



# Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 18 No. 3

Septiembre de 2015

## LA RESILIENCIA COMO ESTRATEGIA TERAPÉUTICA ANTIBULLYING

Teresa de Jesús Mazadiego Infante<sup>1</sup>, Olivia Jalima Vega Corany<sup>2</sup> y José Felipe Reboredo Santes<sup>3</sup>  
Universidad Veracruzana  
Veracruz, México

### RESUMEN

El acoso escolar se ha convertido en la problemática social que actualmente está presentándose en todos los niveles educativos de México, constituyendo una situación cotidiana que afecta la salud emocional y académica de los estudiantes. Por lo que el presente estudio tuvo como objetivo utilizar la resiliencia como una estrategia terapéutica para combatir el bullying en una muestra de 29 adolescentes de un Telebachillerato de la comunidad de Úrsulo Galván perteneciente a Tihualán, Veracruz. El rango de edad fue de 15 y 17 años, de nivel socioeconómico bajo. El criterio de selección de la muestra fue la conducta agresiva que mostraban todos, hombres y mujeres, tanto verbales como conductas violentas que llegaron a lastimarse. Se utilizaron dos instrumentos: el Cuestionario sobre intimidación y maltrato entre iguales (Ortega, Mora y Mora-Merchán, 1995) y el Inventario de Resiliencia de Gaxiola-Romero et al. (2011). El Taller de resiliencia comprendió diversas actividades como ejercicios de relajación con música, una etapa de sensibilización trabajando los sentidos hacia el ambiente que les rodeaba, dinámicas de meditación sobre la autoestima de sí mismos, sobre la familia, los amigos, la

<sup>1</sup> Profesora de la Facultad de Psicología, Campus Poza Rica de la Universidad Veracruzana.  
Correo electrónico: [tmazadiego@yahoo.com.mx](mailto:tmazadiego@yahoo.com.mx)

<sup>2</sup> Profesora de la Facultad de Psicología, Campus Poza Rica de la Universidad Veracruzana.  
Correo electrónico: [jalimacorany@hotmail.com](mailto:jalimacorany@hotmail.com)

<sup>3</sup> Profesor de la Facultad de Psicología, Campus Poza Rica de la Universidad Veracruzana.  
Correo electrónico: [reboredo60988@hotmail.com](mailto:reboredo60988@hotmail.com)

atención de sus maestros, se trabajaron conceptos de violencia escolar, agresión, maltrato entre iguales y bullying. Los resultados indicaron que en el diagnóstico las mujeres eran principalmente las víctimas y algunos hombres, pero después del taller, las mujeres lograron aprender a ser resilientes superando en la puntuación de medias a los varones; las agresiones disminuyeron visiblemente en ambos géneros, facilitando la resiliencia el incremento de conocimientos académicos, cumplimiento de tareas, seguridad en sí mismos, mejoramiento de las relaciones entre los estudiantes y disminución de la violencia entre pares, al fortalecer valores como la tolerancia, el respeto, la empatía, el afrontamiento, la flexibilidad y la actitud positiva entre los participantes. Por lo que se concluye, que la resiliencia es una estrategia eficaz en la disminución del bullying y en el fortalecimiento de valores, conocimientos académicos y afirmación de la autoestima.

**Palabras clave:** resiliencia, bullying, acoso entre iguales, valores, afirmación de autoestima.

## RESILIENCE AS THERAPEUTIC STRATEGY ANTIBULLYING

### ABSTRACT

Bullying has become a social problem that is currently appearing at all educational levels in Mexico, constituting an everyday situation that affects the emotional and academic health of students. As this study was to use resilience as therapeutic strategy to combat bullying in a sample of 29 adolescents of a Telebachillerato community belonging to Tihualán Úrsulo Galván, Veracruz. The age range was 15 to 17 years, low socioeconomic status. The criteria for selection of the sample was exhibiting aggressive behavior all men and women, both verbal and violent behavior that came to hurt. Questionnaire on bullying and bullying (Ortega, Mora and Mora-Merchan, 1995) and Resilience Inventory Gaxiola-Romero et al: Two instruments were used. (2011). Resilience Workshop realized various activities such as relaxation exercises with music, a step of raising working way into the environment surrounding them, dynamic meditation on the self-esteem of themselves, about family, friends, teachers care concepts of school violence, aggression, bullying and bullying were worked. The results indicated that diagnosis were mainly women victims and some men, but after the workshop, women were able to learn to be resilient surpassing the average score for boys; visibly decreased aggression in both genders, providing increased resilience academic knowledge, fulfillment of tasks, self-confidence, improved relationships between students and reducing violence among peers, to strengthen the values of tolerance, respect, empathy, coping, flexibility and positive attitude among participants. As concluded that resilience is an effective

strategy in reducing bullying and strengthening of values, academic knowledge and affirmation of self-esteem.

**Keywords:** resilience, bullying, peer harassment, values, affirmation of self-esteem

## INTRODUCCIÓN

En México, la violencia escolar en la población de los adolescentes se ha venido incrementando en las últimas décadas y actualmente, la mayoría de los adolescentes son vulnerables a diversos problemas sociales y personales que desembocan en deserciones escolares, problemas de aprendizaje, ausentismo, minusvalía, depresión, ideación suicida o hasta el suicidio; por lo que el adolescente es vulnerable a las agresiones de sus compañeros, cuando no comunica sus problemas escolares y personales a sus padres o maestros (Avilés, 2006).

La violencia escolar siempre ha existido con diversos nombres y no era considerada un problema social, como actualmente sucede, debido a su incremento en las escuelas y en los diversos niveles educativos de México; a principios de los años 70s en Suecia, se empezó a despertar el interés por el fenómeno conductual de la violencia entre escolares, a lo que se llamó *acoso entre escolares* (Olwues, 1993). Dado el carácter discriminativo de la expresión *acoso escolar*, se suele hablar de *maltrato entre iguales* o *agresión entre iguales*. No obstante, actualmente el término utilizado es *acoso en la escuela* o *bullying* en inglés, término aceptado ampliamente en los estudios que se llevan a cabo en todo el mundo (Villalobos, 2009). Así, el término *bullying* se utiliza para determinar toda conducta agresiva, negativa, repetitiva y prolongada, realizada por una persona o un grupo, contra otro individuo que tiene dificultades para defenderse a sí mismo. Por lo que resulta ser un rechazo moral que afecta las conductas consideradas como habituales en la infancia y adolescencia, provocando la marginación de quien posee una característica diferente a los demás (Arroyave, 2012).

El *bullying* se ha convertido en un grave problema social en la mayoría de las escuelas en México, donde los medios de comunicación han invitado a la

población mexicana a participar en campañas que eviten la violencia en las escuelas, solicitando a los padres de familia que platicuen con sus hijos para que ni sean agresores ni víctimas; invitando a los padres de familia y profesores que eviten el maltrato entre iguales, la humillación, la discriminación, la exclusión social, entre otras (Batista, Román, Romero y Salas, 2010).

Smith (2005), propuso que los factores que contribuyen a que se presente el bullying son: la competitividad del consumismo de nuestra sociedad, los medios de comunicación, los videojuegos que difunden estos aspectos, favoreciendo el incremento de este fenómeno. Suárez-Ojeda (2005), comenta que otro de los factores que impacta en los hijos son sus familias; los estudiantes turbulentos(as) y agresivos(as) provienen de familias disfuncionales en donde la violencia familiar es lo cotidiano. En relación a la influencia familiar, se ha destacado la actitud emotiva de los padres, expresada principalmente en la carencia de afecto a los hijos; también se alude al grado de permisividad desmedido de los padres frente a conductas agresivas que manifiestan sus hijos, así como los modelos autoritarios de crianza donde los padres imponen medidas disciplinarias que dañan la salud emocional de sus hijos. Muchas conductas agresivas, son aceptadas como situaciones habituales que llegan, incluso, a pasar desapercibidas, sin embargo, son graves las consecuencias de estos comportamientos agresivos y discriminatorios sobre las personas que los padecen, e incluso sobre quienes los llevan a cabo, principalmente cuando se producen en una edad temprana, específicamente, en los centros educativos donde perturban la sana convivencia y el desarrollo integral de los estudiantes, por lo que se debe considerar que el sistema educativo tiene un rol crucial en la vida de los estudiantes, ya que es, dentro de la escuela donde los jóvenes pueden desarrollar no solo competencias académicas, sino también sociales y personales que les permitan sobreponerse a situaciones adversas y salir adelante en la vida (Rutter, 2007).

En los ambientes educativos se ha empezado a utilizar el concepto de *resiliencia*, entendida como la elevada probabilidad de éxito en la escuela y en otros aspectos de la vida a pesar de adversidades ambientales debidas a condiciones y

experiencias negativas tempranas (Wang, Haertel y Walberg, 1994), Wang, Haertel y Walberg (1997) y Windfield (1991), argumentaron que la resiliencia para la vida, es un concepto que no solamente se aplica al individuo y a las situaciones familiares, sino también dentro de las instituciones educativas que contribuyen en la formación integral de los estudiantes. Por otro lado, Cobo y Tello (2013), establecieron el perfil psicosocial asociado con la respuesta resiliente en un grupo de adolescentes residentes de un área metropolitana, encontrando una correlación positiva importante entre el afrontamiento activo y el afecto positivo, la autoeficacia, el sentido del humor y la satisfacción personal; lo que indica, según la autora, que los adolescentes que confían en su capacidad de actuar, se sienten apoyados por personas significativas, buscan ayudar a los demás pero guiando su conducta por ellos mismos y teniendo estrategias alternativas para solucionar sus problemas, tienden a tener mayores afectos positivos y una percepción más optimista de la vida, lo que les permite superar con éxito las situaciones adversas, además de afirmar que el bullying es un problema cotidiano en las escuelas de cualquier nivel educativo.

Así, para esta investigación se conceptúa que la resiliencia es el resultado de la combinación y/o interacción entre los factores internos del individuo y su ambiente familiar, social, escolar y cultural (factores externos) que lo posibilitan para superar el riesgo y la adversidad de forma constructiva (Díaz-Osuna, 2012; González, López-Fuentes y Valdez-Medina, 2012). Sin embargo ¿qué tan efectiva podría ser la propuesta de resiliencia como estrategia de intervención para los adolescentes víctimas de bullying?

En estudios realizados por Greenspan (2004), Menoni y Klasse (2007) y Melillo (2007), con el objetivo de conocer el proceso de desarrollo de la resiliencia en personas expuestas a situaciones de adversidad, se encontró que el humor y la capacidad de reírse de uno mismo permite al individuo crearse una nueva perspectiva, en la cual es más sencillo encontrar alivio ante las situaciones difíciles, así como mantener una capacidad lúdica y creativa, que además le permite tener una mejor capacidad para encontrar soluciones alternativas a los problemas.

Cuando un individuo aprende a ser resiliente, tiene un adecuado nivel de autoestima, por lo cual, el intento de otros de querer ridiculizarlo, deteriorar su autoestima, llevarlo a ser el centro de toda situación conflictiva grupal, fracasa. Un afrontamiento positiva ante situaciones conflictivas, lleva a una sensación de mejoramiento de la autoeficacia, traduciéndose en conductas auto afirmativas que desestimulan en sí mismas cualquier intento de acoso. Al mismo tiempo, se va produciendo en el niño y adolescente, un crecimiento psicológico con capacidad progresiva para resolver situaciones adversas. La protección no reside en las características psicológicas presentes en un momento dado, sino en la manera en que el individuo maneja o negocia los cambios vitales o las experiencias estresantes (Fiorentino, 2008; García, Pérez–Giménez y Nebot, 2010; Ortega, 2012;).

Por ello, la resiliencia es indispensable para el individuo como recurso fundamental de su desarrollo y que trasciende los límites del bullying, debido a que la resiliencia puede prevenir y contrarrestar las causas del acoso escolar (García-Vega y Domínguez-De la Ossa). Por lo tanto, el objetivo de la presente investigación fue utilizar la resiliencia como una estrategia terapéutica para minimizar el bullying en una muestra de adolescentes.

## MÉTODO

Participantes: Se trabajó con un grupo de 29 adolescentes del Tele bachillerato Úrsulo Galván ubicado en el ejido del mismo nombre, del Municipio de Tihuatlán, Veracruz; de los cuales 11 participantes fueron del sexo femenino y 18 correspondieron al sexo masculino, su edad osciló entre los 15 y 17 años. Todos cursaban el primer semestre del bachillerato. El criterio de selección de la muestra fue la conducta agresiva que mostraban todos, hombres y mujeres, tanto verbales como conductas violentas que llegaron a lastimarse.

Instrumentos: Se utilizaron dos instrumentos, uno como diagnóstico, fue el Cuestionario sobre intimidación y maltrato entre iguales (Ortega, Mora y Mora-Merchán, 1995), el instrumento consta de 29 preguntas, que sirven para dilucidar si se está o no ante situaciones de acoso escolar, se realizó un pilotaje del

instrumento y para efectos de este trabajo, se hizo una adaptación del instrumento que consistió esencialmente, en suprimir cinco de las preguntas dejando solo 24 preguntas con una adaptación para el contexto.

Y el segundo instrumento fue el Inventario de Resiliencia (IRES) que fue elaborado por Gaxiola-Romero et al. (2011), estando conformado por 24 preguntas que evalúan las respuestas a través de cuatro opciones, *totalmente en desacuerdo* = 1, *en desacuerdo*= 2, *de acuerdo*= 3 y *totalmente de acuerdo*= 4. Tiene diez dimensiones que caracterizan a las personas resilientes: Afrontamiento, actitud positiva, sentido del humor, empatía, flexibilidad, perseverancia, religiosidad, optimismo, auto eficacia y orientación a la meta. Este instrumento se aplicó antes y después del taller.

Procedimiento: Fase I: Se solicitaron los permisos, a pesar de que se había solicitado la intervención por parte de la escuela, se habló con los padres de familia, estando presentes los profesores y la Directora de la institución, explicando el objetivo del trabajo y la autorización por escrito de los padres, para trabajar con sus hijos desde la aplicación de los instrumentos hasta la finalización del taller de resiliencia y que en caso de que alguno de los estudiantes no deseara continuar, podía hacerlo sin perjuicio de sus calificaciones .

Fase II: Se realizó la aplicación de dos instrumentos de manera grupal en un tiempo aproximado de 30 minutos, para ambos instrumentos. La participación fue voluntaria, anónima y confidencial sin que se observaran abstenciones. Al momento de administrar los instrumentos, se solicitó a los estudiantes, contestarlo con la mayor honestidad posible.

Fase III: La aplicación del *Taller de resiliencia* constó de actividades con enfoque humanista, se realizaron ejercicios de relajación con música, una etapa de sensibilización partiendo de los sentidos hacia el ambiente que les rodeaba, dinámicas de meditación sobre la autoestima de sí mismos, sobre la familia, los amigos, la atención de sus maestros, se trabajaron conceptos de violencia escolar, agresión, maltrato entre iguales, bullying, características de los victimarios y de las víctimas, asertividad, pensamientos positivos, filosofía zen, cuentos sufi y dinámicas de terapia para aquellos estudiantes que necesitaban trabajar sus

problemas emocionales pero se aplicaron para todos, como la silla vacía, la balsa y la mina. Al final del taller se aplicó únicamente el instrumento de resiliencia para conocer el impacto del taller en los participantes.

## RESULTADOS

Se obtuvo la confiabilidad interna de la Escala de Bullying, a través del Alpha de Cronbach (Tabla 1), la cual tuvo una confiabilidad interna media.

**Tabla 1. Estadísticos de fiabilidad Escala de Bullying**

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.560	24

Debido a esa confiabilidad media, se obtuvo la fiabilidad a través de la ANOVA de Tukey, la que resultó altamente significativa: prueba F,  $p < 0.001$  (tabla 2).

**Tabla 2. ANOVA con la prueba de no aditividad de Tukey de la Escala de Bullying**

	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-personas	63.089	28	2.253		
Intra- Inter-elementos	737.263	23	32.055	32.359	.000
Residu No	16.300 <sup>a</sup>	1	16.300	16.860	.000
al aditividad					
Equilibrio	621.645	643	.967		
Total	637.945	644	.991		
Total	1375.208	667	2.062		
Total	1438.297	695	2.069		

Media global = 2.41

a. Estimación de Tukey de la potencia a la que es necesario elevar las observaciones para conseguir la aditividad = 2.190.

También se obtuvo la fiabilidad interna de la Escala de Resiliencia, la cual resultó con alta fiabilidad: 0.882 (Tabla 3)



**Tabla 3. Estadísticos de fiabilidad de la Escala de Resiliencia**

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.882	24

Y para comprobarla, también se realizó el análisis por la ANOVA de Tukey (Tabla 4), resultando significativa tanto de un participante a otro (inter-personas) como cambios dentro de cada participante (intra-personas): Prueba  $F = 2.002$ ,  $p < 0.004$

**Tabla 4. ANOVA con la prueba de no aditividad de Tukey de la Escala de Resiliencia**

	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-personas	128.718	28	4.597		
Intra- personas					
Inter-elementos	24.999	23	1.087	2.002	.004
Residu al Equilibrio	.129 <sup>a</sup>	1	.129	.237	.626
Total	349.498	643	.544		
Total	349.626	644	.543		
Total	374.625	667	.562		
Total	503.343	695	.724		

Media global = 3.10

a. Estimación de Tukey de la potencia a la que es necesario elevar las observaciones para conseguir la aditividad = 1.518.

En el Taller realizado participaron 18 varones (62.1%) y 11 mujeres (37.9%), siendo un porcentaje mayor de hombres. Siendo las edades comprendidas de los participantes, en un rango de 15 a 17 años, siendo el mayor porcentaje de participantes de 15 años y el menor de 17 años (6.9%).

Se realizó una comparación de medias (Tabla 5) para analizar las respuestas encontrándose que los varones se llevaban mejor con sus pares que las mujeres, si alguien los intimidaba hablan con alguien para sentirse seguros y protegidos y si tenían la oportunidad, ellos intimidaban a alguno de sus compañeros aunque les llamaran la atención, por lo que estaban conscientes de que hacían mal y que sus

acciones no eran correctas; después del taller, estas conductas de bullying disminuyeron visiblemente y algunos de los victimarios pidieron disculpas a los jóvenes a quienes solías molestar frecuentemente.

Por su parte las mujeres (Tabla 5) consideraban tener buenas amigas, se opinan que las respetan, aunque hubo ocasiones que las maltrataban con burlas,

**Tabla 5. Comparación de medias por género en Bullyng**

	GENERO	N	Media	Desviación típica	Error típ. de la media
¿TE LLEVAS BIEN CON LA MAYORIA DE TUS COMPAÑEROS?	HOMBRES	18	2.72	.575	.135
	MUJERES	11	2.64	.505	.152
¿TIENES BUENOS AMIGOS EN LA ESCUELA?	HOMBRES	18	2.44	1.097	.258
	MUJERES	11	2.73	1.104	.333
¿TE HAS SENTIDO SOLO O SOLA EN EL RECREO PORQUE TUS AMIGOS NO HAN QUERIDO ESTAR CONTIGO?	HOMBRES	18	2.44	.616	.145
	MUJERES	11	2.45	.688	.207
¿TE RESPETAN TUS COMPAÑEROS?	HOMBRES	18	2.78	.548	.129
	MUJERES	11	3.00	.000	.000
¿TE RESPETAN EN LA ESCUELA?	HOMBRES	18	2.83	.383	.090
	MUJERES	11	2.82	.405	.122
¿TE HAN INTIMIDADO O MALTRATADO ALGUNOS DE TUS COMPAÑEROS O COMPAÑERAS?	HOMBRES	18	2.72	.461	.109
	MUJERES	11	3.00	.000	.000
¿TUS COMPAÑEROS TE HAN INTIMIDADO EN ALGUNA OCASIONES?	HOMBRES	18	4.39	1.290	.304
	MUJERES	11	5.00	.000	.000
¿TE INTIMIDAN CON FRECUENCIA?	HOMBRES	18	1.94	.236	.056
	MUJERES	11	2.00	.000	.000
¿TE HAN INTIMIDADO EN ALGUNA OCASIÓN?	HOMBRES	18	5.61	1.650	.389
	MUJERES	11	7.00	.000	.000
¿EN TU GRUPO ESTAN QUIENES QUE SUELEN INTIMIDAR A TUS COMPAÑEROS?	HOMBRES	18	1.39	.608	.143
	MUJERES	11	1.45	.934	.282
¿SUELEN INTIMIDAR A TUS COMPAÑEROS O COMPAÑERAS DE OTRO GRUPO?	HOMBRES	18	1.89	1.410	.332
	MUJERES	11	2.36	1.567	.472

¿EL LUGAR DONDE SE PRODUCEN ESTAS SITUACIONES DE INTIMIDACION O MALTRATO ES EN LA ESCUELA?	HOMBRES	18	2.11	1.410	.332
	MUJERES	11	2.27	1.272	.384
¿SUELES PARAR LAS SITUACIONES DE INTIMIDACION?	HOMBRES	18	2.28	1.179	.278
	MUJERES	11	2.82	1.079	.325
SI ALGUIEN TE INTIMIDA ¿HABLAS CON ALGUIEN DE LO QUE TE SUCEDE?	HOMBRES	18	2.00	1.495	.352
	MUJERES	11	1.55	1.214	.366
¿SERIAS CAPAZ DE INTIMIDAR A ALGUNO DE TUS COMPAÑEROS EN ALGUNA OCASION?	HOMBRES	18	1.83	1.098	.259
	MUJERES	11	1.27	.467	.141
SI HAS INTIMIDADO A ALGUNO DE TUS COMPAÑEROS ¿TE HAN DICHO QUE NO LO HAGAS?	HOMBRES	18	1.89	1.323	.312
	MUJERES	11	1.00	.000	.000
¿HAS PARTICIPADO EN SITUACIONES DE INTIMIDACION HACIA TUS COMPAÑEROS?	HOMBRES	18	2.39	1.975	.465
	MUJERES	11	1.18	.603	.182
¿CON FRECUENCIA SE PRESENTA LA INTIMIDACION O MALTRATO ENTRE COMPAÑEROS?	HOMBRES	18	1.67	.907	.214
	MUJERES	11	2.82	1.662	.501
¿CON FRECUENCIA SE OBSERVA LA INTIMIDACION EN TU ESCUELA?	HOMBRES	18	1.50	.618	.146
	MUJERES	11	1.64	.505	.152
¿HAS PARTICIPADO EN LA INTIMIDACION A TUS COMPAÑEROS?	HOMBRES	18	1.22	.428	.101
	MUJERES	11	1.18	.405	.122
¿ENTIENDES QUE LA INTIMIDACIÓN ESTA MAL?	HOMBRES	18	1.94	.539	.127
	MUJERES	11	1.82	.405	.122
¿CREES QUE ALGUNOS CHICOS INTIMIDAN A OTROS?	HOMBRES	18	2.33	1.495	.352
	MUJERES	11	2.55	1.572	.474
¿PARTICIPAS CUANDO UN COMPAÑERO INTIMIDA A OTRO?	HOMBRES	18	2.28	.958	.226
	MUJERES	11	1.73	1.191	.359
¿CREES QUE SE DEBE PARAR ESTE PROBLEMA DE INTIMIDACIÓN O MALTRATO?	HOMBRES	18	2.67	.840	.198
	MUJERES	11	2.45	.934	.282

apodosos o empujones y aparte de sus compañeros, en ocasiones algún maestro se había burlado de ellas por el hecho de ser mujer o no haber llevado la tarea. Por lo general, el lugar donde ocurría la intimidación era el patio de descanso y en los baños, teniendo que recurrir a algún prefecto. Identificaron que los victimarios se encontraban en su grupo y en otros grupos de la escuela. No se percataban que eran víctimas de sus pares.

Las formas más usuales de intimidación eran las burlas, las críticas, el cuchicheo al pasar entre las mujeres; en cambio los varones se golpean, empujan o se quitan sus útiles. La frecuencia de las intimidaciones era continua y por lo general se presentaba cuando llegaba un estudiante nuevo a la escuela o si alguno de los compañeros de clase sacaba buenas calificaciones y siempre entregaba la tarea, entonces lo empezaban a molestar, por lo que destacar académicamente, era motivo de bullying.

Tanto hombres como mujeres coincidieron en señalar que se sentían solos a la hora del recreo, cuando sus amigos no querían estar con ellos, pero en general mencionan que los respetaban pues eran *normales* las groserías, los golpes, las maldades.

Después del taller de resiliencia, tanto a los agresores como las víctimas empezaron a socializar, obteniéndose los siguientes resultados (Tabla 6). Las mujeres resultaron con el 95% más resilientes que los varones, adquirieron mayor seguridad, manteniendo el sentido del humor en situaciones difíciles, tratando de comprender a quiénes les habían hecho daño; a través del taller mostraron comprender mejor la vida, reflexionando que se debe enfrentar de inmediato los problemas, buscando estar con personas positivas de las que pudieran aprender y a pesar de los problemas que enfrentaran, procurar ser felices, además de mejorar sus calificaciones.

Los hombres en cambio (tabla 6), superaron a las mujeres en el taller de resiliencia en ver lo positivo en las cosas que les suceden, mirando los problemas como retos a superar y luchar hasta lograr las metas que se han propuesto. Los hombres en cambio (tabla 6), superaron a las mujeres en el taller de resiliencia en ver lo positivo en las cosas que les suceden, mirando los problemas como retos a superar y luchar hasta lograr las metas que se han propuesto.

**Tabla 6. Comparación de medias por género respecto a la resiliencia al finalizar el Taller.**

VEO LO POSITIVO DE LAS COSAS QUE ME PASAN	HOMBRES	18	3.44	.616	.145
	MUJERES	11	3.36	.924	.279
BUSCO EL APOYO DE OTROS CUANDO NECESITO DE SU AYUDA	HOMBRES	18	3.06	.725	.171
	MUJERES	11	3.45	.522	.157
MANTENGO EL SENTIDO DEL HUMOR AUN EN LAS SITUACIONES MAS DIFICILES	HOMBRES	18	2.72	.669	.158
	MUJERES	11	3.36	.809	.244
TRATO DE COMPRENDER PORQUE ALGUNAS PERSONAS ME HAN HECHO DAÑO	HOMBRES	18	2.56	.922	.217
	MUJERES	11	3.00	.632	.191
ACEPTO QUE LOS PROBLEMAS SON PARTE DE LA VIDA	HOMBRES	18	3.00	.907	.214
	MUJERES	11	3.00	.894	.270
TRATO CONSTANTEMENTE DE MEJORAR MI VIDA	HOMBRES	18	3.00	1.085	.256
	MUJERES	11	3.45	.688	.207
CUANDO HAY PROBLEMAS LOS ENFRENTO INMEDIATAMENTE	HOMBRES	18	2.56	.856	.202
	MUJERES	11	3.27	.467	.141
BUSCO ESTAR CON LAS PERSONAS DE LAS QUE PUEDO APRENDER COSAS POSITIVAS	HOMBRES	18	3.00	.970	.229
	MUJERES	11	3.27	.647	.195
INTENTO PERDONAR A LAS PERSONAS QUE ME HAN HECHO DAÑO	HOMBRES	18	2.83	.924	.218
	MUJERES	11	2.82	1.079	.325
INTENTO APRENDER ALGO POSITIVO INCLUSO DE LOS PROBLEMAS QUE ENFRENTO	HOMBRES	18	3.06	.998	.235
	MUJERES	11	3.36	.505	.152

SI PIERDO ALGO O A ALGUIEN,TRATO DE ENFOCARME EN LO QUE AUN ME QUEDA	HOMBRES	18	2.50	.985	.232
	MUJERES	11	3.45	.688	.207
A PESAR DE MIS PROBLEMAS,PROCURO SER FELIZ	HOMBRES	18	3.11	.900	.212
	MUJERES	11	3.45	.522	.157
MIS CREENCIAS RELIGIOSAS LE DAN SENTIDO A MI VIDA	HOMBRES	18	2.89	.963	.227
	MUJERES	11	3.00	.775	.234
SOY CAPAZ DE SONREIR A PESAR DE LOS PROBLEMAS QUE TENGO	HOMBRES	18	2.94	.873	.206
	MUJERES	11	3.27	.786	.237
POR MAS DIFICILES QUE SEAN LAS SITUACIONES,SOY CAPAZ DE ENFRENTARLAS	HOMBRES	18	2.94	.802	.189
	MUJERES	11	3.45	.688	.207
TENGO METAS Y ASPIRACIONES DE VIDA	HOMBRES	18	3.06	.938	.221
	MUJERES	11	3.55	.688	.207
PIENSO QUE EL FUTURO SERA MEJOR QUE EL PRESENTE	HOMBRES	18	2.83	1.043	.246
	MUJERES	11	3.36	.809	.244
ME CONSIDERO CAPAZ DE RESOLVER O SUPERAR LOS PROBLEMAS DE MI VIDA	HOMBRES	18	2.67	.840	.198
	MUJERES	11	3.27	.786	.237
SOY SEGURO(A) DE MI MISMO(A) EN LO QUE HAGO	HOMBRES	18	3.28	.752	.177
	MUJERES	11	3.55	.688	.207
PARA MI LOS PROBLEMAS SON UN RETO A SUPERAR	HOMBRES	18	3.33	.840	.198
	MUJERES	11	3.18	.405	.122
MI FE RELIGIOSA ME AYUDA A SUPERAR MIS PROBLEMAS	HOMBRES	18	3.06	1.056	.249
	MUJERES	11	3.27	.786	.237
LUCHO HASTA CONSEGUIR LO QUE QUIERO	HOMBRES	18	3.06	.802	.189
	MUJERES	11	3.64	.505	.152
HAGO LO POSIBLE POR CONSEGUIR LAS METAS Y ASPIRACIONES DE MI VIDA	HOMBRES	18	3.28	.826	.195
	MUJERES	11	3.64	.505	.152
CREO REGULARMENTE QUE TENDRE EXITO EN LO QUE HAGO	HOMBRES	18	2.89	.963	.227
	MUJERES	11	3.73	.467	.141

Tanto hombres como mujeres coincidieron en aceptar que los problemas son parte la vida y hay que saber enfrentarlos sin que los dañen, además de intentar perdonar a quienes les han causado daño. Y también se notó la mejoría académica.

## **DISCUSIÓN**

Los resultados encontrados permiten responder la pregunta de investigación sobre ¿Qué tan efectiva sería la propuesta de resiliencia como estrategia de intervención para los adolescentes que sufren de Bullying? los resultados confirman que los participantes sobre todo las mujeres aprovecharon al 95% el taller de resiliencia, quienes manifestaron que adquirieron mayor seguridad, manteniendo el sentido del humor en situaciones difíciles, tratando de comprender a quiénes le habían hecho daño, a través del taller mostraron comprender mejor la vida, a partir del taller afirmaron que se sentían seguras de enfrentar de inmediato sus problemas, buscando estar con personas positivas de las que pudieran aprender y a pesar de los problemas que enfrentaran, procurarían ser felices.

Y los varones aprendieron a ver lo positivo en las cosas que les suceden, mirando los problemas como retos a superar y luchar hasta lograr las metas que se han propuesto. Ambos géneros, coincidieron en aceptar que los problemas son parte la vida y hay que saber enfrentarlos sin que los dañen, además de intentar perdonar a quienes les han causado daño. Tanto varones como las mujeres, al no ser intimidados por sobresalir académicamente, mejoraron sus calificaciones.

Se logró alcanzar el objetivo de la investigación que se refería a la aplicación de la propuesta de resiliencia como estrategia de intervención para disminuir el acoso que se presentaba entre los adolescentes del Tele bachillerato “Ursulo Galván”; así como cada uno de los objetivos específicos que llevó al logro del objetivo del estudio. Los objetivos específicos que se lograron fueron:

- Se desarrolló la resiliencia mejorando las relaciones entre los estudiantes y se disminuyó la violencia entre pares.

- Se identificaron los elementos que permiten a la resiliencia determinar mejores relaciones entre adolescentes, siendo: la tolerancia, el respeto, la empatía, el afrontamiento, la flexibilidad y la actitud positiva entre los participantes.

Los resultados obtenidos probaron que las conductas resilientes de los estudiantes, facilitan la disminución del bullying en la escuela, además de fortalecerse las relaciones interpersonales entre pares y algunos profesores.

### **Conclusiones**

Se sugiere capacitar a los profesores en las escuelas donde se esté presentando el maltrato entre iguales, pues para algunos profesores las conductas violentas son parte del desarrollo de los adolescentes, mostrando falta de interés y de cooperación para intervenir, pues tales conductas las consideran normales. También es de sugerirse que el tema de la resiliencia sea considerada para trabajarse en las escuelas educativas de cualquier nivel.

Los resultados obtenidos coinciden con Arroyave (2012), Cobo y Tello (2013), Díaz-Osuna (2012), García-Vega y Domínguez-De la Ossa (2013), Ortega (2012) y Rutter (2012), quienes realizaron la relación entre las conductas resilientes y las estrategias de afrontamiento utilizadas por adolescentes espectadores de violencia entre pares, encontrando que existe una correlación directa, estadísticamente significativa, entre ciertas estrategias de afrontamiento dirigidas a la resolución de problemas, la reducción de perturbaciones emocionales producidas por las situaciones estresantes y el grado de conductas resilientes del adolescente tanto partícipe como espectador de la violencia, confirmando que entre mayor sea el repertorio de estrategias de resiliencia con que cuente el adolescente, mayor será su capacidad de fortaleza ante situaciones problemáticas que necesite afrontar.

Estos resultados al contrastarlos con González, López-Fuentes y Valdéz-Medina (2012), Greenspan (2004), Menoni y Klasse (2007), Melillo (2007) y Villalobos



(2009), permiten entender que las personas o los adolescentes que no han aprendido a afrontar, modificar su situación, encontrar el sentido del humor aun en las situaciones más difíciles, que no han querido realizar una búsqueda creativa de soluciones a sus problemas y ser empáticos, difícilmente podrán ser considerados resilientes, ya que no logran aprovechar los recursos de los que disponen en su ambiente tanto en lo escolar como en lo social o en cualquier contexto en donde se desenvuelva el individuo.

Además las mujeres tienden a presentar mayor flexibilidad y capacidad de solicitar ayuda, en comparación con los varones, quienes suelen ser más pragmáticos y con menos habilidades sociales. Por lo que las mujeres tienen a obtener puntajes más altos en resiliencia que los varones, en cuanto a la habilidad en la expresión de emociones y pensamientos, lo que las hace más asertivas y empáticas y esto a su vez les permite, contar con mayor apoyo social al momento de afrontar situaciones difíciles, particularmente cuando éstos tienen que ver con conflictos interpersonales.

Y aunque no era parte del objetivo buscado, el incremento en las actividades académicas mejoró en las personas más resilientes del estudio, las mujeres, logrando una resiliencia académica notable.

**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Arroyave, P. (2012). Factores de vulnerabilidad y riesgo asociados al bullying. *Revista CES Psicología*, 5 (1), 118-125. Medellín, Colombia: Universidad de Antioquia. Recuperado agosto 10, 2014 en: [http://revistapsicologia.ces.edu.co/index.php/component/docman/doc\\_download/10-factores-de-vulnerabilidad-y-riesgo-asociados-al-bullying?Itemid](http://revistapsicologia.ces.edu.co/index.php/component/docman/doc_download/10-factores-de-vulnerabilidad-y-riesgo-asociados-al-bullying?Itemid)
- Avilés, J.M. (2006a): *Bullying: el maltrato entre iguales. Agresores, víctimas y testigos en la escuela*. Salamanca: Amarú.
- Batista, Y., Román, G., Romero, P. y Salas I. (2010). Bullying, niños contra niños. Seminario de Título presentado a la Carrera de Educación Parvularia y Básica Inicial del Departamento de Educación de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Chile para optar al título de Educadora de Párvulos y Básica Inicial. Recuperado de [http://www.cybertesis.uchile.cl/tesis/uchile/2010/cs-batista\\_y/html/index-frames.html](http://www.cybertesis.uchile.cl/tesis/uchile/2010/cs-batista_y/html/index-frames.html)
- Cobo, P. y Tello, R. (2013). *Bullying: El asecho cotidiano en las escuelas*. México: Limusa
- Díaz-Ozuna, Y.G. (2012). Bullying, acoso escolar, elementos de identificación, perfil psicológico y consecuencias, en alumnos de educación básica y media. *Revista psicología.com* 16 (10), 1-10.
- Fiorentino, M.T. (2008). La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. *Suma Psicológica*, 15, 95-114.
- García, X., Pérez Giménez, A y Nebot, M. (2010). Factores relacionados con el acoso escolar (bullying) en los adolescentes de Barcelona. *Gac Sanit.*; 24(2), 103–108.
- García-Vega, M. C. y Domínguez-de la Ossa, 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), pp. 63-77.
- Gaxiola- Romero, J. C.; Frías- Armenta, M.; Hurtado- Abril, M. F.; Salcido- Noriega, L. C. y Figueroa- Franco, M. (2011). Validación del inventario de resiliencia (IRES) en una muestra del noroeste de México. *Revista Enseñanza e Investigación en Psicología*. Vol. 16, Núm. 1: 73-83
- González, A., López-Fuentes, N. I. y Valdez-Medina, J. L. (2012). *Resiliencia y convivencia escolar en adolescentes mexicanos*. Universidad Autónoma del Estado de México

- Greenspan, S.I. (2004). *Niños seguros: fortalezca el sentido de seguridad de sus hijos*. Bogotá, Colombia: Norma, S.A.
- Menoni, T. y Klasse, E. (2007). Construyendo alternativas al dolor: reflexiones sobre la resiliencia en barrio Casabó, Cerro de Montevideo. *Revista Uruguaya de Enfermería*, 1, 25-39.
- Mellilo, A. (2007). El desarrollo psicológico del adolescente y la resiliencia. En Munist, M. y Suárez Ojeda, E. (2007). Conceptos generales de resiliencia aplicados a adolescentes y jóvenes. *Adolescencia y resiliencia*. Buenos Aires: Paidós.
- Olweus, D. (1998): *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid: Morata.
- Ortega, R., Mora, J. y Mora-Merchán, J.A. (1995). *Cuestionario sobre intimidación y maltrato entre iguales*. Sevilla: Universidad de Sevilla.
- Ortega, R. (2012). *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*. Madrid: Alianza editorial. Recuperado agosto 8, 2014 en: [http://www.rieoei.org/recensiones/Recensiones55\\_01.pdf](http://www.rieoei.org/recensiones/Recensiones55_01.pdf)
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Desarrollo y psicopatología, Volumen 24*, Número 2, 335-344
- Smith, P.K. (2005). Violencia escolar y acoso: factores de riesgo familiares. En J. San Martín (Coord.) *Violencia y escuela*. (59-76). Valencia: Centro Reina Sofía.
- Suárez Ojeda, E. (2005). Resiliencia, tendencias y perspectivas. *Colección salud Comunitaria. Serie Resiliencia*. Ediciones de la UNLa. Argentina: Lanús
- Villalobos, C. A. (2009). *Desarrollo de una medida de resiliencia para establecer el perfil psicosocial de los adolescentes resilientes que permita poner a prueba el modelo explicativo de resiliencia basado en variables psicosociales*. Tesis. Universidad de Costa Rica.
- Wang, M. C., Haertel, G. D., y Walberg, H. J. (1994). Educational resilience in inner cities. In M. C. Wang y E. W. Gordon (Eds.), *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects* (pp. 45-72). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Wang, M. C., Haertel, G. D., y Walberg, H. J. (1997). Fostering educational resilience in inner-city schools. In M. C. Wang, G. D. Haertel, y Walberg, H. J. (Eds.), *Children and youth*. (pp. 119-140). Newbury Park, CA: Sage.

Winfield, L.F. (1991). El desarrollo de la resiliencia en la juventud urbana. Serie de Monografías Urbano. *Search Education Resources.ERIC*