



**UNIVERSIDAD DE TALCA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

Resiliencia, Autoestima, y apoyo social en escolares de un colegio particular de San  
Fernando en tiempos de pandemia

**Memoria para optar al título de psicólogo**

**Mención clínica**

**Mención del trabajo y las organizaciones**

**Alumnas**

Carla Andrea Loyola Riquelme  
Alexandra Noemi Ramos Valencia

**Profesor guía**

Andrés Jiménez Figueroa

**TALCA**

**Diciembre de 2021.**

## CONSTANCIA

La Dirección del Sistema de Bibliotecas a través de su unidad de procesos técnicos certifica que el autor del siguiente trabajo de titulación ha firmado su autorización para la reproducción en forma total o parcial e ilimitada del mismo.



Talca, 2023

## **Resumen**

El objetivo del presente estudio es describir la relación entre resiliencia escolar, autoestima, y apoyo social en escolares de un establecimiento educacional de San Fernando en tiempos de pandemia. La metodología corresponde a un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo correlacional, diseño no experimental y transversal. A 243 estudiantes de edades comprendidas entre 11 a 19 años, se les administró la escala de resiliencia escolar E.R.E, la escala de autoestima de Rosenberg (1965) y la escala multidimensional de apoyo social percibido de Zimet y Cols (1988). Se observa una relación fuerte entre las variables: resiliencia y autoestima ( $r= 0.78$ ,  $p= 0.00$ ), resiliencia y apoyo social ( $r=0.74$ ,  $p=0.00$ ) y las variables autoestima y apoyo social ( $r=0.61$ ,  $p=0.00$ ). Existe una relación significativa y positiva entre las variables autoestima, resiliencia escolar y apoyo social, por lo que a mayores niveles de una variable, las otras aumentan. Se concluye la importancia de intervenir dentro de los establecimientos educacionales, para fortalecer los recursos internos y externos de los estudiantes, lo que les permite desarrollar un adecuado ajuste personal en los jóvenes, para sobrellevar de manera adecuada la etapa de retorno a clases post-pandemia.

*Palabras claves: Resiliencia, Autoestima, Apoyo social, Escolares, pandemia.*

## **Abstract**

The main objective of this work is to describe the relationship between school resilience, self-esteem, and social support in students from a San Fernando school during the pandemic. The methodology of this work is a quantitative approach, descriptive, non-experimental design, and transversal. 243 students aged 11 to 19 years were administered the E.R.E school resilience scale, the Rosenberg self-esteem scale (1965) and the multidimensional scale of perceived social support by Zimet and

Cols (1988). The main results demonstrate that there is a strong correlation between the variables: resilience and self-esteem ( $r= 0.78$ ,  $p= 0.00$ ), resilience and social support ( $r=0.74$ ,  $p=0.00$ ) and the variable self-esteem and social support ( $r=0.61$ ,  $p=0.00$ ). There is a positive and significant relationship between the variables self-esteem, school resilience and social support, so that at higher levels of one variable, the others increase.

The importance of intervening within educational establishments is concluded, to strengthen the internal and external resources of students, which allows them to develop adequate school resilience, self-esteem, and social support in teenagers to adequately cope with this stage of returning school post pandemic.

*Key words: Resilience, Self-Esteem, Social Support, Students, Pandemic.*

## Índice

<b>I.Introducción</b>	4
<b>1.1 Resiliencia</b>	7
<b>1.2 Apoyo social</b>	11
<b>1.3 Autoestima</b>	14
<b>1.4 Planteamiento del problema</b>	16
<b>1.5 Objetivos</b>	19
<b>1.6 Objetivo general</b>	19
<b>1.7 Objetivos específicos</b>	19
<b>1.8 Hipótesis</b>	19
<b>II.Método</b>	19
<b>2.1 Participantes</b>	19
<b>2.2 Diseño y tipo de estudio</b>	20
<b>2.3 Procedimiento</b>	20
<b>2.4 Instrumentos</b>	21
<b>2.5 Plan de análisis</b>	23
<b>III.Resultados</b>	24
<b>IV.Discusión</b>	27
<b>V.Referencias</b>	31
<b>VI.Anexos</b>	39

## **I. Introducción**

Durante el año 2020 se declaró una pandemia por COVID-19, un virus que causa enfermedades a nivel respiratorio y es altamente contagioso por vías aéreas, por lo que una de las principales medidas sanitarias de prevención es el distanciamiento social (Castro, 2020).

Según lo señalado por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), a partir de la pandemia y el cierre de establecimientos educacionales, se desencadenaron consecuencias socioeconómicas negativas en el ámbito educativo, como la interrupción del aprendizaje, desigualdad de acceso a las plataformas digitales, falta de preparación de padres frente a la educación remota, falta de alimentos, altos costos económicos, y el posible aumento de abandono escolar entre otros (Murillo y Duk, 2020). Esta medida sanitaria afecta directamente a los estudiantes, debido a que la adolescencia es un periodo crucial para el desarrollo social, el cierre de establecimientos puede dañar su salud mental y aumentar el riesgo de padecer enfermedades psicológicas, esto debido a la pérdida de rutina, el aislamiento social, sentimientos de soledad y el aumento de violencia doméstica (Thakur, 2020).

Para poder evitar estas consecuencias negativas es fundamental el apoyo de padres o cuidadores, debido a que el rendimiento escolar se puede ver afectado por características individuales y su interacción entre el entorno social y familiar (características sociales). Un entorno familiar que entrega las herramientas adecuadas permite una mejora de habilidades sociales, lo que facilita el aprendizaje y el rendimiento de los estudiantes (Lastre, López y Alcázar, 2018).

Sin embargo, esta no es la realidad de la mayoría de las personas, particularmente en los entornos familiares donde se encuentran menores de edad en contexto de riesgo, frente al

distanciamiento y aislamiento social, el aumento de situaciones de estrés puede desencadenar un entorno inseguro y malas prácticas de afrontamiento hacia este nuevo contexto, generando situaciones de riesgo con resultados negativos (Orte, Ballester y Nevot-Caldentey, 2020).

Las condiciones materiales de los estudiantes Chilenos están lejos de ser las óptimas para el aprendizaje a distancia, según los datos de la encuesta CASEN (2017), se advierte que casi la mitad de los escolares a nivel nacional no cuenta con las condiciones materiales adecuadas para el aprendizaje a distancia. (Eyzaguirre, Foulon y Salvatierra, 2020).

Respecto a las dificultades presentes en el contexto de pandemia, algunos estudiantes han logrado desenvolverse de manera óptima, esto se puede explicar por el concepto de resiliencia, es la capacidad del ser humano de hacer frente a situaciones adversas de manera exitosa (Meza, Abuabara, Pontón, Ortega y Mendoza, 2020).

Según Sosa y Salas (2020), la resiliencia en los adolescentes es fundamental para un desarrollo productivo y saludable, ya que esto puede aminorar los efectos negativos de diversos contextos adversos, y disminuir la probabilidad de presentar dificultades a nivel psicológico y social, lo que da paso a un desarrollo saludable. En la actualidad es fundamental que se promueva el desarrollo de habilidades sociales y emocionales por parte de las familias y escuelas para que los estudiantes logren enfrentar el contexto actual.

Si bien el distanciamiento social es una de las medidas más eficaces para disminuir la incidencia de casos de Covid-19, el aislamiento social y la implementación de cuarentenas trae consigo grandes consecuencias a nivel psicológico, como estrés, agobio, insomnio, mayor irritabilidad, ansiedad, angustia, falta de concentración, entre otros (Marquina y Jaramillo, 2020).

Otro aspecto importante para considerar frente al contexto actual es la autoestima, la cual corresponde a la valoración sobre sí mismo frente a distintas dimensiones que

conforman la personalidad, una adecuada formación de la autoestima permite un sano desarrollo en los adolescentes. Como lo indican Díaz, Fuentes y Senra (2018), la autoestima presenta una correlación con el desarrollo de habilidades sociales, el grado de ajuste social y las relaciones interpersonales. Además, se relaciona con el desempeño escolar, existe una correlación positiva entre rendimiento académico y autoestima. Se plantea que la autoestima (a nivel individual) y el apoyo social (nivel social) son variables protectoras y predictivas de la resiliencia que pueden llegar a tener los adolescentes (Leiva, Pineda y Encina, 2013).

Así mismo, un alto nivel de autoestima en niños de características resilientes se ha asociado a comportamientos adaptativos como una mayor autonomía y una actitud activa en la resolución de conflictos, así como una mayor motivación de logro (Leiva, et al., 2013). A nivel de variables psicosociales, el apoyo social tiene un efecto diferencial importante, sobre todo en el caso de los adolescentes con bajos niveles de autoestima, puesto que podría actuar como un “amortiguador” de los eventos estresantes en ausencia de un autoconcepto y autovaloración elevados (Leiva et al, 2013).

Tanto la autoestima como el apoyo social predicen significativamente la satisfacción con la vida en estudiantes, esto representa que los escolares con niveles positivos de autoestima y apoyo social se muestran como mediadores de la satisfacción con la vida (Terrones, Meneses y Guarachi, 2021). Por esto mismo es importante contar con apoyo social tanto de familia, como de amigos, los cuales podrán apoyar en las distintas situaciones adversas que están enfrentando los escolares durante este último tiempo.

Según Balgiu (2017), existe una relación significativa entre las variables de resiliencia y autoestima, donde los adolescentes con mayores niveles de resiliencia tienen mayor autoestima y tienden a mantenerla incluso en situaciones dolorosas y negativas. Así mismo



señala que aquellos adolescentes que tienen una buena salud mental presentan altos índices de resiliencia, independientemente de la presencia de eventos negativos, por lo que se destaca la autoestima como un componente intrínseco de la resiliencia en los jóvenes.

Este estudio dará a conocer cómo se relaciona la resiliencia escolar, autoestima y el apoyo social de los escolares durante la pandemia, y saber en qué nivel se encuentran estas variables, permitiendo una actualización para el colegio respecto al contexto actual por el que se está atravesando, entregando los resultados obtenidos en la investigación, lo anterior se trabajó en el establecimiento mediante clases de orientación y otras actividades.

La investigación pretende contribuir en sí a los establecimientos educacionales y a mejorar la adaptación de los estudiante en el retorno a clases post pandemia, ya que al tener una noción de cómo se encuentran actualmente los escolares en las variables mencionadas, se pueden abordar e intervenir en estas temáticas a través de talleres, presentaciones didácticas, entre otras, fomentando la psicoeducación de la resiliencia, autoestima y apoyo social, dentro de las aulas.

## **1.1 Resiliencia**

### **1.1.1 Conceptualización y definición de resiliencia:**

El concepto de resiliencia no es siempre fácil de comprender, ya que existe un amplio número de teorías y modelos que se han desarrollado en torno a este término muchas veces contribuye a dar la imagen de un constructo demasiado amplio y complejo como para que pueda servir de base de aplicación en el marco escolar (Gil, 2010).

Etimológicamente, el término “Resiliencia” proviene del latín, de la palabra “resilio”, que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. El concepto ha sido tomado de

la física y de la ingeniería civil y se refiere a la capacidad de un cuerpo para retomar su estado original luego de ser deformado o sometido a una ruptura. (Becoña, 2006).

Más allá de encontrar una definición ya formulada de resiliencia se encuentran diversas definiciones tales como, La definición de Williams (1996), el cual propone: “La capacidad de un individuo de reaccionar y recuperarse ante las adversidades, lo que implica un conjunto de cualidades que fomentan un proceso de adaptación exitosa y de transformación, a pesar de los riesgos y de la propia adversidad”.

Según García y Domínguez (2013) en el desarrollo de las investigaciones sobre resiliencia encontramos dos momentos. A principios de los años setenta es cuando surge la *primera generación de investigadores*, enfocados en el estudio de factores protectores y la adaptación positiva en los niños. Dentro de la primera generación que estudió la resiliencia, los investigadores desarrollan sus trabajos en base a estudios sobre la psicopatología, en niños y adultos (Fraga, 2016).

A partir de los resultados obtenidos en estos estudios es que en 1999 nace *una segunda generación*, con un enfoque “interaccional- ecológico”, que toma a la resiliencia como un proceso dinámico en el cual interactúan sujetos y ambientes, permitiendo que la persona se adapte a la realidad y supere la adversidad (García y Domínguez, 2013), siendo esta última definición la utilizada en el foco de la investigación. García y Domínguez (2013) afirman que en este segundo momento el tema de la resiliencia se amplía hacia dos aspectos fundamentales. Por un lado, se comienza a tener en cuenta la noción de proceso, implicando una interacción dinámica e incluyendo en ella factores de riesgo, por otro lado, tomando en cuenta el aspecto adaptativo, se busca la forma de promover la resiliencia de la manera más eficaz posible a partir de programas sociales. En torno a las clasificaciones planteadas, se observa que, a grandes rasgos, los factores que hacen a la resiliencia son tanto internos como

externos al sujeto, entre los *factores internos* encontramos los que son propios de la persona, es decir, forman parte de su personalidad, y entre los *factores externos*, encontramos aquellos que forman parte del contexto, estos serían, por ejemplo, el entorno familiar y social (Fraga, 2016).

En los factores externos entran en juego el papel de las instituciones, principalmente en lo que respecta a educación y salud, que amparan al individuo. Se incluiría aquí también el papel del adulto significativo, ya que éste puede estar incluido dentro o fuera de la familia (Fraga, 2016).

En la etapa de la adolescencia, la resiliencia implica superar los potenciales efectos negativos producidos por la exposición al riesgo mediante estrategias positivas de fortalecimiento y afrontamiento (Cunias y Medina, 2021). Es de suma importancia considerar el desarrollo de la resiliencia como un proceso coevolutivo y dinámico que contribuye con el aprendizaje, tanto de las personas como también del contexto donde se desenvuelven en estrecha coevolución (Carazo, 2018). Por ello, si el entorno es favorable al estudiante, este se convertirá en un factor protector y permitirá el desarrollo de habilidades resilientes; por el contrario, si es un contexto desfavorable, pondrá en riesgo su desarrollo.

Es importante que en el ámbito educativo se promueva, a través de políticas educativas, una formación integral con un enfoque resiliente y no centrado sólo en la formación académica, a fin de lograr el desarrollo de la resiliencia en todos los estudiantes, especialmente en los que se desenvuelven en contextos desfavorables. Por ello, sería importante que en las escuelas se propongan planes de acción sustentados en estrategias del desarrollo de habilidades resilientes con la finalidad de brindar potencializadores que permitan que los estudiantes puedan afrontar de manera exitosa los contextos adversos producidos ya sea por crisis económica, violencia o pandemias (Cunias y Medina, 2021).

### ***1.1.2 Factores de riesgo de la resiliencia***

Según González, (2016) El riesgo, es un nivel significativo de probabilidad de que suceda un evento que afecte la salud integral de una persona o un grupo social. Si hablamos de factores de riesgo, son en su mayoría negativos, por ello es que se deben identificar plenamente para posterior a ello evitarlos, en el caso de la resiliencia se pueden categorizar de la siguiente forma:

A. Individuales: complicaciones perinatales, problemas neurológicos, deficiencias sensoriales en el desarrollo, apatía y otras dificultades emocionales, autoestima baja, falta de madurez, poco control de emociones, dificultades en el aprendizaje, abandono de las labores educativas, etc.

B. Familiares y sociales: Dificultades económicas, problemas mentales en la familia o uso de drogas y/o abuso de otras sustancias, disfunción familiar, casos como: divorcio, orfandad, violencia infantil, separación o divorcio, etc.

C. Del medio: No hay soporte socioemocional, fácil acceso a las bebidas alcohólicas, disponibilidad rápida a drogas, armas en el entorno cercano, pobreza en general producto del desempleo, delincuencia, etc.

### ***1.1.3 Factores protectores de la resiliencia***

Los factores protectores contribuyen a generar un ambiente adecuado para que se desarrolle la resiliencia (Huaquipaco y Valdez, 2020), estos se pueden agrupar de la siguiente manera:

A. Individuales: Sentido del propósito, sentido del humor, inteligencia, habilidades cognitivas, habilidad de solución de conflictos, entre otros.

- B. Familiares y sociales: Relaciones de confianza con los padres, percepción de altas expectativas de parte de los miembros de su familia o entorno cercano, amigos, otros adultos cercanos, etc.
- C. Del medio: Acción integrada en el cuidado y soporte integral de su persona por parte de profesores, la sociedad, el grupo social, etc.

#### ***1.1.4 Resiliencia y autoestima***

Según Rossi, (2015), la resiliencia corresponde a la combinación e interacción de las características internas y externas de la persona, que le permiten superar las adversidades y adaptarse a su entorno. Dentro de las características externas se encuentran su relación con el ambiente, familia y entorno social, los factores internos de la persona corresponden a las habilidades y recursos básicos que contribuyen para la formación de una persona, como lo es la autoestima, la cual permite un buen desarrollo del aprendizaje, una buena relación con el entorno y se relaciona con una buena salud mental (Rossi, 2015).

La resiliencia escolar permite que los estudiantes desarrollen distintas habilidades a nivel cognitivo, social y a nivel emocional, es gracias a estos recursos que los niños y jóvenes pueden enfrentarse a contextos adversos (Rossi, 2015). Se aprecia que la resiliencia es un factor protector de la autoestima, que ayuda a disminuir el riesgo a múltiples enfermedades mentales como la depresión, la ansiedad, el estrés, el alcoholismo, etc. (Canazas, Díaz y Cáceres, 2020).

#### ***1.1.5 Resiliencia y apoyo social***

Desde una perspectiva individual del desarrollo humano, la importancia de la resiliencia se centra en el poder interactuar con su entorno humano, es decir, busca socializar, integrarse a la sociedad sin temor a ser rechazado. Para lograr el desarrollo normal de una

resiliencia efectiva, es necesario considerar y solidificar los siguientes factores: individual, familiar y sociocultural, en sus relaciones (Huaquipaco y Valdez, 2021).

Es por esto la importancia del apoyo social el cual se relaciona positivamente con la resiliencia, sirviendo de soporte para las situaciones difíciles. Así también, se resalta el apoyo familiar en relación con la resiliencia, la cual genera el desarrollo de la autoestima y de la habilidad de resolución de problemas (Canazas et al, 2020).

## **1.2 Apoyo social**

### ***1.2.1 Conceptualización y definición de apoyo social:***

El concepto de apoyo social surge del interés por comprender las interacciones sociales y la tendencia a buscar la compañía de otras personas, especialmente en situaciones estresantes en el transcurso del ciclo de vida. (Fiallo, Vizcaino y Castro, 2020).

Los primeros conceptos sobre el apoyo social se originaron en los años sesenta por el psiquiatra británico John Bowlby (1969) a través de su teoría del desapego, cuando surgió la necesidad de explicar el cariño de una madre hacia los hijos, en específico el del efecto protector, desde la infancia y durante la vida. Para el año de 1977 Kaplan, Cassel y Gores definían al apoyo social como “el grado de satisfacción de las necesidades sociales básicas (afecto, estima, pertenencia, etc.) a través de su interacción con otros individuos.

El intento más riguroso por proponer una definición de apoyo social ha sido el realizado por Lin (1986): Según Lin, el apoyo social es: El conjunto de provisiones expresivas o instrumentales percibidas o recibidas proporcionadas por la comunidad, las redes sociales y las personas de confianza, provisiones que se pueden producir tanto en situaciones cotidianas como de crisis (Gracia, Herrero y Musitu, 1995).

Por su parte en la década del 90 nace un nuevo concepto sobre las redes de apoyo social con Lemos y Fernández (1990), ellos definen a la red como “una serie de círculos internos y externos, concéntricos en donde la familia nuclear constituye el círculo más pequeño, los familiares y los amigos los más, y, tal vez los compañeros de trabajo y otras personas el círculo exterior”.

Cabe destacar también a Barrón (1997), quien afirma que el apoyo social es “un constructo multidimensional con distintas categorías, son las principales *la provisión de apoyo emocional, apoyo material y apoyo informacional*”.

Dentro de las teorías del apoyo social podemos encontrar que tanto el *apoyo social real* como *el percibido* se relacionan con el bienestar. Se han hipotetizado dos procesos fundamentales de actuación del apoyo social o dos tipos de efectos (Antonucci y Depner, 1982):

1. *Efectos directos*: Según la hipótesis del efecto directo o principal, a mayor nivel de apoyo social menor malestar psicológico, y a menor grado de apoyo social mayor incidencia de trastornos, independientemente de los acontecimientos vitales estresantes. Esto no quiere decir que en presencia de estresores sociales deje de actuar, sino que el apoyo social ejerce una influencia independiente (Gottlieb, 1983).

2. *Efectos indirectos*: La hipótesis del efecto protector o amortiguador afirma que cuando las personas están expuestas a estresores sociales, estos tendrán efectos negativos sólo entre los sujetos cuyo nivel de apoyo social sea bajo. Sin embargo, según esta hipótesis, sin estresores sociales el apoyo social no tiene influencia sobre el bienestar, su papel se limita a proteger a las personas de los efectos patogénicos del estrés, es esencialmente un moderador de los efectos de los acontecimientos vitales estresantes.

Una definición más actualizada de esta variable, en la cual se enfocará la investigación, se plantea como la percepción subjetiva acerca de la adecuación del soporte proporcionado por la red social, como lo son familia, amistades y otros individuos del entorno. Este constructo implica un factor psicosocial asociado al bienestar en la adolescencia desempeñando un papel protector ante las amenazas graves al desarrollo, y en favor de la adaptación de los adolescentes (Masten, 2012).

En su revisión de la importancia del apoyo social en la adolescencia, Orcasita, Peralta, Valderrama y Uribe (2010) concluyen que el apoyo social se constituye como factor de protección en el bienestar del adolescente, ya que brinda apoyo emocional, material e informacional, los cuales generan recursos valiosos para enfrentar las situaciones de riesgo que se pueden presentar en esta etapa del ciclo vital. En específico los adolescentes de bajo nivel socioeconómico, los cuales buscan apoyo social en su comunidad ya que encuentran mayores posibilidades de salir adelante siendo parte de ella (Canazas et al, 2020).

Un nuevo concepto aparece también en esta época en cuanto a apoyo social y redes de apoyo social, se trata de aquellas relaciones “online” que como dicen los autores “se mantienen con una base relativa de sinceridad y confianza”. Podríamos hablar entonces de que el apoyo social se trata de una red que “mantiene y potencializa las relaciones sociales de toda la vida”. Actualmente han comenzado a tener suma importancia las redes sociales “online” las cuales pueden “significar un acercamiento renovado al mundo social” (Aranda y Pando, 2013). Es por esto que se debe hablar sobre reforzar el apoyo social en todos sus ámbitos.

### **1.3 Autoestima**

Conceptualización y definición de autoestima:



Uno de los autores que más ha contribuido al estudio de la autoestima ha sido Moris Rosenberg, quien combinó los enfoques dispares de la psicología del desarrollo y la clínica con el enfoque sociológico sobre la importancia de la estructura social para desarrollar un enfoque integral de su formación, a lo largo del ciclo vital (Voloschin, Becerra y Simkin, 2016).

Según Rosenberg (1965), la autoestima se define como el sentimiento hacia sí mismo, de valoración positivo o negativo que se construye mediante la evaluación de las características propias. Otros autores señalan que tanto la autoestima como el autoconcepto se desarrollan de manera paralela y permiten realizar una valoración sobre sí mismo y su identidad en base a las diversas dimensiones que componen su personalidad (Díaz et al., 2018).

Otro punto de vista es el de Duran y Crispín (2020), el cual plantea que la autoestima corresponde al sentimiento de sí mismo, un juicio de valor de quien somos, nuestra manera de ser y una serie de rasgos característicos que conforman nuestra personalidad. Este sentimiento valorativo se presenta desde los primeros meses de embarazo, y se desarrolla durante la primera infancia y en la adolescencia, en dichas etapas, la autoestima se puede ver en cómo los niños y adolescentes generan una evaluación de sí mismos sobre sus atributos y habilidades respecto a la de otros niños (Díaz et al., 2018).

Es por esto que se entiende como un sentimiento de valoración sobre sí mismo, el cual se construye a lo largo de la vida, y se va configurando respecto a los distintos acontecimientos y experiencias, otorgándole una valoración positiva o negativa a las características propias. Es durante la niñez y adolescencia donde más se desarrolla, debido a la búsqueda de identidad durante un periodo de cambios y la constante interacción social con

sus pares (Díaz et al., 2018). Siendo esta última definición la utilizada como foco central de la investigación.

Se ha sugerido que el *Modelo y la Teoría de los Cinco Factores* podrían proveer un marco conceptual para integrar el vínculo entre la autoestima, los rasgos de la personalidad y las influencias externas. La taxonomía de esta teoría se organiza en torno a cinco dimensiones: (1) Apertura a la experiencia; que incluye un conjunto de rasgos que remiten a la capacidad de introspección o curiosidad intelectual, (2) Responsabilidad; donde se manifiesta la tendencia a adecuarse a las normas sociales prescritas, (3) extraversión; asociado a aquellos rasgos que reflejan la tendencia a comunicarse con las demás personas, (4) amabilidad; la cual se refiere a los rasgos que se asocian a la capacidad para establecer vínculos sociales, (5) neuroticismo; que supone un conjunto de rasgos vinculados a la inestabilidad emocional o a la tendencia a experimentar emociones negativas tales como miedos, tristeza, sentimientos de culpa o enojo (Gerosa, 2016).

Dentro de los atributos que componen las características propias de cada individuo, se puede considerar el rendimiento académico. Según estudios sobre el rendimiento académico de estudiantes de secundaria, existe una relación positiva entre alto niveles de autoestima y altos niveles de desempeño académico, así mismo, se ha demostrado que estudiantes con ansiedad y bajos niveles de autoestima pueden afectar el rendimiento académico (Tus, 2020).

Para poder lograr un desarrollo óptimo de la autoestima es fundamental el acompañamiento de niños y adolescentes en este proceso de constante cambio, en los diversos contextos en los que se desenvuelven a nivel familiar y escolar, las cuales son las principales fuentes de socialización. En este caso es en los establecimientos educacionales donde los niños y jóvenes aprenden a relacionarse con sus pares y profesores, además los

jóvenes realizan juicios de autovalor respecto a la retroalimentación que reciben en estos contextos sociales.

Así mismo el ajuste social de los estudiantes y el clima social en el aula de clases se relaciona directamente con la autoestima, por lo que los establecimientos deben proveer las herramientas necesarias para que los jóvenes se puedan desarrollar y expresar sus emociones, dándole un énfasis a las relaciones interpersonales entre pares. De esta manera se fortalece la identidad y valor de sí mismo, por lo que la autoestima será un factor psicológico protector (Díaz et al, 2018).

Así los niños y jóvenes estudiantes con altos niveles de autoestima creen que pueden tener un buen rendimiento académico, consiguen tener éxito, mientras que aquellos estudiantes que fracasan en el ámbito académico son más propensos a disminuir sus niveles de autoestima, por lo que la autoestima es fundamental para un desempeño académico exitoso (Naranjo, 2007).

#### **1.4 Planteamiento del problema**

En marzo del año 2020 la Organización Mundial de Salud (OMS) declaró la enfermedad de Covid-19 como pandemia, debido a la velocidad de propagación y severidad. Dentro de las principales medidas sanitarias para detener su esparcimiento se implementó el distanciamiento social y confinamiento, lo que implica el cierre de los establecimientos educacionales entre otros.

Además de las consecuencias sanitarias y económicas, la pandemia por Covid-19 ha desencadenado consecuencias en la salud mental de gran parte de la población, presentando altos niveles de estrés, ansiedad, disconformidad psicológica, alteraciones del sueño e inestabilidad. Si bien estas circunstancias afectan la salud mental de la población en general,

los más vulnerables son los niños y adolescentes, que, al igual que sus padres o cuidadores pueden sentir preocupación y frustración por lo que ocurre a su alrededor. Los niños y adolescentes en este contexto pueden estar propensos a desarrollar factores de riesgo como ansiedad y estrés postraumático (Chacón, Sánchez, Sanabrias, González, Lara y Zagalaz, 2020).

Es fundamental para los niños y jóvenes desarrollar la resiliencia, debido a que les permite tener la capacidad psicológica para adaptarse de manera positiva frente a las diversas adversidades, conflictos e incertidumbres, por lo que pueden sobreponerse y adaptarse de manera exitosa frente a los diversos contextos (Morales y González, 2014).

Asimismo, han tenido que adaptarse a una nueva forma de aprendizaje de manera remota, lo cual ha agudizado emociones tales como incertidumbre, temor, angustia, ansiedad y frustración (Coppari, Bagnoli, Cudas, Humada, Pradedda, Martínez y Montanía, 2018). La adolescencia es una etapa evolutiva que se caracteriza por importantes cambios biológicos, psicológicos y sociales que afectan al bienestar subjetivo del adolescente. Tradicionalmente se ha considerado la adolescencia como un período de la vida especialmente problemático y conflictivo. Sin embargo, la conceptualización actual de la adolescencia parte de una visión más optimista, considerando que los adolescentes no son problemas a ser resueltos, sino valiosos recursos en proceso de desarrollo (Chavarría y Barra, 2014).

Proctor, Linley y Maltby (2009) plantean que es muy importante analizar los factores relacionados a la satisfacción con la vida en los jóvenes, ya que la revisión de investigaciones respecto a este tema muestra que la percepción de satisfacción con la vida en los jóvenes tiene implicaciones importantes para su funcionamiento psicológico, social y educacional.

Desde siempre se sabe, que la escuela ocupa un lugar preponderante y privilegiado en el desarrollo personal como social de los niños y adolescentes, debido a que, durante la

educación básica, los niños y adolescentes se centran en la escuela y en las amistades, en ella encuentran a sus amigos o amigas íntimos (Huaire, 2014). También es importante que desde el establecimiento educacional presten atención a la mejora de las relaciones sociales de los adolescentes (tanto familiares como de amistad) para lograr un buen ajuste personal (Coppari, *et al*, 2018).

Estudios anteriores reportan que, “tanto el apoyo social como la autoestima resultan ser altamente significativos, siendo el apoyo social el predictor más importante de la satisfacción vital de los adolescentes. En conjunto ambas variables predictoras, explicarían un 52% de la variabilidad en la satisfacción vital” (González, López, Torres y Morelato, 2020).

La resiliencia es un conglomerado de factores innatos y aprendidos, dentro de este concepto, la autoestima es considerada como un factor esencial y está en estrecha relación con otros elementos como el sentirse valorado, comprendido, estar rodeados de personas que ratifican su valía y los animan a seguir adelante, etc. (Huaire, 2014).

Según Morales y González (2014), es fundamental presentar altos niveles de autoestima para tener la capacidad de superar diversos retos vitales, como conflictos, fracasos, adversidades e incertidumbres.

Se ha demostrado que, el apoyo social es un importante factor externo que influye en la formación de la autoestima de los individuos, tanto en poblaciones adolescentes normativas como de adolescentes en situación de vulnerabilidad social. (Leiva *et al*, 2013).

Considerando el contexto actual de pandemia por Covid-19, y lo que implica las medidas sanitarias y el nuevo formato educacional de carácter remoto y la falta de interacción social con sus pares, es fundamental el apoyo social hacia los niños y jóvenes por parte de sus redes sociales como la familia amigos y otros cercanos, ya que este provee de apoyo emocional y material, además fortalece un adecuado desarrollo de la resiliencia y óptimos

niveles de autoestima en los escolares, lo que les permitirá enfrentar la incertidumbre que implica este nuevo escenario (Morales y González, 2014).

Debido a lo presentado anteriormente, surge como pregunta de investigación. ¿Cuál es el nivel de resiliencia, autoestima y apoyo social que poseen los escolares de un establecimiento particular de San Fernando en tiempo de pandemia? y ¿Qué relación existe entre resiliencia, autoestima y apoyo social de los escolares de un establecimiento particular de San Fernando?

## **1.5 Objetivos**

### **1.6 Objetivo general**

- Describir la relación entre resiliencia, autoestima, y apoyo social en escolares de un establecimiento educacional de San Fernando en tiempos de pandemia.

### **1.7 Objetivos específicos**

- Identificar la relación entre autoestima y resiliencia escolar con sus dimensiones asociadas por los miembros escolares de la institución.
- Determinar la relación entre el nivel de resiliencia y apoyo social presente en los escolares durante la pandemia.
- Describir la relación entre el nivel de autoestima y apoyo social presente en los escolares en tiempos de pandemia.

## **1.8 Hipótesis**

**H1:** Existe una relación significativa positiva entre resiliencia escolar y autoestima en los estudiantes durante la pandemia.

**H2:** Existe una relación positiva significativa entre apoyo social en los escolares y resiliencia

en tiempos de pandemia.

**H3:** Existe una relación positiva entre el nivel de autoestima y apoyo social en los escolares.

## **II. Método**

### **2.1 Participantes**

La población será un total de 243 estudiantes de un colegio de San Fernando entre 7mo a 4to medio, donde se ponderarán una muestra significativa, donde las edades fluctúan entre los 11 y 19 años ( $X=15,02$ ), las edades predominantes van de los 14 a los 17 años, donde se supera el 67,90% de la muestra total. La muestra se distribuye de la siguiente forma: 165 mujeres (representando el 67,9%), 72 hombres (29,6%) y en la categoría “otro” 6 (2,5%). Los participantes fueron escogidos mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, debido a que requiere la elección de sujetos con características específicas (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

### **2.2 Diseño y tipo de estudio**

Es una investigación de diseño no experimental, de tipo descriptiva correlacional, y transversal, esto debido a que se busca medir de manera independiente las variables, y paralelamente evaluar la asociación existente entre dichas variables, para verificar hipótesis correlacionales que permitan dar cuenta del fenómeno de estudio (Hernández et al, 2003). Esta investigación pretende analizar el nivel de resiliencia, autoestima y apoyo social presente en una muestra representativa de escolares de 7mo a Cuarto Medio.

La metodología que se utilizó es de tipo cuantitativa, ya que se pretende medir por medio de instrumentos psicométricos las variables en estudio y su comportamiento dentro de la muestra.

### **2.3 Procedimiento**

En primer lugar, se realizó un primer acercamiento con la directora del establecimiento educativo, en base a un proyecto presentado sobre resiliencia, apoyo social y autoestima, posteriormente la directora del establecimiento aceptó y se definió la muestra de los participantes. Según el código de ética, en relación a los aspectos relativos a la investigación en psicología del artículo 15° (Colegio de Psicólogos de Chile, 1999), al realizar investigaciones en instituciones públicas o privadas se debe contar con la autorización de la autoridad correspondiente comunicando los objetivos y alcances. La recopilación de datos se realizó mediante una encuesta en formato online, inicialmente con un consentimiento, tal como se señala en el código de ética, sobre los aspectos relativos del cliente en el artículo 11°, se debe entregar un consentimiento informado expreso por parte de los participantes, que indique que dicha información proporcionada por los participantes no será difundida, será resguardada de terceros no autorizados, velando por el bienestar y derechos de los participantes (Colegio de Psicólogos de Chile, 1999). A partir de esta etapa, se solicita la autorización de la directora del establecimiento, luego se solicita el consentimiento de padres y apoderados y finalmente con el asentimiento de los estudiantes. A continuación del consentimiento informado se presentan los cuestionarios, donde se hacen preguntas de tipo sociodemográfico para caracterizar a la muestra y posteriormente se presentan los instrumentos dentro del formulario. Este proceso se realizó durante noviembre del año 2020.

### **2.4 Instrumentos**

*Escala de Autoestima de Rosenberg*



Esta escala fue creada por Rosenberg en el año 1965, y ha sido traducida y validada en distintos países e idiomas tales como francés, alemán, japonés, portugués, español, etc (Rojas, Zegers y Förster, 2009). Schmitt y Allik (Rojas et al, 2009) realizaron un estudio multicultural, administrando la EAR en 53 naciones, en donde 48 de las cuales presentan una confiabilidad sobre 0,75. En Chile la validación del mismo fue realizada a partir de un Análisis Factorial de Componentes Principales (AFCP) determinando la validez de constructo del instrumento y considerando los requisitos del test de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y el test de Bartlett. El análisis se llevó a cabo por cada afirmación considerando: media, desviación estándar, asimetría, curtosis y correlación ítem test, entregando valores significativos ( $p < 0,001$ ) y superior a 0,5 en todos los ítems, La confiabilidad se estimó con Alfa de Cronbach la cual se estimó una confiabilidad de 0,754.

La escala se encuentra compuesta por 10 afirmaciones que hacen alusión a los sentimientos que tiene la persona sobre ella, 5 de ellas direccionadas positivamente (ítems 1, 2, 4, 6 y 7) y las otras 5 negativamente (ítems 3, 5, 8, 9 y 10), con un formato de respuesta tipo Likert de 4 puntos (1 =muy en desacuerdo, 2 =en desacuerdo, 3 =de acuerdo y 4 =muy de acuerdo) y se asigna el puntaje inverso a las afirmaciones direccionadas negativamente.

#### *Escala de Resiliencia Escolar E.R.E*

La Escala de Resiliencia Escolar para niños entre 9 y 14 años, esta escala mide el grado de Resiliencia presente en los niños de los rangos señalados. Las dimensiones de la Escala de Resiliencia Escolar son (Saavedra y Castro, 2009):

D1: Identidad Autoestima: Se refiere a las fortalezas personales y condiciones internas del niño.

D2: Redes – Modelos: Apoyo o posibilidad de apoyo percibido desde los otros a la posibilidad de generar recursos en red.

D3: Recursos Generatividad: Se refiere a las habilidades del niño para relacionarse y resolver sus problemas.

D4: Recursos Internos: Se refiere a las características que tienen una dependencia más personal del sujeto, más estructural.

D5: Recursos Externos: Se refiere a características interaccionales que el sujeto establece con su entorno.

La Escala de Resiliencia Escolar, consta de 27 ítems los cuales apuntan a abordar las 5 dimensiones mencionadas con anterioridad. La elección de respuesta para cada uno de los 27 ítems es una escala likert de 1: muy de acuerdo a 5: muy en desacuerdo. Respecto a la confiabilidad de esta escala, cuenta con un alpha de cronbach igual a 0,88.

#### *Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido*

Fue creada en el año 1988 por Zimet y cols., es conocida como MSPSS por su nombre en inglés Multidimensional Scale of Perceived Social Support, se encuentra compuesta por 12 ítems, los cuales abordan 3 dimensiones del apoyo social: familia, amigos y otras personas significativas (Aisenon, Aisenon ,Batlle, Legaspi, Polastri, y Valenzuela, 2007). La forma de responder esta escala va de 1: muy en desacuerdo hasta 7: muy de acuerdo (Arechabala y Miranda, 2002). Y la consigna de la escala pide a los sujetos que respondan los ítems valorándose de acuerdo a la percepción de aceptar ayuda y/o la posibilidad de comunicar los problemas que les puedan ocurrir (Aisenon et al, 2007).

Particularmente en esta investigación se utilizará la adaptación realizada en Chile por Arechabala y Miranda (2002), las cuales realizaron un estudio con adultos mayores, con la finalidad de evaluar las propiedades psicométricas de la escala multidimensional de apoyo social. La confiabilidad total de la escala fue medida a través del coeficiente alpha de cronbach, el cual fue de 0.86 para la totalidad de la MSPSS.

## **2.5 Plan de análisis**

Los datos fueron analizados mediante el programa estadístico SPSS 20.0 en su versión en español para Windows, en primer lugar, se identificarán los estadísticos descriptivos asociados a la aplicación de la muestra (Media y desviación estándar) (Hair, Anderson, Tatham, y Black, 1999). Posteriormente, y a modo de indagar en las hipótesis planteadas, se realizaron correlaciones bivariadas entre las variables de interés (Resiliencia, apoyo social y autoestima). Según lo señala Sagaró y Zamora (2020), un coeficiente de correlación de Pearson entre 0,6 y 0,8 indica una buena correlación, y entre 0,8 y 1 una muy buena correlación de acuerdo al criterio de Cohen.

## **III. Resultados**

A continuación, se presentan los principales resultados de la investigación, en primer lugar, se describirán los niveles de Resiliencia, Apoyo Social y Autoestima presentes en la muestra, posteriormente, las descripciones de los niveles de cada variable por dimensión, además de correlaciones bivariadas entre variables, por dimensiones y las posibles relaciones entre las variables estudiadas.

*Descripción de los niveles de resiliencia, autoestima y apoyo social*

**Tabla 1**

*Estadísticos descriptivos*

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Desviación
Resiliencia	243	1	5	4,03	0,64
Autoestima	243	1	5	2,80	0,66
Apoyo Social	243	1	7	5,41	1,37
Familia AS	243	1	7	5,41	1,62
Amigos AS	243	1	7	5,29	1,51
Otros Sig. AS	243	1	7	5,53	1,49
D1	243	1	5	3,72	0,81
D2	243	1	5	4,20	0,82
D3	243	1	5	3,94	0,81
D4	243	1	5	3,94	0,70
D5	243	1	5	4,11	0,65

La tabla 1, presenta los estadísticos descriptivos de las variables resiliencia, apoyo social, y autoestima. La puntuación promedio obtenida por los participantes en la variable resiliencia se encuentra en un nivel alto ( $x=4,03$ ;  $DE=0,64$ ), en apoyo social se presenta una puntuación alta ( $x=5,41$ ;  $DE=1,37$ ), finalmente, en la variable autoestima se obtuvo un nivel moderado ( $x=2,80$ ;  $DE=0,66$ ).

Se puede observar en la variable resiliencia por dimensión (Tabla 1), se encuentra la dimensión D1: “Identidad-Autoestima”, D2: “Redes-Modelos”, D3: Recursos-Generatividad”, D4: “Recursos Internos” y D5: “Recursos Externos”. En promedio se obtuvo una puntuación más alta en la dimensión 2 “Redes-Modelos” ( $x=4,20$ ;  $DE=0,82$ ) y

la puntuación promedio menor se obtuvo en la dimensión 1 “Identidad-Autoestima” ( $x=3,72$ ;  $DE=0,81$ ).

En la variable apoyo social (Tabla 1) se puede observar el promedio de puntuación de las dimensiones familia (“Familia AS”), amigos (“Amigos AS”) y otros significativos (Otros Sig. AS”). La puntuación más alta se obtuvo en la dimensión “Otros significativos” ( $x=5,53$ ;  $DE=1,49$ ), mientras que la puntuación promedio más baja se encuentra en la dimensión “Amigos” ( $x=5,29$ ;  $DE=1,51$ ).

*Relación entre las variables Autoestima, Resiliencia y Apoyo Social*

**Tabla 2**

*Correlación entre las variables resiliencia, autoestima y apoyo social.*

		Resiliencia	Autoestima	Apoyo Social
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	0,78	0,74
	Sig. (bilateral)		0,00	0,00
	N	243	243	243
Autoestima	Correlación de Pearson	0,78	1	0,61
	Sig. (bilateral)	0,00		0,00
	N	243	243	243
Apoyo Social	Correlación de Pearson	0,74	0,61	1
	Sig. (bilateral)	0,00	0,00	

---

El coeficiente de correlación de Pearson (Tabla 2) obtenido entre las variables resiliencia escolar y autoestima es significativo y positivo, ( $r= 0.78$ ,  $p= 0.00$ ) lo que confirma que altos niveles de resiliencia escolar se relacionan con una autoestima más alta. Respecto a la correlación entre apoyo social y resiliencia (Tabla 2), se encuentra una correlación significativa positiva ( $r=0.74$ ,  $p=0.00$ ), lo que indica que a mayor resiliencia escolar se encuentra un mayor nivel de autoestima. Finalmente, el coeficiente de correlación entre las variables autoestima y apoyo social ( $r=0.61$ ,  $p=0.00$ ) indica que altos niveles de apoyo social se relacionan con una mayor autoestima, presentando una correlación significativa y positiva (Tabla 2).

#### *Relación entre las variables Autoestima, Resiliencia y Apoyo Social y sus dimensiones*

Entre la variable autoestima y la variable resiliencia (Anexo 3), se tiene una mayor correlación con la dimensión 4, Recursos Internos ( $r=0.77$ ,  $p<0.001$ ), lo que indica que a mayores recursos internos se encuentra una autoestima más alta. Entre las variables apoyo social y autoestima se presenta una mayor correlación entre la dimensión “Familia” de apoyo social y autoestima ( $r=0.64$ ,  $p<.001$ ), lo que indica que, a mayor apoyo por parte de la familia, se encuentra una autoestima más alta (Anexo 4). Entre las variables apoyo social y resiliencia, se encuentra una mayor correlación entre la dimensión “Familia” y la escala de resiliencia ( $r=0.70$ ,  $p<.001$ ) por lo que, a mayor apoyo de la familia, mayor resiliencia escolar (Anexo 5).

#### **IV. Discusión**

El propósito de este estudio se orientó a describir las posibles relaciones entre las variables Resiliencia, Autoestima y Apoyo social. Los resultados hallados, concuerdan con lo expuesto anteriormente en la presente investigación, donde se evidencia que la resiliencia escolar se relaciona con las variables autoestima y apoyo social. Se plantea que la autoestima (a nivel individual) y el apoyo social (nivel social) son variables protectoras y predictivas de la resiliencia que pueden llegar a tener los adolescentes (Díaz, et al, 2018; Leiva et al, 2013).

En cuanto a la relación entre Autoestima y Resiliencia escolar presente en el grupo de estudio, se acepta la primera hipótesis, los resultados demuestran que existe una relación significativa y positiva ( $r= 0.775$ ,  $p= 0.000$ ), donde a mayores niveles de resiliencia en los escolares mayor es su nivel de autoestima. En las dimensiones de la variable resiliencia la que mayor influye con Autoestima es la dimensión 4 “recursos internos”, la cual se refiere a las características personales del sujeto, son las características internas de la persona, a nivel más estructural. Lo cual se corrobora con el estudio de Rossi (2015), el plantea que los factores internos de la persona corresponden a las habilidades y recursos básicos que contribuyen para la formación de una persona, como lo es la autoestima, la cual permite un buen desarrollo del aprendizaje, una buena relación con el entorno y se relaciona con una buena salud mental. A su vez, la investigación de Balgiu (2017), menciona que existe una relación significativa entre las variables de resiliencia y autoestima, debido a que los adolescentes con mayores niveles de resiliencia tienen mayor autoestima y tienden a mantenerla incluso en situaciones dolorosas y negativas. Así mismo también los adolescentes que tienen una buena salud mental presentan altos índices de resiliencia, independientemente de la presencia de eventos

negativos, por lo que se destaca la autoestima como un componente intrínseco de la resiliencia en los jóvenes.

Respecto a la segunda hipótesis, se puede ver que esta se acepta, debido a que existe una relación positiva y fuerte entre la variable resiliencia y apoyo social, Estos resultados coinciden con la investigación de Canazas, Díaz y Cáceres (2020) En el cual plantea que el apoyo social se relaciona positivamente con la resiliencia, sirviendo de soporte para las situaciones difíciles. Así también, se resalta el apoyo familiar como la dimensión de apoyo social que mayor correlaciona con la variable resiliencia ( $r=0.704$ ,  $p<.001$ ), esto se comprueba con las investigaciones de Lastre, López y Alcázar (2018), el cual menciona que para aminorar las situaciones negativas es fundamental el apoyo de padres o cuidadores. En este caso en el contexto educacional una de las cosas que se podría ver más perjudicado es el rendimiento escolar, el cual se ve afectado además de las características individuales, por las características sociales y su interacción entre el entorno social y familiar. Por lo tanto, un entorno familiar que entrega las herramientas adecuadas permite una mejora de habilidades sociales, lo que facilita el aprendizaje y el rendimiento de los estudiantes en el retorno a los establecimientos educacionales.

En lo que respecta a la tercera hipótesis, esta se acepta debido a que se encontró que existe una correlación alta y positiva entre la variable autoestima y apoyo social ( $r=0.609$ ,  $p=0.000$ ), esto es consistente con las investigaciones de Díaz, Fuentes, y Senra, (2018), donde plantea que la autoestima presenta una correlación con el desarrollo de habilidades sociales, el grado de ajuste social y las relaciones interpersonales. A su vez Terrones, Meneses y Guarachi, (2021) en su estudio comentan que tanto la autoestima como el apoyo social se relacionan directamente con la satisfacción con la vida en estudiantes. De tal forma que el apoyo social



tiene un efecto diferencial importante, sobre todo en el caso de los adolescentes con bajos niveles de autoestima, puesto que podría actuar como un “amortiguador” de los eventos estresantes en ausencia de un autoconcepto y autovaloración elevados (Leiva et al., 2013).

En general los resultados obtenidos dan cuenta de que las tres variables se relacionan fuertemente, en el caso del apoyo social la dimensión apoyo familiar es la que más fuerte correlaciona, ya sea con la resiliencia como con la autoestima, por lo tanto, es necesario involucrar a las familias en los procesos que se realicen para sobrellevar las situaciones adversas por las que atraviesan los adolescentes . Debido a esto es que es de vital importancia el poder reforzar desde las instituciones educativas los recursos internos de los estudiantes y sus relaciones interpersonales, por lo que es primordial trabajar e instaurar programas en donde se contribuya a fomentar la resiliencia, autoestima y el apoyo social, más en el periodo de la adolescencia que es una etapa compleja de sobrellevar debido a los cambios que suceden en ese periodo.

Por otro lado, en cuanto a las limitaciones de nuestro estudio podemos observar que una de ellas es que la metodología solo sea cuantitativa y transversal, ya que según Palacios, (2006) estos estudios son débiles en términos de validez interna casi nunca sabemos si miden lo que quieren medir, pero son fuertes en validez externa, lo que encuentran es generalizable a la población. Otra limitación que se puede encontrar es mejorar el diseño metodológico para investigaciones posteriores, tales como realizar estudios longitudinales, los cuales corresponden que un mismo individuo es observado en más de una ocasión (Delgado y Llorca, 2004). En este caso posterior a la primera aplicación de los test, se debería medir nuevamente a la misma muestra un tiempo después, realizando un proceso de seguimiento a la población objetivo.

Para futuras investigaciones se propone complementar con instrumentos de carácter cualitativo, tales como entrevistas, pautas de chequeo y focus group que complementen los datos obtenidos. A partir de los resultados obtenidos se plantea como línea de investigación futura indagar en cómo se presentan estas variables en la vuelta a la presencialidad, ya que este estudio se realizó en un contexto de clases remotas, y paulatinamente se ha incorporado la presencialidad en los establecimientos. Investigar en qué niveles se encuentran y cómo se relacionan estas variables, además de otras consecuencias psicológicas que se puedan presentar post pandemia como la convivencia, interacción y vínculos entre los estudiantes, sintomatología depresiva y aumento de sintomatología ansiosa. Además, se propone indagar en cómo estas variables se presentan en establecimientos públicos y privados.

Es bien sabido que, la pandemia por Covid-19 ha develado y acentuado problemáticas estructurales del sistema educativo a nivel global. En ese sentido, las soluciones y medidas que se tomen deben dar respuesta a los desafíos de la pandemia, pero también deben trascender y responder a situaciones profundas de la educación y los estudiantes.

Por lo tanto, se plantea que es de vital importancia intervenir dentro de los establecimientos educacionales, para fortalecer la resiliencia, autoestima y apoyo social de los escolares en pandemia y posterior a ella. Es por esto que solicita indagar en las políticas educativas de los establecimientos, realizar talleres de adaptación, brindar intervenciones para mejorar las relaciones interpersonales, crear estrategias del desarrollo de habilidades resilientes, fortalecer el autoconcepto y la valoración de sí mismo, todo esto con la finalidad de que el proceso de retorno a clases sea un periodo de adaptación óptimo para los/as estudiantes generando un proceso de ajuste personal en los adolescentes.

## V. Referencias

- Aisenson, D., Aisenson, G., Batlle, S., Legaspi, L., Polastri, G. y Valenzuela, V. (2007). Concepciones sobre el estudio y el trabajo, apoyo social percibido y actividades de tiempo libre en jóvenes que finalizan la escuela media. *Anuario de investigaciones*, 14, 71-82.
- Antonucci, T. & Depner, C. (1982). *Social support and informal helping relationships*. En: Wills, T. Basic processes in helping relationships. Academic Press, New York.
- Aranda, C. y Pando, M. (2013). Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social. *Revista de investigación en psicología*, 16(1), 233-245.
- Arechabala, M. y Miranda, C. (2002). Validación de una escala de apoyo social percibido en un grupo de adultos mayores adscritos a un programa de hipertensión de la región metropolitana. *Ciencia y enfermería*, 8(1), 49-55.
- Balgiu, B. (2017). Self-esteem, personality and resilience. Study of a students emerging adults group. *Journal of educational sciences and psychology*. Vol.VII (LXIX) No 1/2017. 93-99.
- Barrón, A. (1997). Apoyo social. *Psicothema*, 9 (2), 457-461. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/727/72709222.pdf>.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* 11(3), 125-130
- Canazas, M., Díaz, L. y Cáceres, G. (2020). Resiliencia y apoyo social percibido en estudiantes de 4to y 5to de secundaria del distrito de Ayaviri. *Revista de Psicología*, 10(1), 23-37.

- Carazo, V. (2018). Resiliencia y coevolución neuroambiental. *Revista Educación*, 42(2), 528-555. Recuperado de [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215-26442018000200027&script=sci\\_abstract&tlng=es](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215-26442018000200027&script=sci_abstract&tlng=es)
- CASEN.(2017). Resultados Encuesta CASEN 2017. Recuperado de: <http://observatorio.ministeriodesarrollosocial.gob.cl/encuesta-casen-2017>.
- Castro, R. (2020). Coronavirus, una historia en desarrollo. *Revista médica de Chile*, 148(2), 143-144. Recuperado de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872020000200143#:~:text=Comenz%C3%B3%20en%20diciembre%20de%202019,que%20equivale%20a%20un%204.5%25](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872020000200143#:~:text=Comenz%C3%B3%20en%20diciembre%20de%202019,que%20equivale%20a%20un%204.5%25).
- Chacón, J., Sánchez, M., Sanabrias, D., González, G., Lara, A. & Zagalaz, M. (2020). Systematic Review of the Literature About the Effects of the COVID-19 Pandemic on the Lives of School Children. *Front. psychol.* 11:569348. Recuperado de <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.569348/full>
- Chavarría, M. y Barra, E. (2014). Satisfacción vital en adolescentes: Relación con la autoeficacia y el apoyo social percibido. *Terapia psicológica*, 32(1), 41-46.
- Colegio de psicólogos de Chile (1999). *Código de ética profesional*. Recuperado de: [http://colegiopsicologos.cl/web\\_cpc/wp-content/uploads/2014/10/CODIGO-DE-ETICA-PROFESIONAL-VIGENTE.pdf](http://colegiopsicologos.cl/web_cpc/wp-content/uploads/2014/10/CODIGO-DE-ETICA-PROFESIONAL-VIGENTE.pdf)

- Coppari, N., Bagnoli, L., Codas, G., Humada, H., Pradedda, Ú., Martínez, L. y Montaña, M. (2018). Relación entre apoyo social percibido y disposición resiliente en adolescentes paraguayos. *Psychología: Avances de la Disciplina*, 12(2), 13-22.
- Cunias, M. y Medina, I. (2021). Resiliencia en estudiantes adolescentes de una institución educativa de una zona urbano-marginal durante el covid-19. *UCV-HACER: Revista de Investigación y Cultura*, 10(1), 31-40.
- Delgado Rodríguez, M., & Llorca Díaz, J. (2004). Estudios longitudinales: concepto y particularidades. *Revista española de salud pública*, 78, 141-148.
- Díaz, D., Fuentes, I. y Senra, N. (2018). Adolescencia y autoestima: Su desarrollo desde las instituciones educativas. *Conrado*, 14(64), 98-103. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442018000400098](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000400098)
- Durán, J. y Crispin, D. (2020). Influencia de la autoestima en el rendimiento académico de estudiantes de la carrera de medicina de la Universidad mayor de San Andrés. *Artículos originales. Rev Med La Paz*, 26(2); Julio - Diciembre 2020 11
- Eyzaguirre, S., Le Foulon, C. y Salvatierra, V. (2020). Educación en tiempos de pandemia: antecedentes y recomendaciones para la discusión en Chile. *Estudios Públicos*, 111-180.
- Fraga, G. (2016). Resiliencia: un concepto que abre cuestionamientos sobre su construcción y desarrollo.
- Fiallo, R., Vizcaíno, A, y Castro, J. (2020). Reflexiones sobre el apoyo social en el afrontamiento a la COVID-19. *Revista de Información científica para la Dirección en Salud. INFODIR*, (35).

- García, M., y Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 63-77
- Gerosa, F. (2016). Personalidad, Autoestima y Desempeño Académico. Una aproximación complementaria a partir de la Teoría de los Cinco Factores de la personalidad. *Psocial*, 2(2), 46-53.
- Gil, G. (2010). La resiliencia: conceptos y modelos aplicables al entorno escolar. *El guiniguada*. Vol. 19, 27-42.
- González, N., López, A., Torres, M. y Morelato, G. (2020). Apoyo Social, Autoestima y Bienestar Subjetivo en Escolares. El caso de México y Argentina. *Acta de investigación psicológica*, 10(2), 65-79.
- González, N. (2016). *Resiliencia y personalidad en niños y adolescentes. Cómo desarrollarse en tiempos de crisis*. Toluca, México. Ediciones Eón. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/80533251.pdf>
- Gottlieb, B. (1983). Social support as a focus for integrative research in psychology. *American Psychologist*, 38(3), 278.
- Gracia, E., Herrero, J. y Musitu, G. (1995). El apoyo social. Barcelona: PPU. 22-26.
- Hair, J., Anderson, R., Tatham, R., y Black, W. (1999). *Análisis multivariante* (Vol. 491). Madrid: Prentice Hall.

- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2003). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill.
- Huaire, E. (2014). Prevalencia de resiliencia y autoestima sobre el rendimiento escolar en estudiantes de instituciones educativas de Ate Vitarte, Lima. In *Apuntes de Ciencia & Sociedad* (Vol. 4, No. 2). Universidad Continental.
- Huaquipaco, R., y Valdez, G. (2021). Clima social familiar y capacidad de resiliencia durante la pandemia por COVID-19 en adolescentes de la institución educativa “San Vicente de Paúl”. Mollendo 2020.
- Kaplan, B., Cassel, J., Gore, S. (1977). Social support and Health. *Med Care*, 15, 47-58
- Lastre, K., López, L. y Alcázar, C. (2018). Relación entre apoyo familiar y el rendimiento académico en estudiantes colombianos de educación primaria. *Psicogente*, 21(39), 102-115. Recuperado de <http://doi.org/10.17081/psico.21.39.2825>
- Leiva, L., Pineda, M., y Encina, Y. (2013). Autoestima y apoyo social como predictores de la resiliencia en un grupo de adolescentes en vulnerabilidad social. *Revista de Psicología*, 22(2), ág-111.
- Lemos, S. y Fernández, J. (1990). Redes de soporte social y salud. *Psicothema*. Vol. 2, n°2. 113-135. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=671>
- Lin, N. (1986). Conceptualizing social support. En N. Lin, A. Dean, & W. Ensel (Eds.), *Social support, life events, and depression* (pp. 17-30). Nueva York: Academic Press.

- Masten, A. (2012). Risk and resilience in development. In P. D. Zelazo (Ed.), Oxford handbook of developmental psychology. New York, NY: Oxford University Press (in press)
- Marquina, R. y Jaramillo, L. (2020). El Covid-19: Cuarentena y su Impacto Psicológico en la población. *Scielo*. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Meza, L., Abuabara, N., Pontón, D., Ortega, F. y Mendoza, F. (2020). Factores personales de la resiliencia y desempeño académico de escolares en contexto de vulnerabilidad. *Búsqueda*, 7 (24). Recuperado de <https://revistas.cecar.edu.co/index.php/Busqueda/article/view/e491/560>.
- Morales, M. y González, A. (2014). Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables. *Estudios pedagógicos*, 40(1), 215-228. Recuperado de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-07052014000100013](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052014000100013)
- Murillo, F. y Duk, C. (2020). El Covid-19 y las Brechas Educativas. *Revista latinoamericana de educación inclusiva*, 14(1), 11-13. Recuperado de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-73782020000100011](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-73782020000100011)
- Naranjo, M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 7(3), 0. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>



- Orcasita, L., Peralta A., Valderrama L. y Uribe, A. (2010). Apoyo social y conductas de riesgo en adolescentes diagnosticados y no diagnosticados con VIH/SIDA en Cali-Colombia. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (31), 155-195. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1942/194214587008.pdf>
- Orte, C., Ballester, L. y Nevot-Caldentey, L. (2020). Apoyo familiar ante el covid-19 en España. *Scielo*.
- Palacios, R. M. (2006). Investigación cualitativa y cuantitativa Diferencias y limitaciones. *PIURA PERÚ*.
- Pinilla, R. (2016). Claves de la comunicación eficaz en la enseñanza semipresencial a distancia. *La innovación docente con TIC como instrumento de transformación* (pp. 137-152). Dykinson.
- Proctor, C., Linley, A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction measures: A review. *The Journal of Positive Psychology*, 4(2), 128-144.
- Rodríguez, A., Ramos, E., Ros, I., Fernández, A., y Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Suma psicológica*, 23(1), 60-69.
- Rojas, C., Zegers, B., y Förster, C. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista médica de Chile*, 137(6), 791-800.
- Rosenberg M. (1965). Society and the adolescent self-image. *Princeton: Princeton University Press; 1965*.

Rossi, D. (2015). Relación entre la percepción de la resiliencia y la autoestima en niños de 10 a 12 años de colegios privados y públicos de la ciudad de La Paz. *Ajayu Órgano de difusión científica del departamento de psicología UCBSP. Vol.13 no.2* Recuperado de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612015000200007](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612015000200007)

Saavedra, E., y Castro, A. (2009). “Construcción de un instrumento de evaluación de resiliencia familiar”.

Systematic review of the literature about the effects of the COVID-19 pandemic on the lives of school children. *Front Psychol. 2020.*

Sagaró, N y Zamora, L. (2020). Técnicas estadísticas para identificar posibles relaciones bivariadas. *Revista Cubana de Anestesiología y reanimación vol.19 no.2 Ciudad de la Habana.* Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-67182020000200008#B5](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-67182020000200008#B5)

Sosa, S. y Salas, E. (2020). Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes secundarios de San Luis de Shuaro, La Merced. *Comuni@cción, 11(1), 40-50.* Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2219-71682020000100040&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2219-71682020000100040&script=sci_arttext)

Terrones, Z., Meneses, M, y Guarachi, R. (2021). Autoestima y apoyo social como predictores de la satisfacción con la vida en universitarios bolivianos durante la pandemia COVID-19.

- Thakur A. (2020). Mental Health in High School Students at the Time of COVID-19: A Student's Perspective. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 59(12), 1309–1310. Recuperado de <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.08.005>
- Tus, J. (2020). Self-concept, Self-esteem, Self-efficacy and Academic performance of the senior high school students. *International journal of research culture society*. Volume - 4, Issue - 10, Oct – 2020
- Voloschin, C., Becerra, G., y Simkin, H. (2016). Bullying escolar, dominancia y autoestima. Una mirada desde la psicología social. *Revista de Ciencias Sociales*, 92, 62–67.
- Williams, B. (Ed.). (1996). *Closing the achievement gap: A vision for changing beliefs and practices*. Virginia, USA. Association for Supervision and Curriculum Development.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and Loss. *Attachment, Londres, Hogarth Press*

## **VI. Anexos**

### *Anexo 1: Consentimiento informado*



Estimado/a Estudiante:

Usted ha sido invitado/a a participar en un estudio el cual intenta medir la Resiliencia escolar, Autoestima y Apoyo social de escolares en tiempo de pandemia. Por intermedio de este documento se le solicita que participe en esta investigación de forma voluntaria.

Su participación en ella no involucra ningún daño o peligro para su salud física o mental. Usted puede negarse a participar o dejar de participar total o parcialmente en cualquier momento del estudio sin que deba dar razones para ello ni recibir ningún tipo de sanción. Su participación en este estudio no contempla ningún tipo de compensación o beneficio. Cabe destacar que la información obtenida en la investigación será confidencial, y sólo se utilizará con fines propios académicos.

Agradezco desde ya su colaboración, saludos cordiales.

Quedando claro los objetivos del estudio, las garantías de confidencialidad y la aclaración de la información, yo \_\_\_\_\_ acepto voluntariamente participar de la investigación, con fecha \_\_\_\_\_.

---

Firma

*Anexo 2: Dossier de Instrumentos Aplicados a los Escolares*

**Escala de autoestima de Rosenberg**

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

4. Muy de acuerdo
3. De acuerdo
2. En desacuerdo
1. Muy en desacuerdo

	1	2	3	4
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.				
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				

### Escala de Resiliencia Escolar E.R.E

Evalúa el grado en que estas frases te describen. Marca con una “X” tu respuesta. Contesta todas las frases, no hay respuestas buenas ni malas.

	Muy de acuerdo  De acuerdo	De acuerdo	Ni deacuerdo  ni en desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
1.- Yo soy una persona que se quiere a sí misma.					
2.- Yo soy optimista respecto del futuro.					
3.- Yo estoy seguro de mí mismo.					
4.- Yo me siento seguro en el ambiente en que vivo.					
5.- Yo soy un modelo positivo para otros.					
6.- Yo estoy satisfecho con mis amistades.					

7.- Yo soy una persona con metas en la vida.					
8.- Yo soy independiente.					
9.- Yo soy responsable.					
10.- Yo tengo una familia que me apoya.					
11.- Yo tengo personas a quien recurrir en caso de problemas.					
12.- Yo tengo personas que me orientan y aconsejan.					
13.- Yo tengo personas que me ayudan a evitar problemas.					
14.- Yo tengo personas que les puedo contar mis problemas.					
15.- Yo tengo amigos que me cuentan sus problemas					

16.- Yo tengo metas en mi vida.					
17.- Yo tengo proyectos a futuro.					
18.- Yo tengo en general una vida feliz.					
19.- Yo puedo hablar de mis emociones. con otros.					
20.- Yo puedo expresar cariño.					
21.- Yo puedo confiar en otras personas.					
22.- Yo puedo dar mi opinión.					
23.- Yo puedo buscar ayuda cuando la necesito.					
24.- Yo puedo apoyar a otros que tienen problemas.					



25.- Yo puedo comunicarme bien con otras personas.					
26.- Yo puedo aprender de mis aciertos y errores.					
27.-Yo puedo esforzarme por lograr mis objetivos.					

### Escala Multidimensional de Apoyo Social

A continuación, lea cada una de las siguientes frases cuidadosamente. Indique su acuerdo o desacuerdo con cada una de ellas.

	Total mente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Más bien de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Hay una persona que está cerca cuando estoy en una situación difícil.							
2. Existe una persona especial con la cual yo puedo compartir mis penas y alegrías.							
3. Mi familia realmente intenta ayudarme.							
4. Obtengo de mi familia la ayuda y el apoyo emocional que							

necesito.							
5.Existe una persona que realmente es una fuente de bienestar para mí.							
6.Mis amigos realmente tratan de ayudarme.							
7.Puedo contar con mis amigos cuando las cosas van mal							
8. Puedo hablar de mis problemas con mi familia.							
9. Tengo amigos con los que puedo compartir mis penas y alegrías							
10.Existe una persona especial en mi vida que se preocupa por mis sentimientos							
11. Mi familia se muestra dispuesta a ayudarme para tomar decisiones.							
12.Puedo hablar de mis problemas con mis amigos							

Anexo 3:

Tabla 3

*Correlación entre autoestima y dimensiones de la resiliencia*

		Autoestima	D1	D2	D3	D4	D5
Autoestima	Pearson's r	—					
	Sig.	—					
D1	Pearson's r	0.65	—				
	Sig.	< .001	—				

D2	Pearson's r	0.67	0.58	—			
	Sig.	<.001	<.001	—			
D3	Pearson's r	0.65	0.63	0.64	—		
	Sig.	<.001	<.001	<.001	—		
D4	Pearson's r	0.77	0.85	0.74	0.80	—	
	Sig.	<.001	<.001	<.001	<.001	—	
D5	Pearson's r	0.70	0.63	0.81	0.81	0.79	—
	Sig.	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	—

Anexo 4:

Tabla 4

*Correlaciones entre dimensiones del apoyo social y escala de resiliencia*

		Resiliencia	Familia AS	Amigos AS	Otros Sig. AS
Resiliencia	Pearson's r	—			
	Sig.	—			
Familia AS	Pearson's r	0.70	—		
	Sig.	<.001	—		
Amigos AS	Pearson's r	0.59	0.59	—	
	Sig.	<.001	<.001	—	
Otros Sig. AS	Pearson's r	0.69	0.82	0.65	—
	Sig.	<.001	<.001	<.001	—

*Anexo 5: Tabla 5. Correlaciones entre dimensiones del apoyo social y escala de autoestima*

		Autoestima	Familia AS	Amigos AS	Otros Sig, AS
Autoestima	Pearson's r	—			
	Sig.	—			
Familia AS	Pearson's r	0.64	—		
	Sig.	< .001	—		
Amigos AS	Pearson's r	0.40	0.59	—	
	Sig.	< .001	< .001	—	
Otros Sig. AS	Pearson's r	0.59	0.82	0.651	—
	Sig.	< .001	< .001	< .001	—