

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"NIVEL DE RESILIENCIA EN UN GRUPO DE MUJERES DE 20-30 AÑOS LUEGO DE LA
RUPTURA EN EL NOVIAZGO."**

TESIS DE GRADO

ANA LUCIA ACEITUNO GUERRERO
CARNET 11053-10

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, NOVIEMBRE DE 2014
CAMPUS CENTRAL

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"NIVEL DE RESILIENCIA EN UN GRUPO DE MUJERES DE 20-30 AÑOS LUEGO DE LA
RUPTURA EN EL NOVIAZGO."**

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR
ANA LUCIA ACEITUNO GUERRERO

PREVIO A CONFERÍRSELE
EL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, NOVIEMBRE DE 2014
CAMPUS CENTRAL

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. EDUARDO VALDES BARRIA, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: DR. CARLOS RAFAEL CABARRÚS PELLECCER, S. J.
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

DECANA: MGTR. MARIA HILDA CABALLEROS ALVARADO DE MAZARIEGOS
VICEDECANO: MGTR. HOSY BENJAMER OROZCO
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY
DIRECTORA DE CARRERA: MGTR. GEORGINA MARIA MARISCAL CASTILLO DE JURADO

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

LICDA. HELEN AMELIA MUÑOZ CABRERA

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

LICDA. MARÍA SOFÍA ÁLVAREZ DÁVILA

Guatemala 18 noviembre de 2014

Señores Miembros del Consejo
Facultad de Humanidades
Departamento de Psicología
Universidad Rafael Landívar

Honorables Miembros del Consejo:

Atentamente me dirijo a ustedes para solicitarles fecha de revisión para el trabajo de Tesis titulado "NIVEL DE RESILIENCIA EN UN GRUPO DE MUJERES DE 20 - 30 AÑOS LUEGO DE LA RUPTURA EN EL NOVIAZGO" de la estudiante, Ana Lucía Aceituno Guerrero, con carnet No. 1105310, previo a obtener el grado de Licenciada en Psicología Clínica, por considerar que llena los requisitos para su aprobación.

En espera de su resolución, me es grato suscribirme,


Lcda. Helen Amelia Muñoz Cabrera
Asesora de Tesis

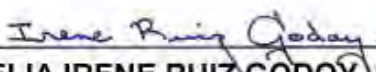
Orden de Impresión


De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante ANA LUCIA ACEITUNO GUERRERO, Carnet 11053-10 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus Central, que consta en el Acta No. 05831-2014 de fecha 26 de noviembre de 2014, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

"NIVEL DE RESILIENCIA EN UN GRUPO DE MUJERES DE 20-30 AÑOS LUEGO DE LA RUPTURA EN EL NOVIAZGO."

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA CLÍNICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 27 días del mes de noviembre del año 2014.


MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY, SECRETARIA
HUMANIDADES
Universidad Rafael Landívar



AGRADECIMIENTOS

A Dios y a la Virgen María por bendecirme durante cinco años de carrera en el aprendizaje y las experiencias vividas.

A mi papá, mi mamá y mi hermana por el apoyo, el amor y el ejemplo que me han dado para mi vida.

A mi abuelita, “mi madrecita”, que tanto amo es para mí el ejemplo de vida, de lucha, de amor, de bondad y entrega a hacer lo que me apasiona. Mi ángel que me ha acompañado en todos los momentos importantes de mi vida.

A mi mejor amigo, quien me ha acompañado y apoyado en el proceso de mi profesionalización. Por el cariño y por motivarme en cada momento importante de mi vida.

A mi mejor amiga, por las experiencias vividas durante los cinco años de carrera, por el cariño, la confianza y el apoyo.

Índice	
RESUMEN.....	5
INTRODUCCIÓN	6
1. Relaciones de pareja.....	12
1.1 Intimidad.....	12
1.2 Amor	13
1.3 Tipos de relaciones	15
1.4 Tipos de apego en la pareja	18
1.5 Discusiones en la pareja	19
1.6 Miedos relacionados con el amor de pareja.....	19
2. Resiliencia.....	20
2.1 Definiciones	20
2.2 Características	22
2.3 Factores de resiliencia	23
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	25
2.1 Objetivo	26
2.3 Definición de variables de estudio	26
2.4 Alcances y límites.....	28
2.5 Aporte	28
III. MÉTODO	29
3.1 Sujetos	29
3.2 Instrumento.....	30
3.3 Procedimiento	32
3.4 Diseño y metodología estadística	32
IV. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	34
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	40
VI. CONCLUSIONES.....	46
VII. RECOMENDACIONES	47
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	49
Anexo 1:.....	53

RESUMEN

Esta investigación descriptiva tuvo como objetivo establecer el nivel de resiliencia que posee un grupo de mujeres de 20 a 30 años después de la ruptura en el noviazgo. El estudio se efectuó en una institución educativa privada y estudiantes universitarias y se empleó una muestra por conveniencia de 20 sujetos (13 universitarias y 7 docentes). Para medir las variables se aplicó a los sujetos el instrumento de Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993). Dicho cuestionario mide cuatro factores: satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien sólo, confianza en sí mismo y perseverancia.

Posteriormente, se analizaron los resultados del nivel de resiliencia obtenidos en la escala, utilizando diferentes análisis estadísticos: media aritmética, moda, mediana, desviación estándar, coeficiente de correlación de Pearson y coeficiente de regresión lineal simple.

De acuerdo a los resultados obtenidos, se halló que en promedio las mujeres entre 20 y 30 años poseen un nivel bajo de resiliencia. Asimismo, se encontró una correlación estadísticamente significativa de $r = -0.48$ y un nivel de $p < 0.05$ entre el tiempo de duración de noviazgo y el nivel de resiliencia. Por otra parte, se determinó que no existe relación estadísticamente significativa entre la edad y resiliencia, tampoco entre tiempo de ruptura y resiliencia.

Se recomienda a las mujeres que atraviesan por un proceso difícil de recuperación emocional, luego de la ruptura en el noviazgo, acudir a ayuda profesional de un Psicólogo Clínico para fortalecer: la satisfacción personal, confianza en sí misma, estar bien sólo, ecuanimidad y perseverancia. Esto aumentará la resiliencia para afrontar el cambio.

INTRODUCCIÓN

El ser humano se caracteriza por la capacidad de comunicarse con otras personas, esto da paso a un intercambio de pensamientos, conocimientos, deseos, necesidades e intereses. Esta dinámica permite a la persona establecer diferentes tipos de relaciones a lo largo de la vida por ejemplo, de amistad, afectivos, laborales, académicos, entre otras.

El noviazgo es una etapa de la vida en el que surge el interés por otra persona, los motivos suelen ser diversos. Es un proceso en el cual dos personas se conocen y se sienten atraídos por características físicas, de personalidad, entre otros. Suele ser común que la pareja comparta tiempo, gustos, valores, y a su vez también existen diferencias entre ambos. Se crea un vínculo que une a la pareja según el grado de intimidad que se viva durante la relación.

Es importante reconocer que en el inicio de la relación la pareja está en la etapa de enamoramiento donde los sentimientos que surgen son placenteros, suele requerir tiempo para experimentar sentimientos contradictorios al enfrentar conflictos y diferencias. En la relación de noviazgo no se debe perder de vista que involucra a dos personas que son entes individuales por lo cual presentan necesidades y características propias. Cada uno ha desarrollado un tipo de apego que determinará su desenvolvimiento en la relación y las demandas afectivas hacia la otra persona.

Se debe estar consciente que la relación de noviazgo puede llegar a la ruptura por pérdida del interés, discusiones, conflictos, diferencias y/o agresiones, entre otros factores. Al enfrentar la pérdida de otra persona y romper el vínculo es necesario tener la capacidad de adaptarse a nuevas circunstancias, sobrevivir a la crisis que generan los cambios, resistir las secuelas emocionales y psicológicas. Tener una actitud resiliente permite superar la crisis, los sentimientos abrumadores, fortalecer el carácter, no quedar en situación de conflicto sino continuar enfocado en otros aspectos de la vida.

Por lo que este estudio pretende establecer el nivel de resiliencia en mujeres entre 20 y 30 años para resistir y recuperarse luego de una ruptura en el noviazgo.

Con relación al tema se han encontrado diversos estudios nacionales e internacionales, los cuales se mencionan a continuación:

Barrientos (2013) realizó una investigación con el objetivo de establecer los elementos que debe contener un taller para aumentar la resiliencia en mujeres que han sido o sean víctimas de violencia física y psicológica en el noviazgo. Para ello realizó una entrevista semi-estructurada y utilizó una prueba de Escala de Resiliencia Wagnild y Young a cuatro personas de género femenino con edades entre 20 y 30 años, con nivel académico universitario, en Guatemala. Se concretaron citas con los sujetos presentándoles una carta de consentimiento informado para participar en el estudio y la sesión de 30 minutos de duración con cada participante para grabar entrevistas y aplicar el instrumento. Finalmente se analizaron los resultados. Se concluyó que existe un nivel alto resiliencia en mujeres víctimas de violencia en el noviazgo, asimismo el taller puede contener: iniciativa, creatividad, sentido del humor, independencia, autoestima y capacidad para resolver problemas. Se identificó que tanto el hombre como la mujer hacen uso del ciclo de la violencia en situaciones conflictivas, mayormente si la pareja está bajo efecto de alcohol.

Alba (2013) realizó una investigación con el objetivo de determinar el nivel de resiliencia que poseen las esposas de alcohólicos anónimos del departamento de Sololá, Guatemala. Para ello elaboró y aplicó la Prueba de Resiliencia a 45 mujeres comprendidas entre veinte y sesenta años de edad. Se aplicó el instrumento a los sujetos, se realizó el proceso estadístico para los resultados e interpretación de los mismos, se elaboró una propuesta y recomendaciones. Al final concluyó que existe correlación en las cuatro áreas evaluadas: yo soy, yo estoy, yo puedo y yo creo. Algunas mujeres se encuentran abajo del parámetro.

Por su parte, De León (2013) realizó una investigación con el objetivo de conocer de qué forma las mujeres lesbianas desarrollan características resilientes útiles para superar acontecimientos adversos que surgen con la aceptación de su

homosexualidad. Para ello se realizó una entrevista semi-estructurada la cual buscaba indagar la experiencia de ocho mujeres de edad entre 20 y 24 años con nivel académico universitario, en Guatemala. Luego de ser validada la entrevista, se procedió a aplicar el instrumento para finalmente transcribir las 41 respuestas de cada sujeto, analizar los datos y realizar discusión de resultados. Los resultados concluyen que al enfrentar su condición homosexual antes de los 15 años atraviesan por un proceso complejo de formación de identidad que crea confusión, crisis y rechazo. Se genera la necesidad de reorganizar y re significar su lugar en el mundo como lesbianas y validarse como personas. Estas mujeres se valen de diversas herramientas que les permite concluir exitosamente con el proceso de curar heridas emocionales.

Rojas (2013) realizó una investigación con el objetivo de determinar la capacidad de resiliencia en mujeres víctimas de violencia doméstica en la ciudad de Quetzaltenango, Guatemala. Para ello aplicó el instrumento elaborado con cuatro categorías que Grotberg clasifica en factores y conductas resilientes, a cincuenta mujeres comprendidas entre 15 y 65 años, solteras y casadas. Para ello se aplicó el instrumento en establecimientos de Asociación Nuevos Horizontes, se interpretaron y presentaron resultados y por último se realizó una propuesta. La investigación determinó que las mujeres tienen una alta capacidad de resiliencia demostrando con ello actitudes positivas con el afán de sobresalir conjuntamente con su familia a pesar de que es latente que vuelvan a ser víctimas de violencia doméstica la cual la mayoría de las veces es ejecutada por su pareja. Los medios que permiten a las mujeres ser resilientes es participar en actividades religiosas, educativas, sociales con el único afán de superar vivencias de la violencia doméstica.

Por otro lado, Mérida (2010) realizó una investigación con el objetivo de analizar los factores de resiliencia presentes en mujeres divorciadas y que han contraído matrimonio por segunda vez. Para ello realizó una entrevista semi-estructurada que consta de treinta y cinco preguntas, a cuatro mujeres divorciadas y casadas por segunda vez, con edades entre 35 y 40 años. Procedió a registrar entrevistas por medio de audio con cada participante. Se transcribió la entrevista para analizar narraciones y finalmente discutir resultados para luego hacer conclusiones y

recomendaciones. Al final concluyó que el apoyo social es un incentivo que lleva a tomar acciones para mejoras sustanciales en el estado de ánimo, productividad y autonomía para volver a ser funcionales. Así mismo, se identificó que las narradoras a pesar de la experiencia negativa y el dolor surgido, no perdieron el anhelo de encontrar una nueva pareja, lo que las llevó a utilizar sus habilidades para no deprimirse.

Girón (2011) realizó una investigación con el objetivo de comparar el sentido de vida de mujeres casadas que han sido víctimas de infidelidad y en mujeres casadas que no lo han sido. Para ello se aplicó el instrumento Logotest a treinta mujeres casadas, quince de ellas víctimas de infidelidad y quince no víctimas de infidelidad. Luego de aplicar la prueba se tabularon y analizaron los resultados para discutirlos y realizar las respectivas conclusiones y recomendaciones. Se concluyó que las mujeres a quienes les fueron infieles tienen mayor probabilidad de perder el sentido de vida que las que no vivieron la experiencia. Las mujeres que pierden el sentido de vida presentan indicios de frustración existencial.

Por otro lado, Colop (2011) realizó una investigación con el objetivo de establecer la relación que existe entre inteligencia emocional y la resiliencia. Para ello se utilizó el Test de Inteligencia Emocional T.I.E Guatemala utilizando como base el cuestionario de cociente emocional de Cooper y el test psicométrico denominado Resiliencia. Se aplicó los instrumentos a 69% de mujeres casadas, solteras, y madres solteras y 31% a hombres casados y solteros, en el Colegio Escribe y Escuela de Enfermería ADICAPB, en el departamento de Quetzaltenango. Se administraron los test psicométricos para luego calificarlos y realizar análisis de investigación. Por último se discutieron los resultados y se realizó una propuesta. Al final concluyó que existe relación entre inteligencia emocional y resiliencia debido a que el ser humano para enfrentar situaciones recurre a sus emociones. Asimismo las fortalezas más altas de los sujetos de estudio son el yo puedo, yo tengo y yo creo, y como parte de su debilidad es el yo soy, y yo estoy que se refiere específicamente al grado de resiliencia o fortaleza interna.

Por su parte, Saavedra y Villata (2008) realizaron un estudio con el objetivo de describir y comparar puntajes generales y factores de resiliencia. Para ello se realizó la prueba

SV-RES a una muestra de sujetos entre 15 y 65 años de ambos sexos, en Chile. Los resultados indican que no existe diferencia estadísticamente significativa en los niveles de resiliencia de hombres y mujeres, sin embargo describe un perfil resiliente distinto entre ambos géneros. Así mismo, la resiliencia no está asociada a la edad ya que los resultados son similares en diferentes etapas de la vida.

Por otro lado, Amar, Martínez, y Utria (2013) escribieron un artículo titulado “Nuevo abordaje de la salud considerando la resiliencia” con el objetivo de reivindicar el abordaje de la salud en el sujeto dotado de potencialidades para la superación de la adversidad y las herramientas para lograrlo. Busca dar respuestas a las preguntas ¿Cómo desarrollar resiliencia, lograr salir adelante frente a situaciones adversas, traumatismo o amenazas graves y desarrollarse armoniosa y positivamente? Al final concluye que la capacidad de resistir y salir a delante se sustenta en la interacción de la persona y el entorno, es un proceso continuo. Es necesario reconocer los mecanismos que actúan a nivel individual, familiar y comunitario la promoción de la calidad de vida.

Vélez (2007) escribió un artículo titulado “La resiliencia, nuevo abordaje del trauma”. Pretende enfatizar en la importancia de la respuesta humana, debido a la tendencia del ser humano a interpretar los hechos de acuerdo a las creencias y expectativas. Se focaliza en entender al ser humano como un sujeto activo y fuerte capaz de resistir y rehacerse ante las adversidades, y no como una víctima. Concluye afirmando que la resiliencia debe darse como un proceso que permita un equilibrio entre estrés y habilidad para enfrentarlo evitando un impacto en la calidad de vida.

De igual forma Fiorentino (2008) escribió un artículo titulado “La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud” en el que enfatiza la resiliencia como producto de factores protectores y de riesgo que puede ser construido y desarrollado desde la familia, escuela y comunidad con el objetivo de desarrollar estilos efectivos de afrontamiento a situaciones difíciles. Se destaca la importancia de estimular factores como aceptación incondicional, autoestima, creatividad, recursos personales, habilidades y destrezas, humor y capacidad de otorgarle sentido al sufrimiento. También se destaca la importancia de redes sociales de apoyo. Se

concluyó que la resiliencia es un estado que se construye mediante la estimulación cognitiva, afectiva y conductual, fundamental en el desarrollo desde la niñez. Uno de los factores protectores que contribuyen a desarrollar la resiliencia es el tener expectativas realistas de lo que cada uno puede lograr respecto a sus talentos, capacidades y recursos.

Continuando con Armenta-Hurtarte, Sanchez-Aragón y Díaz-Loving (2013) escribieron el artículo titulado “¿De qué manera el contexto afecta la satisfacción con la pareja?” con el objetivo de identificar los elementos contextuales asociados a la satisfacción de pareja. Para estudiar la satisfacción en la pareja se realizó un pregunta abierta a 131 personas, luego se conformaron indicadores a partir de la información obtenida anteriormente se aplicaron a 105 parejas. Se concluyó que el contexto está estrechamente relacionado con la satisfacción en la pareja, los roles y expectativas que se mantienen en la dinámica de la relación y por ende influye en la satisfacción de los miembros.

Saavedra, Castro, y Saavedra (2012) escribieron el artículo titulado “Auto percepción de los jóvenes universitarios y resiliencia: construcción de sus particularidades”. Utilizaron la Escala de Resiliencia para Jóvenes y Adultos, SV-RES a 398 jóvenes universitarios de Chile. Se realizó un análisis descriptivo correlacional. Al final concluyó que los sujetos presentan dimensiones altas en modelos y generatividad. Los jóvenes están en búsqueda de referencias dada su etapa de vida, modelos, proyectos de vida y reconocimiento de la familia y dimensiones bajas en la afectividad y satisfacción. La familia y amigos son pilares importantes para la auto percepción y apoyo.

Por otra parte Restrepo, Vinaccia y Quicena (2011) escribieron un artículo titulado “Resiliencia y depresión: un estudio exploratorio desde la calidad de vida en la adolescencia. El objetivo fue evaluar relación entre resiliencia, depresión y calidad de vida en 36 adolescentes de Colombia. Para ello se utilizaron instrumentos de calidad de vida infantil Kid-Kindl, la escala de resiliencia para adolescentes ARS y el inventario de depresión infantil CDI. Se concluyó que la percepción de calidad de vida en los adolescentes puede verse modulada positiva o negativamente por la resiliencia y la depresión.

Las anteriores investigaciones hacen referencia que el desarrollo de autoestima, independencia, valía personal son de gran importancia en la etapa de la niñez y la adolescencia para la formación de identidad y juicio. Asimismo, el apoyo social es fundamental en la capacidad que tiene el ser humano para resistir a los problemas y salir adelante. Al buscar investigaciones que expongan el caso de resiliencia en mujeres, se encontraron suficientes fuentes de investigación de: mujeres víctimas de violencia en la relación, infidelidad, esposas de hombres alcohólicos y mujeres divorciadas. Estos conflictos pueden causar un malestar significativo por lo que se requiere de una actitud resiliente para terminar la relación y sobreponerse al cambio.

Las emociones están estrechamente relacionadas con el vínculo afectivo que establecen dos personas, se presentan de diferentes maneras durante la relación. Los artículos e investigaciones encontradas estudian, analizan y hacen conclusión a características resilientes necesarias en personas que enfrentan situaciones difíciles y que requieren de habilidades para mejorar la calidad de vida.

1. Relaciones de pareja

1.1 Intimidad

Papalia, Wendkos y Duskin (2006) indican que la intimidad se deriva de la necesidad de formar relaciones fuertes, estables, cercanas y de interés por otra persona, involucrando el sentido de pertenencia. Citan a Erikson para explicar que las relaciones íntimas exigen sacrificio y compromiso. En la adultez temprana se atraviesa por una etapa de desarrollo psicosocial de intimidad frente a aislamiento. El adulto joven que ha desarrollado un fuerte sentido del yo durante la adolescencia está listo para relacionarse con otra persona, quien no esté en la capacidad de hacer compromisos personales con otros tienden a aislarse, siendo este un periodo para resolver demandas conflictivas de intimidad, competitividad y distancia. La resolución de esta etapa conduce a dos personas a compartir sus vidas en la virtud del amor.

Así también, citan a Lambeth y Hallett quienes mencionan que en la edad adulta temprana las personas crean vínculos de amistad, amor o sexualidad estableciendo, renegociando y consolidando las relaciones interpersonales. Este período se caracteriza por la búsqueda de intimidad emocional y física con la pareja. Para ello requiere habilidades como empatía, identificar emociones y comunicarlas a la pareja, asertividad, resolución de conflictos y mantener el compromiso.

Nuevamente Papalia et al. (2006) citan a Collins y Miller quienes indica que la intimidad tiene como elemento el revelar a otro información importante acerca de uno mismo, denominado como autorevelación.

Harvey y Omarzu citado por Papalia et al. (2006) indican que la intimidad se desarrolla al compartir revelaciones, entender al otro y haber aceptación mutua.

1.2 Amor

Fromm (2007) señala que el amor es la capacidad para superar el sentimiento de aislamiento e individualidad, le permite a la persona mostrarse a sí mismo manteniendo su integridad. Se da la paradoja de dos seres que se convierten en uno y siguen siendo dos. Es un poder activo en el hombre ya que requiere de energía y cambio a una situación existente, se experimenta el acto de dar en todas las expresiones y manifestaciones de estar vivo y dárselas a la otra persona. Amar implica cuatro elementos básicos: cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento.

El autor expresa que “la capacidad de amar depende de la propia capacidad para superar el narcisismo y la fijación incestuosa a la madre y al clan; depende de nuestra capacidad de crecer, de desarrollar una orientación productiva en relación con el mundo y con nosotros mismos”. (p.92).

Martínez y Fernandez (1993) hacen referencia a la teoría triangular del amor de Sternberg y Barnes que los tres elementos de la intimidad son:

1.2.1 Intimidad

Es un elemento emocional que involucra autorrevelación, conexión, calidez y confianza.

1.2.2 Pasión

Es un elemento motivacional que se basa en pulsiones internas que activan el deseo sexual.

1.2.3 Compromiso

Elemento cognoscitivo ya que es la decisión de amar y permanecer con la persona amada.

Sternberg y Barnes mencionan los siguientes patrones de amor:

- No amor: Los tres componentes del amor están ausentes, son simples interacciones casuales.
- Agrado: La intimidad está presente. Hay cercanía, comprensión, comprensión de las emociones, afecto y calidez.
- Enamoramamiento: La pasión es el componente presente. Atracción física y activación sexual que surge de repente y puede ser de corta o larga duración.
- Amor vacío: El compromiso está presente en relaciones a largo plazo que han perdido intimidad y pasión.
- Amor romántico: La intimidad y pasión están presentes. Existe una atracción física y están vinculados emocionalmente mas no hay compromiso.

- Amor de compañía: Suele suceder generalmente en los matrimonios, donde se acaba la atracción física sin embargo la pareja encuentra calidez, apoyo, toman decisiones juntos y están comprometidos a largo plazo.
- Amor fatuo: La pasión y el compromiso están presentes sin intimidad. Generalmente ocurre en el noviazgo donde la pareja hace un compromiso basado en la pasión sin antes desarrollar intimidad.
- Amor consumado: Es un amor completo ya que los tres elementos están presentes. Generalmente es duradero especialmente en las relaciones románticas. La relación puede resistir porque ambas partes buscan mantenerlo.

Por otro lado, Melgosa y Melgosa (2007) explican que el término “amor” puede agruparse según el griego clásico:

- Eros es el amor pasional impulsado por la satisfacción sensual.
- Fileo busca la satisfacción emocional.
- Agape es la máxima representación del amor donde uno se proyecta al otro.

1.3 Tipos de relaciones

1.3.1 Noviazgo

Melgosa y Melgosa (2007) definen el noviazgo como el proceso mediante el cual dos personas se conocen siendo ésta la preparación para seleccionar a la pareja del matrimonio. Describe las etapas del noviazgo de la siguiente manera:

- En la etapa afectiva hay una fuerte atracción física y cualidades de la otra persona. Es el momento del goce de la presencia de la otra persona.

- En la etapa de objetivos comunes se cuenta con el conocimiento suficiente de gustos, valores, actitudes como resultado de la relación avanzada. En ésta etapa ya son evidentes los obstáculos y las diferencias.
- La etapa del compromiso se caracteriza por concretar planes de continuar y hacer una vida juntos.
- La etapa de ruptura es la consecuencia de una relación que no prospera, se pierde el afecto y se manifiesta mediante conductas y palabras.

Izquierdo (2007) indica que el proceso para llegar al noviazgo empieza por el enamoramiento, interviniendo factores como el aspecto físico, atracción de la personalidad, identificación, emociones y pasión. Es un tiempo para que dos personas se conozcan, experimenten el sentirse bien, compartir intereses y adquirir un compromiso de responsabilidad y respeto mutuo.

De igual manera, Rage (1997) considera el noviazgo como un proceso que requiere tiempo, esfuerzo, crisis, compromiso, responsabilidad y libertad para amar. Se logra intimidad con la persona de otro sexo dando un sentido de realización y logro personal.

Agrega el autor citando a Corey que hay dos elementos fundamentales en el noviazgo:

- Asumir una conducta de aceptación a sí mismo y a las ideas de la pareja.
- Descubrir al otro para conocer sus defensas y establecer una relación donde ambos deseos sean satisfechos.

Por otro lado, Salgado (2003) refiere que en el noviazgo se está en un estado psicológico en donde la conciencia se ve alterada por la forma de evaluar y percibir a la persona involucrada. La pareja se atrae por la liberación de hormonas y neurotransmisores específicos que generan un estado de conciencia eufórico en donde se combinan elementos biológicos y psicológicos en cada individuo.

Así mismo, Slater, (2006) indica que el enamoramiento está bajo el efecto de la dopamina provocando exaltación, alegría y euforia; y la oxitocina que estimula el sentimiento de crear un lazo afectivo.

Según López y González (2004) el noviazgo puede ser la relación más gratificante de las relaciones interpersonales. Implica convivencia y afectividad, sin embargo también se experimentan grandes dificultades ya que se expone una serie de situaciones emocionales que deben ser vividas y entendidas con madurez. El lazo afectivo genera un deseo de cercanía a la persona implicada.

Espirella (2008) define el noviazgo como una relación significativa, estable y consensuada por dos personas. El mismo autor cita a Klinberg & Cabaj para explicar que las parejas tienen como modelo de roles sociales a sus padres.

Eguiluz (2007) citando a Sahovaler asegura que en el noviazgo surge la intensa necesidad del otro, exaltación, se acompaña del crecimiento del yo y autoestima cuando el amor es correspondido, pero también puede generar dolor, pérdida de control y sufrimiento.

Continuando con Eguiluz (2007) cita a Paz quien considera que el amor en el noviazgo puede experimentar sentimientos contradictorios como: exaltación, desánimo, tristeza, alegría, cólera, ternura, desesperación y sensualidad.

1.3.2 Cohabitación

Se puede denominar cohabitación a la unión consensuada o libre en donde se adopta un estilo de vida en pareja, involucrados en una relación sexual. Papalia et al. (2006) citan Seltzer indicando que la cohabitación es un ensayo al matrimonio teniendo un período de prueba antes de hacer un compromiso a largo plazo.

1.4 Tipos de apego en la pareja

Eguiluz (2007) cita a Bowlby para explicar la teoría del apego como un vínculo especial siendo un sistema conductual innato a cumplir funciones como: la búsqueda de proximidad, creación de una base de seguridad, creación de pertenencia segura, y protestar ante la separación. La separación física de la figura de apego produce una serie de respuestas conductuales y emocionales.

El mismo autor cita a Fisher & Crandell quienes describen los tipos de apego en la pareja de la siguiente manera:

1.4.1 Parejas de apego seguro

La pareja tiene la capacidad para ser flexibles entre depender y apoyar. Hay empatía hacia los pensamientos y sentimientos del otro. Se da una actitud recíproca de cuidado y contacto.

1.4.2 Parejas de apego inseguro

Existen tres tipos de apego inseguro que se caracterizan por la falta de flexibilidad, poca preocupación por los sentimientos del otro y se centra en las propias.

- Apego inseguro desapegado/desapegado: Cada miembro tiene una historia donde la necesidad de dependencia fue desvalorizada por lo que aprendieron a ser hiperindependientes y autosuficientes. Son negados y reprimidos los sentimientos de necesidad del otro.
- Apego inseguro preocupado/preocupado: Existe una historia centrada en la satisfacción de las necesidades de los padres por lo que en la relación de pareja se demandará la satisfacción de las propias necesidades, donde nunca es suficiente con reacciones de frustración y ambivalencia.
- Apego inseguro desapegado/preocupado: Es una situación altamente conflictiva en donde el miembro preocupado demanda atención y se siente

abandonado, mientras el miembro desapegado rechaza las necesidades de dependencia del otro.

1.4.3 Parejas de apego seguro/inseguro

Uno de los miembros tiene la capacidad de ser flexible y dependiente produciendo una experiencia emocional correctiva en la persona insegura en donde evoluciona a una posición más flexible.

1.5 Discusiones en la pareja

Ceberio (1988) indica que las discusiones de pareja se caracterizan por:

- La búsqueda de la razón y la verdad.
- La pareja está enfocada en decirle al otro, más que en escuchar.
- Ser propensa a la escalada.
- Se da el juego del poder donde uno de los involucrados saldrá victorioso.
- Existen críticas y quejas acerca del otro.
- Aparecen reproches de situaciones pasadas.
- Puede llegar a la violencia física y verbal.

1.6 Miedos relacionados con el amor de pareja

Riso (2013) hace mención a cinco miedos que surge en uno de los miembros o ambos en la pareja:

- Al compromiso: Temor a crear una obligación con la otra persona, a perder la libertad y asumir algún tipo de responsabilidad.

- A la decepción: Se caracteriza por idealizar a la pareja y luego temen que esa imagen desaparezca o sea quebrantada. Miedo al desengaño y desilusión.
- A que el amor decaiga sin razón aparente: Las personas con este miedo necesitan confirmar el sentimiento de su pareja para evaluar el amor. Son personas hipersensibles a la pérdida afectiva. Están en constante búsqueda de que el amor no decaiga.
- Al abandono: Este miedo caracteriza a los dependientes emocionales ya que han experimentado el rechazo
- A la infidelidad: Este miedo se caracteriza por celos y pensamientos recurrentes de temor al engaño.

2. Resiliencia

2.1 Definiciones

Puerta y Vásquez (2012) exponen que la primera generación de investigadores dio un enfoque genetista individualista al concepto de resiliencia, ya que la atención se centró en características genéticas. En 1999, la segunda investigación generación de investigadores se basó en un enfoque interaccional-ecológico explicando la resiliencia como un proceso dinámico de interacción del ambiente y la persona que influyen para adaptarse y funcionar adecuadamente.

Según Siebert (2007) resiliencia es la capacidad de adaptarse a nuevas circunstancias, sobrevivir a la crisis que genera los cambios y recuperarse de eventos que emocional y psicológicamente parecen abrumadores. Los sentimientos de dolor no solo son superados sino a menudo fortalecen el carácter de la persona resistente.

Asimismo, Vitelleschi (2008) explica que la resiliencia es el conjunto de procesos intrapsíquicos que posibilitan una vida sana después de eventos críticos. Se

distingue por la resistencia frente a la destrucción como la capacidad de para proteger la integridad bajo presión y construir conductas vitales positivas frente a las circunstancias difíciles.

Rutter, citado por Llobet (2008) también contrapone los factores genéticos explicando que la resiliencia es el conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos, constituye vincularse a otras personas y el contexto social que posibilitan el enfrentamiento exitoso a la adversidad.

Para Rubio (2005) la resiliencia es buscar las estrategias personales que permitan cesar el dolor cuando se enfrenta un período de crisis, dificultad y sufrimiento. El sufrimiento trae consigo una sensación de impotencia dando la idea que no se saldrá de dicha situación. Ante el miedo, la culpabilidad y las preocupaciones la resiliencia es la forma de luchar contra el disconfort y sufrimiento; por tanto la resiliencia es la capacidad de reaccionar, recuperarse y adaptarse a nuevas situaciones.

Por otra parte Kotliarenco, Cáceres y Álvarez (1996) citan a Werner para explicar que en niños y niñas resilientes se ha observado una búsqueda de resolución de problemas y tienden a percibir los problemas desde una perspectiva constructiva aun cuando hayan causado dolor.

Kalbermatter (2006) explica la resiliencia como la capacidad de enfrentar, sobreponerse, ser fortalecido y transformado ante las adversidades. Es un componente de la salud mental como mecanismo de riesgo tales como familias disfuncionales, abandono emocional y moral, maltrato físico y psicológico, necesidades básicas insatisfechas y miembros de la familia enfermos.

Cyrułnik (2000) indica que la resiliencia es la capacidad de salir adelante, sobrevivir y desarrollarse positivamente, a pesar de la fatiga o adversidad. Constituye un proceso natural en la persona para fortalecerse ante una situación de crisis.

Según Puerta y Vásquez (2012) la resiliencia se activa en situaciones adversas como un escudo protector ante factores de riesgos y situaciones estresantes. Citan a Grotberg para explicar que la resiliencia se centra en la capacidad dinámica del ser humano para hacer frente, superar y ser transformado por las adversidades.

Los mismos autores citan a Osborn y Suárez quienes identifican la resiliencia como procesos intrapsíquicos y sociales que posibilitan una vida sana frente a medios insanos. También citan a Losel, Bleniesel y Kofler para explicar que la resiliencia es el resultado de un enfrentamiento efectivo a circunstancias severamente estresantes.

2.2 Características

Vitelleschi (2008) indica que hay características individuales que facilitan la resiliencia:

- Presta servicios a otros y a una causa.
- Emplea estrategias de convivencia como asertividad, control de impulsos y resolución de problemas.
- Entablar relaciones interpersonales positivas.
- Sentido del humor.
- Control interno.
- Autonomía e independencia.
- Visión positiva del futuro personal.
- Flexibilidad
- Capacidad de aprendizaje
- Automotivación
- Competencia personal
- Autoestima y confianza en sí mismo.

Wolin y Wolin, citados por Puerta y Vásquez (2012) recopilan las características resilientes en siete pilares:

- Perspicacia: Capacidad de observar y observarse a sí mismo.
- Autonomía: Capacidad de fijar límites tomando distancia física y emocional en un medio problemático, sin aislarse.
- Interrelación/relación: Capacidad de crear vínculos fuerte con personas de quienes se pueden recibir apoyo incondicional.
- Creatividad: Crear orden, objetivos y belleza a partir del caos y el desorden.
- Iniciativa: Tendencia a exigirse en diversas situaciones.
- Humor: Capacidad para reírse de sí mismo y de la situación encontrando el lado positivo de los absurdos.
- Ética: Capacidad para desearle a otros lo que se desea para sí mismo y comprometerse con valores específicos.

2.3 Factores de resiliencia

Kotliarenco, Cáceres y Álvarez (1996) citan a Master y Garmezy, quienes agrupan los factores protectores en:

- Rasgos de personalidad como autonomía y orientación positiva.
- Cohesión familiar.
- Disponibilidad de sistemas de apoyo.

De acuerdo con Grotberg (1997) existen los siguientes factores de resiliencia:

- “Yo tengo” de acuerdo al ambiente social.
- “Yo soy” de acuerdo a las condiciones intrapsíquicas y condiciones personales.
- “Yo puedo” de acuerdo a las habilidades en las relaciones con los otros.

En resumen, en el noviazgo se establece un vínculo con otra persona, se atraviesan por varias etapas para alcanzar un grado de intimidad, crear lazos afectivos y adquirir

compromiso. Durante la relación se pueden experimentar sentimientos contradictorios como consecuencia del proceso de conocer las similitudes, diferencias e intereses de la pareja. La relación de noviazgo es un período de tiempo es decir, inicia generalmente con el objetivo de obtener lo que le atrae de la otra persona, ser complementado, entre otras razones y por otra parte la relación puede llegar a su fin por diversas causas.

Toda ruptura es una pérdida o bien un cambio que significa enfrentarse a una nueva situación sentimental, ambas partes deben adaptarse a las implicaciones de la separación. Se requiere control emocional y capacidad para afrontar esta situación ya que esto permitirá un adecuado proceso de recuperación sentimental y psicológica.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En todas las etapas de la vida, la persona se encuentra inmersa en un mundo social donde las relaciones interpersonales son importantes. En diferentes etapas de la vida se manifiesta la necesidad de intimidad con otra persona, generalmente del sexo opuesto, en búsqueda de crear un lazo fuerte, estable y cercano. Finalmente el noviazgo puede involucrar la intimidad física y emocional.

Cuando la relación de noviazgo o pareja termina, puede afectar emocionalmente tanto a hombres como mujeres. La presente investigación hace referencia específicamente a la mujer en la edad adulta joven que atraviesa esta situación.

Siendo el noviazgo un momento para que dos personas se conozcan, también es un proceso individual de preparación para seleccionar a la pareja del matrimonio. Por tanto, así como una relación inicia por deseo mutuo, puede llegar a su fin por diversas causas. Entre las causas se puede mencionar falta de compromiso, falta de interés, infidelidad, violencia física o psicológica y pérdida del sentimiento afectivo, entre otros. La ruptura es consecuencia de una relación que no prospera y se manifiesta mediante conductas y palabras.

Luego de la ruptura es importante que la persona encuentre un sentido de realización y logro personal. Por lo tanto, la resiliencia será la capacidad para adaptarse a nuevas circunstancias, sobrevivir a la crisis que genera los cambios y recuperarse a eventos emocionales y psicológicos.

Es por ello que este estudio plantea la siguiente pregunta:

¿Qué nivel de resiliencia posee un grupo de mujeres de 20 a 30 años luego de la ruptura en el noviazgo?

2.1 Objetivo

General

- Establecer el nivel de resiliencia que posee un grupo de mujeres de 20 a 30 años después de una ruptura en el noviazgo.

Específicos

- Determinar si existe relación entre resiliencia y tiempo de duración de la relación, luego de la ruptura en el noviazgo.
- Determinar si existe relación entre resiliencia y edad de las mujeres, luego de la ruptura en el noviazgo.
- Determinar si existe relación entre resiliencia de las mujeres y tiempo de separación, luego de la ruptura en el noviazgo.

2.2 Variables de estudio

- Nivel de resiliencia
- Edad
- Duración de la relación
- Tiempo de separación

2.3 Definición de variables de estudio

2.3.1 Definición conceptual

Resiliencia: Según Siebert (2007) resiliencia es la capacidad de adaptarse a nuevas circunstancias, sobrevivir a la crisis que genera los cambios y recuperarse de eventos que emocional y psicológicamente parecen abrumadores. Los sentimientos de dolor no solo son superados sino a menudo fortalecen el carácter de la persona resistente.

Duración: Tiempo que transcurre entre el comienzo y el fin de un proceso. (Real Academia Española, 2001).

Nivel: Medida de una cantidad con referencia a una escala determinada. (Real Academia Española, 2001).

Edad: Tiempo que ha vivido una persona. (Real Academia Española, 2001).

Relación: Trato de carácter amoroso. (Real Academia Española, 2001).

Separación: Interrupción de la vida conyugal por conformidad de las partes o fallo judicial, sin que quede extinguido el vínculo matrimonial. (Real Academia Española, 2001).

Tiempo: Duración de las cosas. (Real Academia Española, 2001).

2.3.2 Definición operacional

Nivel de resiliencia: Fue determinado por la aplicación de la escala de Resiliencia Wagnild y Young que mide la resiliencia en tres diferentes niveles:

- Mayores a 147 indican mayor capacidad de resiliencia.
- Entre 121-146 indican un nivel moderado de resiliencia.
- Los valores menores de 121 indican un nivel bajo o escaso de resiliencia.

Tiempo de duración: Se refiere al tiempo, en meses, que duró el sujeto con la pareja.

Edad de los sujetos: Hace referencia a la edad cronológica de los sujetos en la fecha de entrevista.

Tiempo de separación: Indica el tiempo en meses que ha transcurrido desde la ruptura hasta la fecha de entrevista.

2.4 Alcances y límites

Este estudio pretende establecer el nivel de resiliencia después de una ruptura en el noviazgo en las mujeres de 20 a 30 años de edad. Se tomó en consideración el tiempo que duró la relación y el tiempo transcurrido desde la ruptura hasta la fecha de entrevista.

Es generalizable a mujeres con las mismas características de las sujeto de estudio. El estudio se realizó con mujeres que están atravesando por esta situación y deseen participar, sin embargo, se limita a casos en que la participante no haya establecido nuevamente una relación de pareja.

2.5 Aporte

La presente investigación es una herramienta de referencia para identificar las fortalezas personales y los aspectos a adquirir para alcanzar una actitud resiliente ante esta situación.

La ruptura en el noviazgo, la crisis que puede generar y las herramientas personales necesarias para afrontar el cambio, es un tema de alto interés general sin embargo, existe poca literatura nacional. Por lo que esta investigación brinda información al respecto.

Por otra parte, este estudio puede proporcionar referencia teórica y datos cuantitativos a Psicólogos Clínicos y futuras investigaciones para elaborar un programa de desarrollo de resiliencia al atravesar por un proceso de separación y pérdida en el ámbito sentimental. Esto se considera importante pues en la actualidad la mayoría de estudios se han realizado en tema de divorcio, pero muy pocos enfocados a la ruptura en el noviazgo.

III. MÉTODO

3.1 Sujetos

Para el presente estudio, se utilizó un muestreo por conveniencia. Vincenty y Figeroa (2011) citan a Creswell quien indica que es un procedimiento cuantitativo en el que el investigador selecciona a los participantes de acuerdo a la disponibilidad de ellos y en función al criterio del investigador.

Para el desarrollo de la investigación los sujetos fueron 9 mujeres estudiantes de Licenciatura en Psicología Clínica y 4 estudiantes de maestría. Asimismo se tomó en cuenta para el estudio a 7 mujeres docentes de un centro educativo de la Ciudad Capital, haciendo un total de 20 sujetos comprendidos entre las edades de 20 a 30 años.

Edad	
Rango	N
20-25	11
26-30	9
Total	20

Tiempo de duración del noviazgo (meses)	
Rango	N
0 – 24	9
25 – 48	6
49 – 72	5
Total	20

Tiempo de ruptura a la fecha (meses)	
Rango	N
1 – 6	12
7 – 12	5
13 – 18	3
Total	20

3.2 Instrumento

Para obtener la información de nivel de resiliencia en mujeres después de una ruptura en el noviazgo, se utilizó la Escala de Resiliencia elaborada por Wagnild y Young (1993). Está compuesta por 25 ítems, en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo y un máximo de acuerdo es 7.

La escala se comprende de la siguiente manera: 1 - 3 en desacuerdo, 4 parcialmente de acuerdo y de 5 - 7 de acuerdo.

Los puntajes más altos serán calificados como indicadores de resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos.

- Mayores a 147 indican mayor capacidad de resiliencia.
- Entre 121-146 indican un nivel moderado de resiliencia.
- Los valores menores de 121 indican un nivel bajo o escaso de resiliencia.

La administración de la prueba puede ser de forma individual o colectiva, con una duración aproximadamente de 25 minutos.

La escala de resiliencia tiene como componentes:

- Competencia personal: indica autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.
- Aceptación de uno mismo y de la vida: Refleja adaptabilidad, balance, flexibilidad y perspectiva de la vida estable y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad. Estos factores se representan en las siguientes características de resiliencia:
 - Satisfacción personal: Comprender el significado de la vida y como contribuye a este significado.
 - Ecuanimidad: Perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, así como la actitud ante las adversidades.
 - Sentirse bien sólo: Da el significado de la libertad individual, reconocerse como un ser único e importante.
 - Confianza en sí mismo: Habilidad para creer en las capacidades propias.
 - Perseverancia: Persistencia ante las adversidades teniendo autodisciplina y deseo de logro.

Factor	Ítems	Punteo
Satisfacción personal	16, 21, 22, 25	28
Ecuanimidad	7, 8, 11, 12	28
Sentirse bien sólo	5, 3, 19	21
Confianza en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24	49
Perseverancia	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23	49

3.3 Procedimiento

- Se procedió a la selección de los sujetos de investigación con una muestra por conveniencia.
- Se presentó a los sujetos un consentimiento informado para solicitar su participación en el estudio.
- Se aplicó de forma individual el instrumento Escala de Resiliencia de Wagnild y Young para evaluar el nivel de resiliencia.
- Se procedió a la tabulación de los resultados en una tabla de Excel, para obtener la sumatoria y utilizarlos en las tablas de frecuencia, porcentajes, medidas de tendencia central, desviación estándar, así como la interpretación de los mismos para proceder a su discusión.
- Se utilizó el programa SPSS para el análisis de correlación de Pearson.
- Se procedió al análisis e interpretación de la información obtenida.
- Se redactó el informe final con los resultados, conclusiones y recomendaciones.

3.4 Diseño y metodología estadística

La presente investigación se trabajó con base a una investigación descriptiva, cuantitativa. Según Hernández et al. (2006) el enfoque cuantitativo usa la recolección de datos con base en la medición numérica y análisis estadístico para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población determinada. Reseña las características de un fenómeno existente en el momento de realizarse el estudio. Indaga la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en la población.

Con la finalidad de obtener la información con exactitud se presentaron cifras de medidas de tendencia central, comparación entre variables y se obtuvo el coeficiente de correlación de Pearson. Hernández et al. (2006) define:

- Media: Promedio aritmético que se obtiene de la suma de todos los valores dividido entre el total de casos.
- Desviación estándar: Es una medida estadística de variabilidad entre varias puntuaciones. Indica la dispersión de las puntuaciones alrededor de la media.
- Coeficiente de correlación de Pearson: Analiza la relación entre dos variables medidas por intervalos o por razón. Los valores obtenidos se encuentran en un rango de -1,00 a 1,00.

-1.00	Correlación negativa perfecta. (A mayor X, menor Y de manera proporcional. A menor X, mayor Y.)
-0.90	Correlación negativa muy fuerte.
-0.75	Correlación negativa considerable.
-0.50	Correlación negativa media.
-0.10	Correlación negativa débil.
0.00	No existe correlación alguna entre variables.
0.10	Correlación positiva débil.
0.50	Correlación positiva media.
0.75	Correlación positiva considerable.
0.90	Correlación positiva muy fuerte.
1.00	Correlación positiva perfecta. (A mayor X, mayor Y de manera proporcional. A menor X, menor Y.)

IV. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Tabla 4.1. Descriptivos generales de los resultados de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER)

Sujeto	Edad (años cumplidos)	Tiempo de noviazgo (meses)	Tiempo de ruptura a la fecha (meses)	Punteo Escala de Resiliencia de W. y Y.	Nivel de Resiliencia
1	23	18	2	119	Baja
2	24	26	2	151	Alta
3	23	24	4	158	Alta
4	20	12	14	98	Baja
5	23	72	3	102	Baja
6	24	60	24	134	Moderada
7	28	60	14	145	Moderada
8	26	72	1	64	Baja
9	24	24	5	152	Alta
10	24	8	8	124	Moderada
11	30	69	8	94	Baja
12	29	52	2	89	Baja
13	26	38	9	137	Moderada
14	27	15	9	144	Moderada
15	28	4	3	153	Alta
16	21	39	11	141	Moderada
17	23	40	1	78	Baja
18	25	18	2	130	Moderada
19	27	38	6	139	Moderada
20	27	36	1	94	Baja

La tabla muestra los resultados de la Escala de Resiliencia Wagnild y Young. Contiene el resumen de los datos obtenidos de cada sujeto según el objetivo general y los objetivos específicos.

Gráfica 1. Distribución de la muestra según nivel de Resiliencia.



Esta gráfica ilustra la distribución en porcentajes de la muestra de la Escala de Resiliencia aplicada. El nivel bajo tiene un 40% al igual que el nivel moderado, mientras que el nivel alto tiene un 20% del total de los resultados obtenidos en la escala.

Tabla 4.2. Indicadores de medición de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER)

Medición	Resultado
Media	122.30
Mediana	132.00
Moda	94.00
Desviación Estándar	28.13

En promedio las mujeres tienen una resiliencia moderada, muy cercana al rango de resiliencia baja que se localiza en 121.

La mediana indica la mitad de los resultados, la cual se encuentra en una resiliencia moderada.

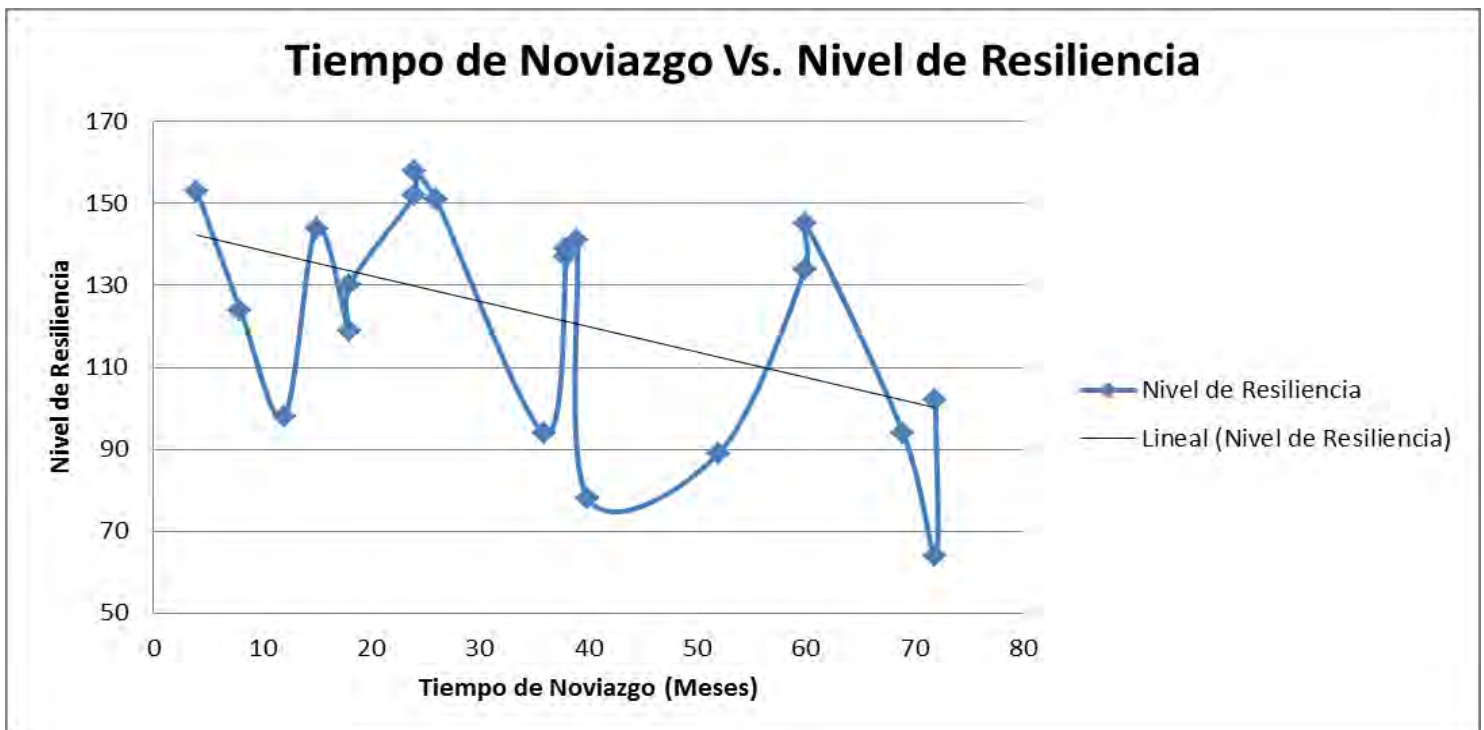
En la moda se puede observar el resultado repetitivo dentro de las participantes encuestadas. Indica un punteo de resiliencia baja.

La desviación estándar muestra la variación que existe entre los resultados de cada sujeto encuestado.

Tabla 4.3. Resultado de correlación de las variables tiempo de noviazgo y nivel de resiliencia.

N=20		Resiliencia
Correlación de Tiempo Noviazgo y resiliencia	Correlación de Pearson	-0.48
	Significancia	0.032

Gráfica 2. Correlación entre el tiempo de noviazgo y Resiliencia.

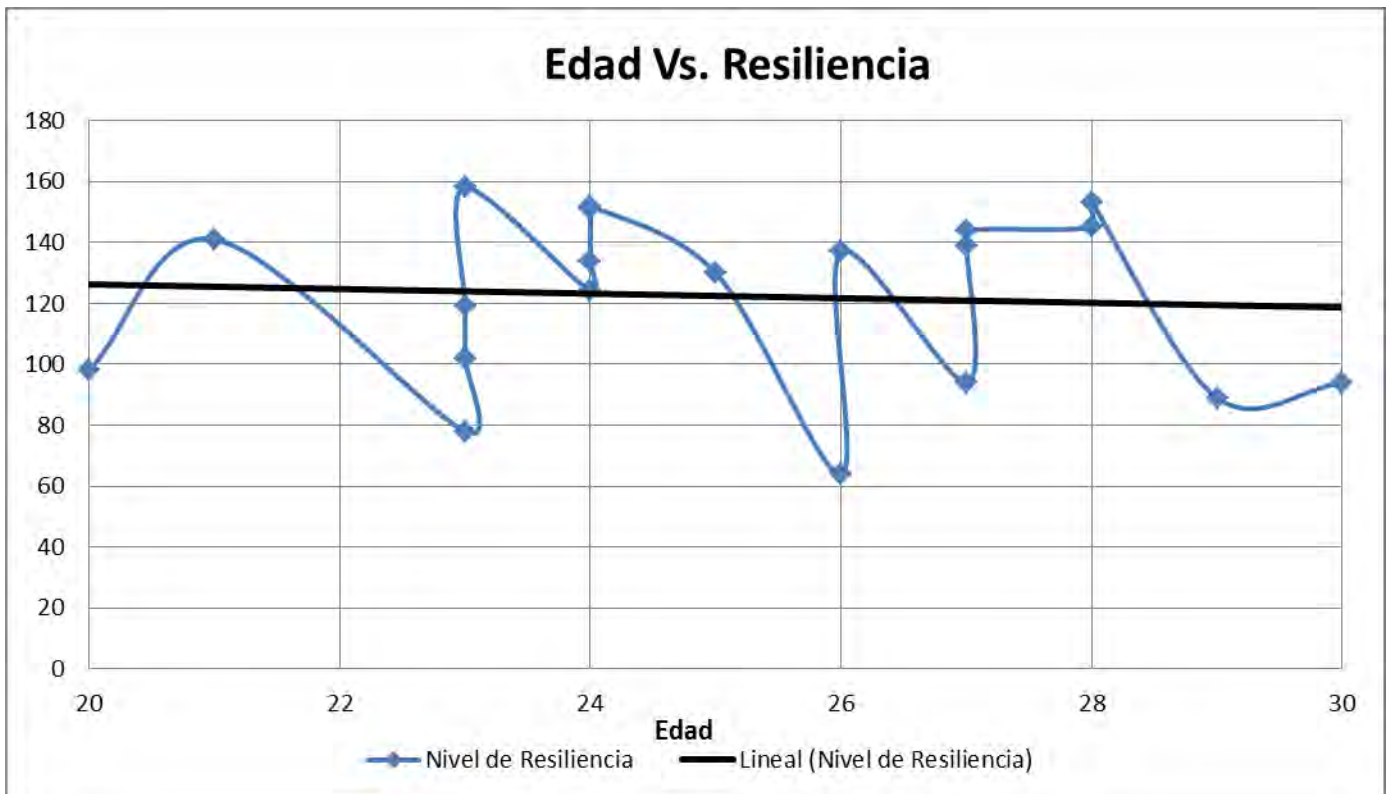


La gráfica muestra como el tiempo de duración del noviazgo se relaciona con el nivel de resiliencia obtenido en la escala. Como se observa en la gráfica si existe una tendencia clara entre estos dos indicadores. La tendencia indica una relación inversamente proporcional lo que sugiere que mientras más tiempo haya durado el noviazgo menor es la resiliencia. La correlación es $r = -0.48$ y un nivel de $p < 0.05$.

Tabla 4.4. Resultado de correlación de las variables edad y nivel de resiliencia.

N=20		Resiliencia
Correlación de Edad y Resiliencia	Correlación de Pearson	-0.07
	Significancia	0.771

Gráfica 3. Correlación entre la Edad y Resiliencia.

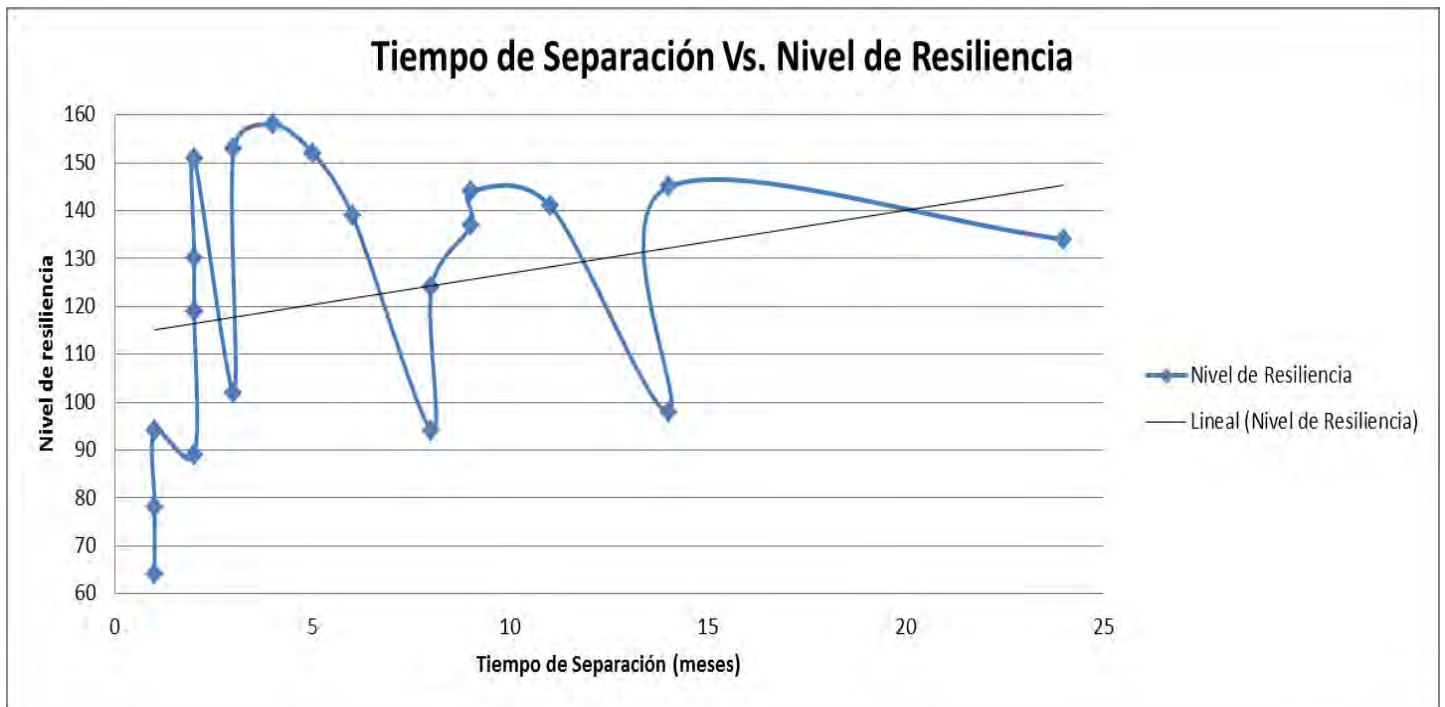


La grafica muestra la relación entre la edad de cada sujeto y el nivel de resiliencia obtenido en la escala. El resultado de coeficiente de correlación de Pearson es de -0.07. Por medio de la gráfica se observa que no existe una tendencia clara acerca de la relación entre estas dos variables. Esta tendencia se observa a través de la línea de tendencia central.

Tabla 4.5. Resultado de correlación de las variables tiempo de separación y nivel de resiliencia

N=20		Resiliencia
Correlación de Tiempo de separación y resiliencia.	Correlación de Pearson	0.28
	Significancia	0.239

Gráfica 4. Relación entre el tiempo de ruptura y Resiliencia.



La gráfica muestra el comportamiento entre el tiempo de separación y el nivel de resiliencia. No existe relación significativa entre variables debido a que la correlación es débil. A partir de los tres meses de ruptura la resiliencia que se observa en las participantes es de nivel moderado.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La investigación buscó hacer un análisis del nivel de resiliencia en mujeres de 20 a 30 años de edad luego de la ruptura en el noviazgo. Se consideraron tres indicadores para determinar el nivel de resiliencia los cuales fueron: el tiempo de duración de noviazgo, el tiempo de ruptura a la fecha y la edad actual. Con el objetivo de obtener los resultados se aplicó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) a un grupo de mujeres representativo del fenómeno y cumplen con las características de los objetivos de la investigación.

La Escala de Resiliencia utilizada es una prueba estandarizada que ubica los resultados de las participantes en tres rangos de la siguiente manera: nivel alto con un puntaje mayor a 147, nivel moderado entre 121 – 146 y nivel bajo o escaso quienes puntúan menor a 121. Se utilizó esta Escala, ya que responde a las necesidades específicas de la investigación, además cumple con los requisitos de confiabilidad y validez, siendo aplicada tanto en estudios nacionales como internacionales.

Luego de obtener los resultados, se realizó un análisis comparativo del presente estudio con estudios nacionales e internacionales, lo cual permite considerar lo siguiente.

En la presente investigación pudo observarse que el 80% de las personas evaluadas mostraron un nivel de resiliencia entre moderada y baja, mientras que el 20% mostró un alto nivel de resiliencia. Esto indica, que las mujeres entre veinte y treinta años necesitan fortalecer la capacidad para afrontar el proceso de separación que en ocasiones puede ser difícil. Lo anterior coincide con la investigación de Girón (2011) quien concluye que las mujeres que presentan indicios de frustración existencial son vulnerables a perder la capacidad de adaptarse al cambio y la confianza en sí misma, de la misma manera esto se observó en la escala de Resiliencia que involucra el factor de confianza en sí mismo.

En el presente estudio pudo observarse que 20% de las participantes obtuvo un nivel alto de resiliencia, mostrando que algunas mujeres que oscilan entre estas edades si tienen probabilidad de sobreponerse al cambio y utilizar estrategias de afrontamiento. Este resultado confirma lo expresado por Mérida (2010), quien en su investigación determinó que las mujeres que han atravesado por un proceso de divorcio, a pesar de la experiencia negativa y el sufrimiento padecido, utilizan sus habilidades para no deprimirse y mantener el anhelo de encontrar una nueva pareja. Los resultados anteriores se relacionan con la investigación realizada por Barrientos (2013), donde mujeres que han sufrido de violencia física y psicológica en el noviazgo, pueden alcanzar un nivel alto de resiliencia luego de la separación.

Sobreponerse a la pérdida, la crisis o los cambios requiere un proceso para alcanzarlo. Amar, Martínez y Utría (2013) expresaron en su artículo titulado *Nuevo abordaje de la Salud Considerando la Resiliencia* que la capacidad de resistir y salir adelante se desarrolla mediante la interacción de la persona y su entorno.

Los resultados obtenidos indican que en promedio las mujeres estudiantes universitarias y maestras de un colegio privado de Guatemala entre las edades de 20 y 30 años, tienen un nivel de resiliencia dentro del rango de moderada según Wagnild y Young, cercana al límite entre baja y moderada.

Respecto a la relación entre las variables de tiempo de duración de noviazgo y resiliencia, se observó correlación estadísticamente significativa. Si existe una relación entre el tiempo que duró el noviazgo y la resiliencia, mostrando una tendencia clara entre estos dos indicadores. Mientras mayor sea el número de meses que la participante duró con su pareja el nivel de resiliencia disminuye. Puede inferirse que, en el tiempo transcurrido durante el noviazgo se crea un grado de dependencia a hacia la pareja. Eguiluz (2007) explica la teoría del apego como un vínculo que de forma conductual tiende a cumplir funciones como búsqueda de proximidad, seguridad, pertenencia segura y resentir la separación. Argumenta que la separación física de la figura de apego produce respuestas conductuales y emocionales.

El autor cita a Fisher y Crandell, quienes describen que durante la intimidad con la pareja pueden surgir diferentes formas de apego. El apego inseguro preocupado/preocupado muestra conductas como demanda de satisfacer las necesidades propias, dependencia, reacciones de frustración e independencia. Al igual que en el apego desapegado/preocupado, el miembro preocupado demanda atención y se siente abandonado.

Al tener conductas de apego inseguro preocupado, Puerta y Vásquez (2012) afirman que se dificulta el proceso dinámico del sujeto y la interacción con el ambiente en una forma de adaptación para funcionar adecuadamente aun cuando se enfrentan cambios. Asimismo, Papalia et al. (2006) cita a Collins y Miller quienes indican que en el tiempo de noviazgo se revela información importante acerca de uno mismo. Esta autorevelación es significativa, ya que es entregar parte de uno mismo a la persona con la que se tiene intimidad. Las anteriores referencias sustentan los resultados de la presente investigación, de forma que si una mujer en la etapa del noviazgo es dependiente del vínculo que creó con la pareja, entonces mientras más tiempo dure la relación menos habilidades resilientes tiene.

Respecto de la relación entre las variables edad actual de las participantes y el nivel de resiliencia no se observó correlación estadísticamente significativa. En el presente estudio la edad no será determinante para tener la habilidad de resistir y sobreponerse al cambio. Lo anterior concuerda con lo expresado por Rojas (2013), quien en su investigación a mujeres de edad entre 15 y 65 años víctimas de violencia en el hogar, indica que la edad no influye en la capacidad resiliente, dado al afán de superar la crisis emocional esto motiva a las mujeres de diferentes edades a desarrollar actitudes positivas que les permita resistir el cambio. Sin embargo, otras mujeres de la muestra en ese estudio son vulnerables y poseen baja resiliencia lo que posiblemente las lleva nuevamente a ser víctimas de violencia.

Lo anterior coincide con lo expresado por Saavedra y Villata (2008) quienes en un estudio comparativo de factores de resiliencia entre hombres y mujeres, de edades entre 15 y 65 años, concluyó que la resiliencia no está asociada con la edad, ya que la resiliencia observada es similar en diferentes etapas de la vida.

Continuando con la variable de edad, Mérida (2010) al analizar factores resilientes en mujeres de 35 y 40 años que están divorciadas indica que las mujeres adultas mantienen el anhelo de encontrar una nueva pareja mayormente si encuentran apoyo social, ya que es un incentivo para mejorar el estado de ánimo. En este sentido la mujer busca desarrollar habilidades para enfrentar la crisis emocional que genera el cambio.

En este estudio se determinó que la edad entre 20 y 30 años no es determinante para enfrentar la crisis, esto puede deberse a que como lo expresan los autores Papalia, Wendkos y Duskin (2006) haciendo referencia a Erikson, en la adultez temprana se atraviesa por una etapa de desarrollo psicosocial de intimidad frente aislamiento. El adulto joven puede resolver demandas conflictivas de intimidad, competitividad y distancia si ha desarrollado previamente un fuerte sentido del yo. Esto concuerda con los autores Wagnild y Young (1993) quienes determinan la importancia de la satisfacción personal, la perspectiva de la propia vida, sentirse bien sólo, la confianza en sí mismo y la perseverancia como factores de resiliencia para superar las adversidades.

Papalia et al. (2006) también mencionan a Lambeth y Hallet quienes señalan que la edad adulta temprana es ideal para consolidar vínculos con otras personas. La edad entre 20 y 30 años de edad es una etapa que se caracteriza por la búsqueda de intimidad emocional y física.

Melgosa y Melgosa (2007) definen el noviazgo como un proceso mediante el cual dos personas se conocen. Los autores indican que en el noviazgo atraviesa por cuatro etapas: atracción, objetivos comunes, compromiso y la etapa de ruptura que se da cuando la relación no prospera. En la presente investigación se puede evidenciar que la edad no determina si la mujer está preparada resistir el cambio que conlleva la ruptura del noviazgo.

Riso (2013) hace mención a que durante la etapa de noviazgo surge el miedo a que el amor decaiga sin razón aparente y al abandono. Quienes tienen miedo al abandono

son personas dependientes emocionales por lo que puede dificultar el proceso de recuperación emocional, ante una ruptura.

Respecto a la relación entre las variables de tiempo de ruptura y resiliencia no se observó correlación estadísticamente significativa. En la presente investigación, entre cero y cinco meses, las participantes representan el 30% de la población con resiliencia nivel de resiliencia baja. Este resultado coincide con lo expresado por Vélez (2007) quien en su artículo titulado *La resiliencia, nuevo abordaje del trauma* afirmó que la resiliencia debe darse como un proceso que permita un equilibrio entre estrés y habilidad para enfrentar la crisis. De forma que si ha transcurrido poco tiempo luego de la ruptura las mujeres se encuentran sensibles y vulnerables ante las emociones que la pérdida genera. Lo anterior puede deberse a que como expresa el autor Colop (2011) existe una relación entre inteligencia emocional y resiliencia.

Al transcurrir el tiempo luego de la ruptura es posible que el dolor generado cese y la mujer encuentre nuevamente en sí misma y en el ambiente social motivaciones para recuperarse. Lo anterior coincide con lo expresado por Cyrulnik (2000) quien refiere la resiliencia como un proceso natural en la persona para fortalecerse ante la situación de crisis.

Los resultados observados en la presente investigación revelan que el 10% de las participantes tiene baja resiliencia con un tiempo de ruptura entre diez y quince meses. Tal como indica Vitelleschi (2008) son las características individuales las que facilitan una actitud resiliente y no necesariamente el tiempo. Del mismo modo, Rubio (2005) expresa que es necesario buscar estrategias personales que permitan enfrentar la crisis, dificultades y sufrimiento.

Cabe mencionar que el 35% de las participantes el nivel de resiliencia es moderado, con un tiempo de ruptura entre cinco meses y dos años. Las participantes pueden contar con algunas estrategias que les permita resistir la adversidad pero aún es necesario fortalecer habilidades personales para mejorar la salud emocional y mental. Lo anterior es sustentado por Wolin y Wolin citado por Puerta y Vázquez (2012),

quienes mencionan la perspicacia, autonomía, interrelación, creatividad, iniciativa, humor y ética como siete pilares para la resiliencia.

Otro estudio realizado por Grotberg (1997) señala que existen tres factores protectores siendo el ambiente social, las condiciones personales e intrapsíquicas y la habilidad de relacionarse con otros. Estos tres factores son fundamentales para que la persona, en este caso la mujer, se encuentre fortalecida, empoderada y capaz de enfrentar la ruptura en el noviazgo. Lo anterior responde al resultado obtenido en la presente investigación donde se evidencia que cuatro mujeres que llevan entre tres y cinco meses de haber terminado la relación, poseen un nivel de resiliencia alto.

Finalmente, se puede reflexionar que es necesario poseer características resilientes para afrontar la crisis que puede generar al terminar el noviazgo. En las participantes de este estudio, mujeres entre 20 y 30 años, influye el tiempo que duró la relación para alcanzar un nivel alto de resiliencia.

VI. CONCLUSIONES

- Con base a los resultados se puede demostrar que las mujeres entre 20 y 30 años poseen un nivel de resiliencia bajo, mostrando dificultad para afrontar el proceso de recuperación que conlleva el cambio. Indicando que aún no cuentan con todas las características individuales que faciliten hacer frente y superar la ruptura de la relación.
- El tiempo que duró el noviazgo si influye en el nivel de resiliencia que poseen las mujeres entre 20 y 30 años. A manera que mientras más tiempo haya durado el noviazgo la resiliencia disminuye.
- La edad de las mujeres entre 20 y 30 años no es relevante para determinar la capacidad para resistir y afrontar la ruptura en el noviazgo. El proceso de afrontamiento dependerá de las características resilientes que posea cada mujer y no de la edad que tienen.
- El tiempo que ha transcurrido después de la ruptura en el noviazgo no es un indicador que influye en las características resilientes que posean las mujeres entre 20 y 30 años de edad que participaron en este estudio.

VII. RECOMENDACIONES

Luego de señalar las conclusiones obtenidas de la presente investigación, es necesario brindar recomendaciones a mujeres entre 20 y 30 años de edad que estén atravesando por el proceso de afrontamiento y recuperación emocional luego de terminar la relación de noviazgo.

- A las mujeres que poseen un nivel de resiliencia bajo se recomienda acudir a la ayuda profesional de un Psicólogo Clínico que les oriente a través de un proceso terapéutico para fortalecer la satisfacción personal como factor resiliente.
- A las mujeres que poseen un nivel bajo de resiliencia es pertinente identificar las características personales que se encuentran débiles para desarrollar habilidades que les permitan confiar en sí mismas y perseverar en este proceso.
- Se recomienda a las mujeres autoevaluarse para reconocerse como un ser importante y valorar la libertad individual. De esta forma al enfrentar la ruptura en el noviazgo las mujeres serán capaces de sentirse bien solas, resistir el cambio y superar la crisis.
- Buscar autoformación a través de lectura de artículos, bases teóricas, libros de autoayuda que eduquen en el tema de confianza en sí mismo y resiliencia. De esta forma promueve el alcanzar una perspectiva balanceada de la propia vida, las experiencias y la actitud ante las adversidades.
- Se recomienda a las mujeres que atraviesan por el proceso de ruptura que asistan a terapia ocupacional para reforzar para valorar las capacidades y satisfacción personal.

- A las mujeres entre 20 y 30 años que actualmente se encuentran en una relación de noviazgo también se les recomienda dirigir sus emociones de manera intrínseca para valorar a la pareja como un complemento de la vida, pero que éste no es el centro de ella.
- Se recomienda a otros investigadores realizar estudios similares en una población masculina que permita comparar resultados entre ambos géneros.
- A los psicólogos se les motiva a realizar intervenciones que permitan el desarrollo de habilidades resilientes para que las pacientes logren afrontar la crisis.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alba, A. (2013). *Resiliencia en esposos de alcohólicos anónimos*. (Tesis inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Amar, J., Martínez, M, & Utria, L. (2013). Nuevo abordaje de la salud considerando la resiliencia. *Salud Uninorte*, 29(1), 124 -133.
- Armenta-Hurtarte, C., Sánchez-Aragón, R., & Díaz-Loving, R. (2012) ¿De qué manera el contexto afecta la satisfacción con la pareja? *Suma Psicológica* 19(2), 51-62
- Barrientos, A. (2013). *Elementos que debe contener un taller para aumentar la resiliencia en mujeres que han sido o sean víctimas de violencia física y psicológica en el noviazgo*. (Tesis inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Ceberio, R. & Watzlawick (1988). *La construcción del Universo*. Barcelona: Herder.
- Cyrulnik, B. (2003). *El murmullo de los fantasmas: volver a la vida después de un trauma*. Gedisa.
- Colop, V. (2011). *Relación entre inteligencia emocional y resiliencia*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- De León, A. (2013). *Características resilientes presentes en mujeres jóvenes lesbianas*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Eguiluz, L. (2007). *Entiendo a la pareja*. México: Editorial Pax.
- Espirella, R. (2008). *Terapia de pareja: un abordaje sistémico*. Bogotá, Colombia.
- Fiorentino, M. (2008) La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. *Suma Psicológica* 15(1), 95-113
- Fromm, E. (2007). *El arte de amar*. (1ra ed.). España: Ediciones Páidos Ibérica, S.A.
- Giron, M. (2011) *Sentido de vida en mujeres víctimas de infidelidad*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

- Grotberg, E. (1997). La resiliencia en acción. *Trabajo presentado en el Seminario Internacional sobre Aplicación del Concepto de Resiliencia en Proyectos Sociales*. Universidad Nacional de Lanús: Fundación Van Leer.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. (4ta ed.). México. McGraw Hill.
- Izquierdo, C. (2007). *Crecer en el noviazgo*. Lima, Perú: Editorial Paulinas.
- Kalbermatter, M., Goyeneche, S. & Heredia, R. (2006). *Resiliente: se nace, se hace, se rehace*. Córdoba: Editorial Brujas.
- Kotliarenco, A., Cáceres, I. & Álvarez, C., (1996). *Resiliencia Construyendo en Adversidad*. Santiago de Chile: CEANIM
- Llobet, V. (2008). *La promoción de resiliencia con niños y adolescentes*. Buenos Aires: Noveduc.
- López, M. & González, M. (2004). *Inteligencia en pareja. Un encuentro entre emoción y la razón*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.
- Martínez, G. S., & Fernández, M. C. (1993). La teoría de Sternberg sobre el amor. Análisis empírico. *Psicothema*, 5(Suplemento), 151-167.
- Melgosa, J. & Melgosa, A. (2007). *Para la pareja: Una relación estable para toda la vida*. (1era ed.). Madrid, España: Editorial Safeliz, S.L.
- Merida, M. (2010) *Factores resilientes en mujeres divorciadas que han contraído matrimonio por segunda vez*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin R. (2006) *Desarrollo Humano*. (9na ed.). México, D.F.: McGraw-hill.
- Puerta, E & Vásquez, M. (2012). *Caminos para la resiliencia*. Vol. 1 Localizado en: <http://www.udea.edu.co/portal/page/portal/bibliotecaSedesDependencias/unidad esAcademicas/FacultadNacionalSaludPublica/programas/previva/publicaciones/Resiliencia/Bolet%C3%ADn%20 Concepto%20de%20Resiliencia.pdf>

- Rage, E. (1997). *Ciclo vital de la pareja y familia*. México: Plaza Valdéz y Editores.
- Real Academia Española. (2002). *Diccionario de la lengua española*. Madrid, España: (22.^a ed.).
- Restrepo, C., Alpi, S., & Quiceno, J. (2011). Resiliencia y depresión un estudio exploratorio desde la calidad de vida en la adolescencia. *Suma Psicológica*, 18(2), 1-18.
- Riso, W. (2013). *Enamorados o esclavizados*. Grupo Planeta Spain
- Rojas, M. (2013). *Capacidad de resiliencia en mujeres víctimas de violencia doméstica*. (Tesis inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Rubio, A. (2005). *Cuando la vida nos lo pone difícil, como salir reforzado de la adversidad*. Barcelona: Editorial Amart S.L.
- Saavedra, E., Castro, A., & Saavedra, P. (2012). Autopercepción de los jóvenes universitarios y resiliencia: construcción de sus particularidades. *Revista Katharsis*, (14), 89-105.
- Saavedra, E. & Villata, M. (2008). *Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años*. (Tesis inédita). Universidad Católica de Maulo, Chile.
- Salgado, C. (2003). *El desafío de construir una relación de pareja. Una decisión diaria, un cambio permanente*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.
- Siebert, A. (2007). *Resiliencia Construir en la Adversidad*. Barcelona: Editorial Alienta.
- Slater, L. (2006). *Ultimos hallazgos sobre la química del amor*. Nacional Geographic en Español. 2-19.
- SPSS Inc. Released 2008. SPSS Statistics for Windows, Version 17.0. Chicago: SPSS Inc.
- Vélez, P. (2007). *La resiliencia: nuevo abordaje del trauma*. (Tesis inédita). Universidad Francisco de Paula Santander, Colombia.
- Vincenty, R. & Figueroa, N. (2011). *Muestreo por conveniencia*. Localizado en: <http://www.slideshare.net/selene1524/muestreo-por-conveniencia>

Vitelleschi, S. (2008). *Juego-resiliencia Resiliencia-Juego*. Buenos Aires: Bonum.

Wagnild, G., y Young H. (1993). *Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. (ER)*. [En red. Disponible en: <http://es.scribd.com/doc/39013071/Escala-de-Resiliencia-de-Wagnild-y-Young>

**Anexo 1:
Consentimiento Informado**

Mediante este documento, acepto voluntariamente participar en el estudio de tesis titulada: Nivel de resiliencia en mujeres, luego de la ruptura en el noviazgo. Realizada por la estudiante Ana Lucía Aceituno Guerrero, estudiante de la Universidad Rafael Landívar.

El Departamento de Psicología de la Universidad Rafael Landívar apoya la práctica de obtener el consentimiento informado de los sujetos humanos que participen en el estudio. Es decir, la Universidad solicita la autorización de cada persona participante. Así mismo, la Universidad vela por la protección de las personas que colaboran en las investigaciones.

Es de mi consentimiento que responderé a la Escala de Resiliencia (Wagnild y Young, 1993) que consta de 25 ítems en un tiempo aproximado de 20 a 30 minutos. Estoy consciente que aunque no recibiré ningún beneficio directo, sé que mi participación será de gran utilidad como herramienta de referencia para futuras investigaciones que puedan desarrollar un programa de resiliencia en mujeres que estén atravesando por una ruptura en el noviazgo. Por lo tanto la información que proporcione será utilizada para este estudio, garantizando que mi nombre no aparecerá en ningún momento.

Al firmar este documento doy mi autorización para participar ya que se me ha notificado que mi participación es voluntaria y anónima.

PARTICIPANTE

ESTUDIANTE:

Anexo 2: Escala de Resiliencia Wagnild y Young (ER)

Sexo: femenino

Edad: _____

Tiempo de duración del noviazgo: _____

Tiempo de separación a la fecha actual: _____

Instrucciones: Responda las siguientes preguntas marcando 1 punto si está en desacuerdo y un máximo de 7 puntos si está de acuerdo.

Ítems	En desacuerdo							De acuerdo						
1. Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
3. Dependo más de mí que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento orgullosa de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
7. Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
8. Soy amigo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
10. Soy decidida.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
11. Rara vez pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
12. Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7

13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7
14. Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15. Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16. Por lo general encuentro algo de que reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17. El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20. Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
21. Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo la energía para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

