme	12	3%	12	3%	33	9%	384	11%	283	74%	384	100%
21.Mi vida tiene significado	9	2%	5	1%	23	6%	31	8%	316	83%	384	100%
22.No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada	48	13%	21	5%	87	23%	67	17%	161	42%	384	100%
25.Acepto que hay personas a las que yo no les agrado	13	3%	10	3%	43	11%	47	12%	271	71%	384	100%

Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

En el cuarto objetivo nos proponemos “Indagar los niveles de satisfacción personal en los estudiantes de los C.E.A. de la ciudad de Tarija”.

La satisfacción se relaciona con el sentimiento en nuestro interior de paz, de regocijo, de buena energía.²³

Un 83% de los estudiantes indican que sus vidas tienen significado, ya que la satisfacción personal es comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta. Es el valor de sentirse bien en medio de alguna situación, y por alguna razón, la satisfacción nos hace sentir realizados, nos provee alegría y comodidad con el momento que vivimos, nos lleva a anhelar que nunca termine lo que está presente; por tanto, el valor de la satisfacción sucede cuando hemos logrado algo, o cuando algo bueno ocurre a nuestro alrededor.

Se puede evidenciar que éste es el sentimiento predominante en los estudiantes, ya que al tener la oportunidad de poder concluir con sus estudios, sienten esa satisfacción interna, la cual impulsará a concluir con un logro.

Un 74% indica que por lo general encuentran de qué reírse ya que la satisfacción personal es también la plenitud de vivir, es decir, aprovechar adecuadamente cada momento, vivir intensamente el presente con actitudes positivas, ya que la existencia, es un conjunto o series de procesos psicológicos. La satisfacción personal, es el valor de sentirse bien en medio de alguna situación, y por alguna razón, la satisfacción nos hace sentir realizados, nos provee alegría y comodidad con el momento que vivimos,

Un 71% indica que acepta que hay personas a las que no les agrada, ya que en este factor también intervengan no solo elementos estables de la personalidad, sino también factores situacionales, como el estado de ánimo, siendo influenciados por el contexto.

²³ Recuperado de: www.slideshare.net/euler/slideshows,

Gráfico N°4

(Valoración General)



Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

Como se puede observar en el cuadro un 80% muestran satisfacción personal ya que esta viene al sentir que se ha logrado algo que se anhelaba con esmero.

Es importante mencionar que mientras que la satisfacción personal se relaciona con eventos que tienden a ser más estables como el nivel educativo alcanzado y los logros personales, los aspectos emocionales se refieren más a circunstancias y experiencias diarias. Así, en la evaluación sobre satisfacción personal intervienen elementos estables como la personalidad, y factores situacionales como el estado de ánimo, el contexto de evaluación entre otros, factores estables y factores situacionales, por lo que las escalas que evalúan este constructo, se encuentran muy poco influenciadas por elementos transitorios.

Este 80% indica además que el sentir que su vida tiene significado, acompañado del buen humor, aceptando que hay personas a las que no les agrada y al aceptar que hay cosas por las que no se puede hacer nada, siendo estos elementos significativos al momento de facilitarse la satisfacción personal.

Cuadro n° 9

Aceptación de uno mismo y de la vida

(Sentirse bien solo)

PREGUNTA	TOTAL DESACUERDO		DESACUERDO		NI EN DESACUERDO NI EN		ACUERDO		TOTAL ACUERDO		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
	3. Dependo más de mí mismo que de otras personas	9	2%	10	3%	39	10%	50	13%	276	72%	384
5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo	19	5%	10	3%	44	11%	43	11%	268	70%	384	100%
19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	7	2%	9	2%	75	20%	85	22%	208	54%	384	100%

Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

Para dar respuesta al quinto objetivo específico en la investigación que dice: “establecer el nivel de sentirse bien solo en los estudiantes de los C.E.A.s” de la ciudad de Tarija, se presentan los siguientes resultados:

La persona ha de desarrollar una conciencia de sí misma, de lo que vale, aprende a darse su respectiva importancia, esto significa valorarse, conocerse, apreciar, ciertos rasgos de su personalidad y aceptarse sin despreciarse por aquello que no le gusta de sí misma (Del Águila, M. 2003).

Un 72% de población encuestada indica que depende más de sí misma que de otras personas, lo cual presume que valoran su libertad y entienden el hecho de ser únicos y muy importantes. Este factor refleja un efecto relevante en los estudiantes, ya que al tomar la determinación de continuar sus estudios, lo hacen de manera independiente

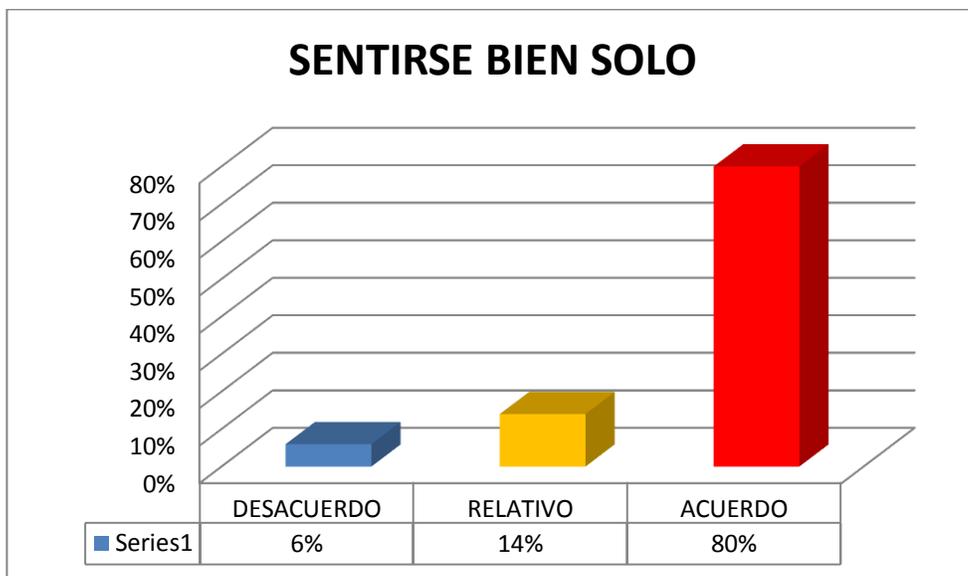
Un 70% afirma que puede estar sola si tienen que hacerlo, ya que algunas personas son capaces de disfrutar el tiempo estando solas sin sentirse vacías y tristes. La soledad nos

hace pensar en los pequeños vínculos, el tipo de vida que llevamos, nuestros proyectos y frustraciones. Una ocasión para profundizar, ver los puntos débiles de cada uno y los recursos que disponemos.²⁴

También incluye tener diálogos con uno mismo y pasar tiempo a solas. Es aprender a conectar con imágenes de apoyo mientras se está solo. Es decir, crear en tu mente un lugar seguro de apoyo en el que se sienta seguro.²⁵

Gráfico N°5

(Valoración General)



Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

Como podemos observar en el cuadro, un 80% de estudiantes indican sentirse bien solos ya que la persona tiende a desarrollar una conciencia de sí misma, esto significa, que se valora, se conoce más a profundidad, aprecia y estima aún más aspectos de su personalidad que a veces no conoce a cabalidad, se acepta y no se juzga por aspectos que no le gusta de sí misma.

²⁴ [Http://psicoemocionant.com//pots/2013/05/cmo-estar-solo-y-sentirme-bien.html](http://psicoemocionant.com//pots/2013/05/cmo-estar-solo-y-sentirme-bien.html)

²⁵ [Http://www.cepvi.com/articulos/recursos_psicologos2](http://www.cepvi.com/articulos/recursos_psicologos2).

Este 80% indica que depende de sí misma y evitar fiarse de los demás, mostrando confianza y bienestar así mismo, además de poder estar sola si esto es necesario, resolviendo distintas situaciones de varias maneras.

Cuadro N°10

Aceptación de uno mismo y de la vida

PREGUNTAS	RESPUESTAS	
	ELEMENTOS QUE REFUERZAN LA IDEA DE ACEPTACIÓN DE UNO MISMO Y DE LA VIDA	OTRAS RESPUESTAS
4.¿Es usted una persona que logra sentirse bien solo?	Disfruto del tiempo estando solo(a), me ayuda a valorarme, conocerme y apreciarme, tengo un sentimiento de bienestar. R= 10	No, Me siento triste o vacío(a), necesito hablar con alguien. R=6
5.¿Es usted una persona que se adapta a los cambios fácilmente?	Tomo las cosas tranquilamente, de una forma moderada. R= 13	No, Siento desesperación, angustia hacia los cambios, me cuesta adaptarme. R= 3
6.¿Es usted una persona flexible cuando amerita la ocasión?	Modero mi actitud ante la adversidad, trato de ser imparcial. R= 14	Suelo ser rígida en las decisiones que tomo, mantengo mi postura hasta el final. R= 2
7.¿Cuándo una situación se vuelve difícil usted es capaz de tener un sentimiento de paz?	Tengo un sentimiento de bienestar y armonía interna ante la adversidad. R=12	Me desespera el no poder controlar dichas situaciones, no puedo sentir tranquilidad, pienso demasiado en la solución de las dificultades o problemas. R= 4
8.¿Cuándo ocurren situaciones incontrolables es usted una persona de fácil aceptación?	Puedo crear orden frente al caos, trato de aceptar lo que me depara la vida. R=10	No, tengo la necesidad de hacerme cargo de los problemas, quiero ejercer control sobre toda situación. R= 6
9.¿Se considera usted una persona que posee una perspectiva de vida estable?	Sí, quiero alcanzar mis objetivos, tengo visión positiva, sé que puedo ser capaz de hacer lo que planeo y espero, tengo expectativas realistas, tengo firmeza y constancia en la manera que actúo, quiero lograr algo valioso, tengo control sobre mi vida. R=14	Temo la no aprobación de los demás, prefiero evitar riesgos. R=2

Fuente: Entrevista semiestructurada

Elaboración propia.

De acuerdo al factor 2: “aceptación de uno mismo y de la vida en la resiliencia”, podemos observar, que casi en su totalidad los estudiantes indican poseer este factor. La aceptación es el conocimiento de la propia realidad con sus capacidades y limitaciones; significa la admisión de esta verdad interior que incluye valores y aptitudes que son necesarias desarrollar y errores que son necesarios corregir, la aceptación de uno mismo también tener seguridad en los propios valores y capacidades, independiente de la aprobación o desaprobación de los demás.

El aceptarse tal y como cada uno es, no significa conformismo; todo lo contrario, no hay nada más exigente que reconocer las propias cualidades y debilidades este factor va estrechamente relacionado con tener una perspectiva de vida estable, reflejan la adaptabilidad, balance, flexibilidad que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad, haciendo hincapié a esto uno de los factores a los cuales los encuestados les da más valor es el de tener flexibilidad cuando lo amerita la ocasión y por ende el de adaptarse a los cambios fácilmente los cuales se pueden evidenciar con respuestas tales como; *“me gusta tomar las cosas de una manera consciente, moderada y no impulsiva”*, *“en momentos de adversidad trato de mantener la calma y tomar decisiones de manera imparcial”* es decir estas personas consideran importante el creer en sí mismo le permite atravesar tiempos difíciles, también que en casos de emergencias se puede contar con ellas, esto relacionado a que en momentos de imparcialidad ellos mantienen la calma, también el creer en sí mismos les permite atravesar tiempos difíciles, ya que al estar constantemente expuestos a estos tienen la capacidad de enfrentarlos, sintiendo orgullo de las cosas que han logrado en su vida.

Por otra parte los entrevistados indican también poseer una perspectiva de vida estable, y por supuesto a pesar de una situación difícil o al ocurrir situaciones incontrolables son capaces de tener sentimiento de paz y en algunos casos ser de fácil adaptación esto indicado en las respuestas; *“tengo control sobre mi vida,”*, *“tengo firmeza y constancia en mis acciones”*, *“quiero lograr mis objetivos”*, *tengo visión positiva, sé que puedo ser capaz de hacer lo que planeo en mi vida, tratando de ser realista con mis objetivos*, *“tengo un sentimiento de paz y bienestar ante la adversidad”*, *“puedo crear orden*

frente al caos”, *“Trato de aceptar lo que me depara la vida”* es decir, estas personas manifiestan que su vida tiene significado, no se lamentan de las cosas que no tiene solución así hayan buscado varias maneras de solución, poniéndole buen humor a pesar de la adversidad.

Otro de los factores no menos importante es el sentirse bien solo nos da un sentimiento de libertad, que somos únicos e importantes, sin sentirnos vacíos y tristes, esto es evidenciado en las respuestas; *“disfruto del tiempo estando solo”*, *“la soledad me ayuda a valorarme, conocerme y apreciarme”*, *“tengo un sentimiento de bienestar”*. Es decir, las personas valoran más el tiempo a solas, ya que eso les enseña a depender más de sí mismo y no de otras personas, indican que pueden estar solas si tienen que hacerlo, ya que generalmente pueden ver situaciones y soluciones a estas de varias maneras.

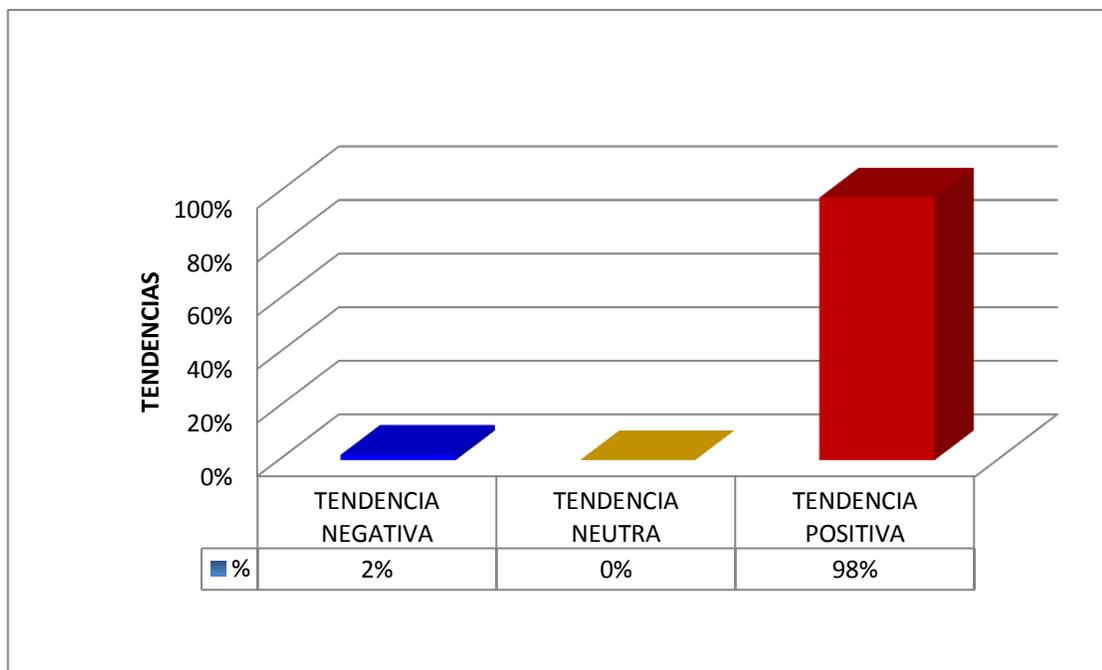
En el caso de los estudiantes entrevistados, buscan llegar a concluir sus estudios, buscando así una vida y un futuro más estable, preparándose para afrontar a esta.

Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender en uno mismo y en reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.

Gráfico N° 6

Tendencia hacia resiliencia en los estudiantes de los C. E. A. s

Valoración general



Fuente: Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaboración propia.

Las escuelas como organizaciones y la educación en general son poderosas constructoras y fomentadoras de la resiliencia en los alumnos. Dado que la institución escolar tiene la capacidad de construir y fomentar la resiliencia, hay muchas cosas que pueden ponerse en práctica con el fin de asegurar que ello ocurra para beneficio de los alumnos y también de la educación.²⁶

La resiliencia en educación, viene a ser un proceso de superación ante la adversidad, la cual si es favorable, estas personas de edad adulta, reafirman su autoestima, y por qué no, mejoran su perspectiva de vida. Otra cuestión que se debe tener en cuenta es que está demostrado que a mayor nivel educativo, existen mayores posibilidades de

²⁶ Recuperado de: Revista de Pedagogía-bienestar Villalta Páucar Marco Antonio "Factores de resiliencia asociados al rendimiento académico en estudiantes de contextos de alta vulnerabilidad social" *Factors of resilience associated with academic performance in students from contexts of high social vulnerability, Chile, 2009.*

inserción laboral y, en consecuencia, acceso a mejores salarios, además está la finalización de los estudios, porque te valida en el interior.

Como se puede observar en el gráfico un 98% de los estudiantes encuestados en los Centros de Educación para Adultos indican ser resilientes.

A pesar de que se llega a dudar de las capacidades de las personas adultas, como ser al momento de desenvolverse en el aula, el rendimiento académico, la concentración, además de otro tipo de responsabilidades además del académico, como ser, el trabajo, la familia, por ende los hijos, pero pocos consideran que por la experiencia adquirida a lo largo de sus vidas son estudiantes con criterios definidos.

Al aplicar la entrevista lo que se pudo evidenciar es que estos se plantean que nunca es tarde cuando se tiene ganas de concluir algo, se muestran dispuestos a retomar sus sueños postergados y se atreven en a emprender este tipo de proyectos, el paso por el colegio, permite no sólo adquirir conocimientos y obtener su título de bachiller, sino dar esa satisfacción interna, que a su vez les da conformidad de haber logrado lo propuesto y concluir con éxito sus metas.

Un 2% de los estudiantes indican no ser resilientes, esto se da ya que la frustración al no poder haber concluido sus estudios satisfactoriamente en su debida etapa, da lugar a un empobrecimiento personal. El adulto puede llegar a sentir que la vida es monótona y vacía, que simplemente transcurre el tiempo y envejece sin cumplir sus expectativas.

VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

6.1. CONCLUSIONES.

Para dar respuesta a los objetivos específicos planteados se puede establecer las siguientes premisas.

- En relación al factor ecuanimidad en los estudiantes del C.E.A. de la ciudad de Tarija la cual connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia, esperar tranquilo y tomar las cosas como vengan; por ende moderando respuestas extremas ante la adversidad. (Del Águila, M. 2003).

En cuanto al nivel de ecuanimidad presente en estos estudiantes en el presente estudio demuestran un alto nivel de ecuanimidad, esto quiere decir que estas personas poseen la facultad de pensar y juzgar con imparcialidad, es una cualidad de la persona equilibrada; dando remarcada importancia a ser amigos de sí mismo, ver las cosas a largo plazo y toma las cosas una por una.

Es decir que estas personas en su vida han encontrado el equilibrio, yendo en busca de diferentes obsiones para resolver sus problemas, así como también dan bastante importancia al equilibrio psicológico para que las adversidades de la vida no influyan en la consecución de sus metas.

- En relación a la perseverancia la cual significa que es la capacidad humana que inspira valor para mantenerse firmes para el logro de un objetivo aun a pesar de los retos y adversidad que este implica.

En la presente investigación existe un alto nivel de perseverancia entre los estudiantes encuestados lo cual se caracteriza, que al momento de encontrarse en una difícil situación logran encontrar una salida, al momento de planear algo lo realizan, tener autodisciplina y mantenerse interesado en las cosas.

Por lo que podemos observar que estas personas a pesar de las adversidades, han decidido continuar con sus metas como ser conseguir un bachillerato.

Esta habilidad psicológica puede ser un extraordinario aliado en los intentos de mejorar la vida”²⁷

La perseverancia en la Resiliencia es importante ya que forma parte del desarrollo de la persona y de las relaciones interpersonales, por que en toda relación entre dos personas alguna vez hay conflicto y es necesario un gran esfuerzo para resolver esos conflictos, no tener miedo al fracaso o a los errores, y tener un control de los problemas y superarlos para mejorar, crecer personalmente y continuar.

- En relación a la confianza en sí mismo la cual podemos entender que es la habilidad de creer que se es capaz de realizar una actividad o alcanzar un objetivo

En cuanto a lo que se refiere a confianza en si mismo los estudiantes presentan niveles altos en relación a este factor, lo que quiere decir, que se sienten orgullosos de haber logrado sus metas y objetivos a lo largo de sus vidas, tomando decisiones importantes, entre ellas retomar el colegio, pudiendo manejar dificultades, ya que están constantemente expuestas a estas.

Ellos creen en sus habilidades, sienten que tienen control sobre sus vidas y creen que son capaces de hacer lo que planean y esperan, consideran importante, mantener una perspectiva de vida estable para así poder tener constancia y firmeza en los objetivos impuestos por ellos mismos.

Por ende, la resiliencia tiene una íntima relación con la confianza en sí mismo, ya que es una actitud que permite a los estudiantes tener una visión positiva acerca de ellos mismos y sus logros.

²⁷ Recuperado de: <http://www.kathegiraldo.com/perseverancia/>

- En relación al factor de satisfacción personal que es el valor de sentirse bien en medio de alguna situación, y por alguna razón, la satisfacción nos hace sentir realizados, nos provee alegría y comodidad con el momento que vivimos

En relación a este factor los estudiantes presentan niveles altos de satisfacción personal, ya que por ende el valor de la satisfacción de estos está presente cuando sienten que han logrado algo, o cuando algo bueno ocurre alrededor, por lo tanto la satisfacción se relaciona con el sentimiento de paz en su interior, dándole significado a sus vidas, a pesar de las situaciones difíciles, ya que ellos son capaces de estar bien a pesar de dichas dificultades y todo esto lo resuelven con buen humor,

- En relación al factor sentirse bien solo, Muñoz, A, nos da el significado de libertad, nos indica que algunas personas son capaces de disfrutar el tiempo estando solos sin sentirse vacías y tristes.

En el presente trabajo los estudiantes indican un alto nivel en relación a sentirse bien solos ya que para ellos pasar un tiempo a solas es valorarse, poder conocerse, conseguir apreciar ciertos rasgos de su personalidad y lo más importante llegan a aceptarse sin despreciarse por aquello que no le gusta de sí misma, esto hace que ellos dependan más de sí mismos que de otras personas, pudiendo estar solos si es necesario, esto hace que puedan ver y analizar situaciones de varias maneras.

- En referencia a la hipótesis planteada “los factores de resiliencia más relevantes en los estudiantes que asisten a los Centros de Educación para Adultos “CEA” de la ciudad de Tarija son: La confianza en sí mismos, satisfacción personal y sentirse bien solos, como resultado de la investigación presentada se pudo concluir que la hipótesis se confirma.

6.2. RECOMENDACIONES.

Algunas de las recomendaciones más importantes son:

- Que se amplíe la investigación a instituciones educativas, para detectar los casos de alumnos resilientes los cuales que a pesar de sus necesidades asisten al colegio.
- Que se elaboren programas de intervención dirigidos a los alumnos, con el fin de fortalecer sus niveles de resiliencia.
- Organizar actividades educativas ofreciendo múltiples y complementarias opciones que permitan al estudiante aprender por sí mismo en un proceso de permanente superación.
- Promover en el personal docente de las instituciones educativas la adquisición de las técnicas necesarias para la detección y manejo de la conducta resiliente en sus alumnos. Asimismo, dotarlos de las herramientas adecuadas para, a corto y mediano plazo, incrementar en el alumnado sus niveles de resiliencia.
- Mejorar la calidad y la eficiencia de la enseñanza en los Centros de Educación para Adultos, adecuandola a las necesidades de la de estos alumnos, así mismo prolongando y facilitando la permanencia de los estudiantes en el sistema educativo y garantizando un trato igualitario.
- Ofrecer al estudiante adulto una formación integral y coherente como alternativa en el proceso de desarrollo socio económico y cultural en función de las necesidades, intereses, aspiraciones y motivaciones individuales.
- Posibilitar en el estudiante adulto el desarrollo constante de su creatividad a través de la práctica permanente de metodologías y procedimientos dinámicos orientados a la participación eficaz en el proceso de su formación y capacitación integral.
- Desarrollar el espíritu crítico reflexivo del estudiante adulto a través del fortalecimiento de la resiliencia para dinamizar su participación consciente y responsable en la elaboración y ejecución de proyectos encaminados al desarrollo comunitario.