

Tipo de contribución: Artículo empírico

**Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social
International Digital Journal of Psychology & Social Science**

**Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de
COVID-19.**

Persona responsable del envío: Aurora Leonila Jaimes Medrano

Correo electrónico: aurojm@facmed.unam.mx

Tipo de contribución: Artículo Empírico

Fecha de Envío: Haga clic aquí para escribir una fecha.

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19

María Esther Urrutia Aguilar, Aurora Leonila Jaimes Medrano, Mónica Beatriz Aburto Arciniega

Todas las autoras están adscritas a la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México

Nota del Autor

Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México

María Esther Urrutia Aguilar : mariaau@unam.mx

Aurora Leonila Jaimes Medrano : aurojm@facmed.unam.mx

Mónica Beatriz Aburto Arciniega : maburto@unam.mx

Agradecimientos: Estudiantes del Posgrado de MADEMS-UNAM, a Yael Millán Reyes y Joel Martínez Juárez pasantes de Actuaría de la Facultad de Ciencias en apoyo al análisis estadístico.

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

Tipo de contribución en la realización del trabajo del autor 1

María Esther Urrutia Aguilar participó en el diseño del estudio y colaboró en todos los apartados del manuscrito.

Tipo de contribución en la realización del trabajo del autor 2

Aurora Leonila Jaimes Medrano participó en el diseño del estudio y colaboró en todos los apartados del manuscrito.

Tipo de contribución en la realización del trabajo del autor 3

Mónica Beatriz Aburto Arciniega participó en la metodología, análisis, discusión y conclusiones.

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

Resumen curricular del autor principal (máximo 250 palabras)

Cursó sus estudios en la Universidad Nacional Autónoma de México; en la Facultad de Ciencias obtuvo el título de Bióloga y el grado de Maestra en Ciencias Biológicas. El grado de Doctora en Ciencias de la Administración se lo otorgó el Posgrado en Ciencias de la Administración. Es académica de tiempo completo adscrita a la Facultad de Medicina. Es profesora de pregrado y posgrado y tutora de posgrado. Es nivel C en el Programa de Primas al Desempeño Académico y nivel I del Sistema Nacional de Investigadores. Es socia numeraria de la Academia Nacional de Medicina en el área de Enseñanza de la Medicina. Actualmente es la Coordinadora de la Maestría en Docencia para la Educación Media Superior. Sus líneas de investigación son: Evaluación de la Docencia, Aprendizaje Basado en Problemas y Enseñanza de las Ciencias.

Imagen del autor principal (100pix X 100pix formato jpg, png, gif)



Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

Resumen curricular del autor secundario (máximo 250 palabras)

Licenciada en Psicología por la Universidad de Valle de México con mención honorífica. Sus estudios de posgrado los ha realizado en la Universidad Nacional Autónoma de México, obtuvo el grado de Maestra en Psicobiología por la Facultad de Psicología y actualmente es candidata para obtener el grado de Doctora en Salud Mental Pública en la Facultad de Medicina. En el área de docencia ha participado como profesora en los Cursos de Especialización en Psiquiatría y Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia y actualmente es profesora y tutora en la Maestría en Docencia para la Educación Media Superior. Sus líneas de investigación son: Salud Mental en Estudiantes Universitarios, Procesos cognitivos y Educación y Desarrollo Infantil. Actualmente trabaja en el Departamento de Psiquiatría y salud Mental, Facultad de Medicina.

Imagen del autor secundario (100pix X 100pix formato jpg, png, gif)



Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

Resumen curricular del autor secundario (máximo 250 palabras)

Es Médica Cirujana y Maestra en Ciencias con campo de estudio principal en Educación Médica por la Universidad Nacional Autónoma de México; es Doctora en Educación por la Universidad Marista. Es Profesor Asociado “C” de Tiempo Completo adscrita a la División de Investigación de la Facultad de Medicina. Es profesora y tutora de posgrado. Es nivel B en el Programa de Primas al Desempeño Académico de la UNAM. Actualmente es responsable de docencia del Campo de Ciencias de la Salud de la Maestría en Docencia para la Educación Media Superior. Sus líneas de investigación son: Intervenciones educativas en sexualidad en adolescentes y Educación en Ciencias de la Salud.

Imagen del autor secundario (100pix X 100pix formato jpg, png, gif)



Resumen

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto en la salud mental de la población, emanado del aislamiento social y a nivel educativo afectó a más de 160 millones de estudiantes en América Latina y el Caribe. En algunos estudios reportaron que los docentes manifestaron altos niveles de estrés y malestar psicológico afectando su adaptación ante un escenario incierto y presentando dificultades en su práctica docente. La resiliencia es una condición indispensable en el docente para afrontar las dificultades, recobrar el estado de balance inicial y favorecer su crecimiento y generar una buena enseñanza. El objetivo de este estudio fue identificar los factores que contribuyen a la resiliencia de los docentes de educación media superior a más de un año de confinamiento por la pandemia. Los resultados mostraron que la antigüedad docente, la confianza y fortaleza en sí mismo, la competencia social y el apoyo social (familia y amigos) son factores que predicen la resiliencia de los docentes que cursan un posgrado en formación docente.

Palabras clave: Docentes, Educación Media Superior, Resiliencia, COVID-19.

Abstract

The COVID-19 pandemic has had an impact on the mental health of the population, emanating from social isolation and at an educational level, it affected more than 160 million students in Latin America and the Caribbean. In some studies it has been reported that teachers manifested high levels of stress and psychological discomfort affecting their adaptation to an uncertain scenario and presenting difficulties in their teaching practice. Resilience is an essential condition for the teacher to face difficulties, regain the initial state of balance and promote their growth and generate good teaching. The objective of this study was to identify the factors that contribute to the resilience of high school teachers after more than one year of confinement due to the pandemic. The results showed that teaching seniority, self-confidence and strength, social competence and social support (family and friends) are factors that predict the resilience of teachers who are studying for a postgraduate degree in teacher training.

Keywords: Teacher, High school, Resilience, COVID-19.

Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19.

Este trabajo surgió de los resultados de una investigación previa, en la que se analizaron las emociones experimentadas por los docentes a un mes de confinamiento por la pandemia de COVID-19 (Urrutia Aguilar et al., 2020). En este estudio se encontró, que los docentes con mayor número de respuestas emocionales y reflexiones positivas lograron adaptarse a las condiciones adversas generadas por la pandemia. Cabe señalar que algunos docentes percibieron la pandemia como una oportunidad de crecimiento y desarrollo profesional. La mayor parte de ellos implementaron cambios en sus estilos de vida y fortalecieron sus vínculos familiares. Por lo cual, el propósito de este trabajo fue identificar en qué medida los factores individuales, sociales y contextuales contribuyen a la resiliencia de los docentes de educación media superior a más de un año de confinamiento por la pandemia de COVID-19.

Lo anterior, es debido a que algunos estudios sobre el impacto de la epidemia en la salud psicológica de la población general han mostrado consecuencias psicosociales que, pueden evolucionar hacia problemas de salud duraderos permeados por sentimientos de vulnerabilidad, aislamiento / cuarentena, miedo, ansiedad, angustia psicológica, factores estresantes psicosociales, síntomas postraumáticos, estigma y xenofobia (Mukhtar, 2020a; Xiang, 2020). Aunado a lo anterior, muchas personas están pasando por eventos traumáticos interpersonales como es: violencia doméstica (violencia de género), abuso, carga financiera, soledad, problemas emocionales y de comportamiento, dolor y duelo, miedo a perder a la familia, problemas de salud mental y lesiones físicas o muertes (Mukhtar, 2020b).

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

Algunas investigaciones que han examinado las consecuencias psicológicas de la epidemia del COVID-19 describen las consecuencias relacionadas con amenazas para la salud, entre ellas las personas que estuvieron en cuarentena durante más de 10 días manifestaron síntomas de estrés postraumático significativamente más altos en comparación con las personas que estuvieron en cuarentena durante menos días (Hawryluck, et al., 2004). En una revisión rápida reciente de los efectos psicológicos de la cuarentena, se informaron efectos negativos como síntomas de estrés postraumático, confusión, miedo, ira y agotamiento emocional (Brooks, et al., 2020)

Un estudio con adultos eslovenos mostró el papel de la resiliencia con relación a los rasgos básicos de personalidad y el funcionamiento psicológico en circunstancias estresantes como el confinamiento por el COVID-19, llegando a la conclusión que la resiliencia está asociada con el bienestar subjetivo del individuo (Kocjan et al., 2021).

Resiliencia

En la literatura se encuentran diversas definiciones de resiliencia, en este trabajo se propone describirla como un constructo, que en esencia hace referencia a un proceso dinámico multidimensional, en el cual interactúan numerosos factores que varían con el contexto, el tiempo y circunstancias de la vida; denotando la complejidad del fenómeno como objeto de estudio

(Caldeira & Timmins, 2016; Luthar et al., 2006). Este proceso dinámico evoluciona en el tiempo e implica un tipo de funcionamiento adaptativo; específicamente para afrontar las dificultades y condiciones adversas con tenacidad, recobrar el estado de balance inicial y favorecer el crecimiento de las personas (Sisto et al., 2019). El concepto de adversidad está relacionado con un estado de incomodidad y sufrimiento, suscitado por circunstancias negativas en la vida; las cuales generan estrés e impactan en el funcionamiento y bienestar de las personas dificultando su adaptación (Jackson et al., 2007). Las experiencias y respuestas ante el estrés son variables,

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

dependen de múltiples factores como son las características personales, los recursos disponibles, el apoyo social y la cultura (Biggs et al., 2017).

Algunos autores han planteado que la resiliencia es el mecanismo por el cual las características personales se manifiestan en contextos adversos para proteger del efecto potencialmente perjudicial de los factores estresantes que han emergido por la pandemia de COVID-19. En la literatura los hallazgos son consistentes al señalar que las personas que se describen a sí mismos como seguras y que confían en sus habilidades y recursos para enfrentar y resolver problemas, perciben con menor estrés las situaciones inciertas, se adaptan rápidamente a las nuevas condiciones de vida; además que intentan aprovecharlas al máximo y de la mejor manera (Brailovskaia & Margraf, 2020; Kocjan et al., 2021).

Resiliencia en los docentes

En el 2020 la pandemia asociada al virus SARS-CoV-2, causante de la enfermedad COVID-19 comenzó a tener sus efectos en el continente americano, adoptando medidas sanitarias pertinentes para evitar su propagación. Una de estas medidas fue el aislamiento social, que dio lugar al cierre masivo de actividades presenciales, a nivel educativo, afectando a más de 160 millones de estudiantes en América Latina y el Caribe (CEPAL, 2020; Román et al., 2020). La resiliencia en los docentes se ha estudiado desde hace más de dos décadas, dado que el docente, como sujeto activo del proceso de enseñanza, experimenta múltiples emociones en su vida cotidiana y laboral que influyen en sus prácticas y en el aprendizaje de los estudiantes. Se ha reportado que los docentes están expuestos a distintas adversidades, entre ellas, carga de trabajo, cambios curriculares, presiones temporales que, en conjunto pueden desencadenar desgaste emocional, lo cual impacta en el bienestar y en la práctica del docente (de Vera García & Gambarte, 2019). La resiliencia es una capacidad necesaria en todo docente para lidiar con

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

condiciones adversas, es una condición para generar una buena enseñanza (Flórez de Alvis et al., 2020), lo que le ayudará para desempeñarse de manera competente en su práctica docente, fortaleciendo los vínculos con sus estudiantes porque mejora la comunicación, transforma las adversidades en oportunidades, controla sus emociones, establece y transmite expectativas para favorecer el pensamiento crítico y creativo no solo en sus alumnos, sino también en sí mismo. De acuerdo con Noriega y colaboradores (2015), las escuelas con maestros resilientes tienden a mantener estándares académicos más elevados y facilitan el proceso enseñanza-aprendizaje mediante el desarrollo de ambientes favorables para los estudiantes (Noriega et al., 2015).

La resiliencia docente es la capacidad, proceso y manejo de cualidades o habilidades positivas que abarcan la dimensión emocional, motivacional y social del docente. Es una capacidad, porque permite afrontar de manera positiva los problemas y es un proceso por el cual logra adaptarse y recuperarse frente a la adversidad mediante el manejo de habilidades personales y sociales (Tenorio-Vilchez, 2021). Las habilidades personales hacen referencia a las características de las esferas psicológica y cognitiva que integran las habilidades personales. Las primeras como la confianza y seguridad en sí mismo, el optimismo, la motivación intrínseca y la competencia emocional son habilidades personales que contribuyen en la resiliencia y se relacionan con la capacidad para analizar los problemas de manera clara y objetiva, muestran flexibilidad en la evaluación y búsqueda de alternativas para resolver y afrontar los problemas (Boon, 2020); además de tener la capacidad para resignificar de manera positiva el evento adverso y adquirir un aprendizaje personal (Connor & Davidson, 2003). También se han descrito otras características psicológicas como la percepción de autoeficacia, confianza y estima de sí mismo, motivación, regulación de la expresión de emociones, predominio de emociones positivas, sentido del humor y empatía. Los factores sociales hacen referencia a la interacción y lazos afectivos que tiene una

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

persona con su entorno familiar y social, los cuales fungen el rol de soporte para hacer frente a las situaciones adversas. Implican la cohesión familiar, los valores de respeto, lealtad y solidaridad. (de Vera García & Gambarte, 2019; Friborg et al., 2003).

Desde esta perspectiva, el marco teórico que nos permite analizar los factores personales que contribuyen a la resiliencia de los docentes de educación media superior es la psicología positiva, la cual postula que la experiencia subjetiva, los rasgos individuales y sociales positivos contribuyen en reducir el riesgo de enfermedades tanto físicas como mentales y mejoran la calidad de vida de las personas (Fernandes de Araújo & Sousa Silva, 2017). Recientemente, Israelashvili, (2021) reportó que la presencia de emociones positivas están fuertemente relacionadas con la resiliencia, en particular para las personas que experimentan emociones más negativas. Estos resultados muestran que las emociones positivas son particularmente importantes para la salud mental en el contexto de mucho estrés, lo que se refleja en un aumento de los niveles de experiencias emocionales negativas (Israelashvil, 2021). En esta línea, se ha estudiado el rol que desempeñan las emociones positivas en la conformación de la resiliencia. La teoría de ampliación y construcción de las emociones positivas sugiere que éstas, aunque fugaces, también tienen consecuencias más duraderas y son medios para lograr el crecimiento individual y la integración social (Kiken & Fredrickson, 2017). Las emociones positivas amplían los repertorios de pensamiento-acción de las personas, reducen las emociones negativas persistentes y contribuyen en el desarrollo de resiliencia y bienestar psicológico (Fredrickson & Joiner, 2002). La ampliación de repertorios de pensamiento-acción están relacionadas con la evaluación cognitiva que realiza un individuo, regula la posibilidad de encontrar formas efectivas de adaptación y transforman el significado del evento adverso en uno positivo. Las personas resilientes utilizan las emociones

Comentado [SACT1]: En las referencias aparece como Israelashvil

Comentado [SACT2]: En este párrafo “la presencia de emociones positivas” se refiere a algo en singular, corregiría están por está

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

positivas para recuperarse de las experiencias emocionales negativas y además recordar y asociarlas con experiencias de logro previas ante las adversidades (Fredrickson, 2004).

Con base en el marco conceptual y estudios de investigación antecedentes, se hipotetiza que los componentes emocionales positivos, la confianza y fortaleza en sí mismos y la competencia social son factores que contribuirán en la resiliencia de los docentes de educación media superior, a más de un año de confinamiento.

MÉTODO

Participantes

Se realizó un estudio prospectivo, transversal, descriptivo y observacional. El marco muestral fue el registro de los docentes matriculados en el programa de Maestría en Docencia para la Educación Media Superior de la UNAM (MADEMS). El muestreo fue por conveniencia.

Materiales

Cédula de datos sociodemográficos y laborales. Con base a la literatura, se elaboró una cédula con preguntas abiertas y cerradas para obtener los datos sociodemográficos, así como de algunas características profesionales y laborales de los docentes.

Auto-prueba de positividad (Positivity Self Test, Fredrickson 2009). Es un cuestionario de auto reporte que evalúa la proporción de emociones positivas y negativas relacionada con la salud mental floreciente o el estado de languidez de una persona. Es un instrumento integrado con 20 ítems divididos en tres factores: 1) Componente emocional positivo, que refiere la disposición a sentimientos positivos (diversión, asombro, agradecimiento, esperanza, inspiración, interés, alegría, amor, orgullo y serenidad; 2) Vivencia emocional negativa, relacionada con la sensación de malestar, desesperación y cansancio (enojo, ofensa, rencor, tristeza, fastidio, estrés) y 3) Percepción emocional negativa, que describe la percepción de incertidumbre e incomodidad

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

(asustado-inseguro, pena-timidez, vergüenza, culpa). Es un instrumento traducido, adaptado y validado para estudiantes universitarios mexicanos (Cortina Guzmán & Berenzon Gom, 2013).

Escala de Resiliencia para Adultos (RESI-M). Es un instrumento que se diseñó con base a dos escalas de resiliencia: The Connor - Davidson Resilience Scale (CD-RISC) y la The Resilience Scale for Adults (RSA) (Connor & Davidson, 2003; Friborg et al., 2003) el cual fue validado para población mexicana. Contiene 43 preguntas, en una escala tipo Likert con cinco opciones de respuesta (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre). Evalúa la resiliencia partiendo de cinco dimensiones y una puntuación alta refleja mayor capacidad y habilidad en cada una de ellas. Dimensiones: 1) Fortaleza y confianza en sí mismo, se refiere a la claridad que tienen los individuos sobre sus objetivos, el esfuerzo por alcanzar sus metas, la confianza y el optimismo que posee para alcanzar el éxito; además de la fortaleza y tenacidad con la que enfrenta sus retos. 2) Competencia social, es la habilidad que tienen las personas para relacionarse con los demás, facilidad para hacer nuevos amigos, así como de hacer reír a las personas y disfrutar una conversación. 3) Apoyo familiar, se refiere a las relaciones entre los miembros de una familia; al apoyo y la lealtad que se brindan entre sus miembros, así como el compartir visiones similares de la vida. 4) Apoyo social, se refiere al apoyo de amigos capaces de brindar acompañamiento en momentos difíciles. 5) Estructura, hace referencia a la capacidad de las personas para organizarse, planear actividades y tiempo, tener actividades sistémicas aún en momentos difíciles (Palomar Lever & Gómez Valdez, 2010).

Comentado [MA3]: Eliminé comillas

PROCEDIMIENTO

La aplicación de los instrumentos se realizó a través de una plataforma digital (Google forms), durante los meses de agosto y septiembre del año 2021. De 1086 profesores matriculados en MADEMS, 399 respondieron de forma anónima y voluntaria los instrumentos Auto-prueba de positividad y la RESI-M. De acuerdo al Reglamento de la Ley General de Salud, fue una investigación sin riesgo; ya que sólo se analizaron los datos recolectados en bases de datos de cuestionarios y no se arriesgaron los principios éticos fundamentales de los profesores, dado que el análisis tomó en cuenta sólo los resultados obtenidos de la población en la que fue aplicado. Se garantizó el anonimato y la protección de los datos personales de la población de los docentes.

ANÁLISIS ESTADÍSTICOS

Se realizó estadística descriptiva para los datos sociodemográficos y laborales de los docentes, así como para los instrumentos de Auto-prueba de positividad y la RESI-M. Se realizaron análisis bivariados para identificar la magnitud de asociación de las emociones positivas y las dimensiones de resiliencia. Se empleó la técnica multivariada de regresión lineal múltiple, para identificar aquellas variables que se relacionaron con mayor magnitud y explicaron mayor varianza de la resiliencia en los docentes. Se utilizó el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS), versión 20 para el procesamiento y análisis de los datos.

RESULTADOS

Del total de los docentes invitados a participar en este estudio, se obtuvo una tasa de respuesta de 36.74 %, lo cual es una muestra representativa, con un nivel de confianza del 95% y con un error de precisión del 10%. El sexo femenino prevaleció con un 66%. El rango de edad de mayor

participación fue de 41 a 55 años (28.6%), seguido por el de 31 a 35 años (21.6%), el grupo de edad de menor proporción fue de 20 a 25 años (3.6%). Más del 57.6% eran solteros, el 62.4% sin hijos y 38.6% no tenía dependientes económicos. La mayor parte refirió laborar en una institución educativa (67.7%) y el 51.1% de ellos en el sector público. El 45.4% es docente en el nivel medio superior; además de impartir asignaturas en el medio superior. Las horas que trabajan los profesores en línea a la semana correspondió a una mediana de 15 horas y la experiencia docente arrojó una mediana de 7 años. El 44.1% de los profesores impartían clases en los campos de las Ciencias de la Salud, Química, Biología y Psicología; mientras que el 36% en el campo de Ciencias sociales y Humanidades. Para este estudio se analizó la fiabilidad de los instrumentos, obteniendo una consistencia interna aceptable para ambos (*Autoprueba de positividad* alfa de Cronbach= 0.77 y *RESI-M* alfa de Cronbach=0.97). En la tabla 1. se muestra la distribución de las puntuaciones, frecuencias y porcentajes de las dimensiones de los instrumentos aplicados.

Casi la mitad de los docentes reportaron un nivel alto de componentes positivos (49.1%), mayor nivel de vivencias negativas (44.1%) y un nivel bajo de percepción emocional negativa (43.6%). De la RESI-M, los resultados arrojaron altos niveles en las dimensiones de confianza y fortaleza en sí mismo (49.4%), de competencia social (42.61%), de apoyo familiar (47.87%) y de apoyo social (44.86%); y un bajo nivel en la dimensión de estructura personal (35.1%). De manera general casi la mitad de los profesores refieren un alto nivel de resiliencia (48.62%).

La tabla 2 muestra la correlación entre las dimensiones de la prueba de positividad y de la RESI-M. Se observa que los componentes emocionales positivos tienen una asociación lineal con la fortaleza y confianza en sí mismo ($r_p=.46$, $p=.001$) y con la competencia social ($r_p=.41$ $p=.001$). Entre las dimensiones de resiliencia se obtuvo una correlación lineal entre la fortaleza y confianza en sí mismo con la competencia social ($r_p=.71$, $p=.001$), apoyo familiar ($r_p=.53$, $p=.001$), apoyo social ($r_p=.70$, $p=.001$) y estructura ($r_p=.52$, $p=.001$).

Los resultados del análisis de regresión lineal múltiple se muestran en la tabla 3. El ajuste del modelo fue válido ($F= 153.50$, $p=.000$) y las variables incluidas explican 78% de la varianza ($R^2_{ajustada}= 0.78$). Los valores de contraste de la auto correlación de los residuos del estadístico Durbin-Watson fue de 1.98. Las variables que predicen mayor resiliencia en los docentes fueron: tener menor número de dependientes económicos ($\beta = -0.068$ $p=0.010$, $IC_{95\%} -2.310 - -0.310$), mayor número de años de experiencia docente ($\beta =0.074$, $p=0.007$, $IC_{95\%} 0.470-2.905$), tener un alto nivel de fortaleza y confianza en sí mismo ($\beta =0.360$, $p=0.000$, $IC_{95\%} 7.505-10.941$), alto nivel de competencia social ($\beta =0.360$, $p=0.000$, $IC_{95\%} 8.256-11.391$), mayor apoyo familiar ($\beta =,0.163$ $p=0.000$, $IC_{95\%}2.370-5.574$) y social ($\beta =0.199$, $p=0.000$, $IC_{95\%} 3.454-6.847$).

DISCUSIÓN

De acuerdo con el objetivo de este estudio, la resiliencia está determinada por la interacción de factores personales, sociales y contextuales que afectan al docente. La capacidad que tiene para desarrollarla positivamente constituye un proceso que varía a lo largo del tiempo. Al respecto, Ungar y Theron, (2019) refieren que la resiliencia debe conceptualizarse como un proceso en el que diversos factores están interrelacionados dentro de los sistemas relacionales, socioculturales y ecológicos, que en conjunto contribuyen en mejorar o mantener el bienestar de las personas en contextos de adversidad (Ungar & Theron, 2020).

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

Los resultados evidenciaron que la antigüedad docente, la confianza y fortaleza en sí mismo y la competencia social, son factores personales asociados de manera positiva con la resiliencia. Estos resultados son similares con Delgado y colaboradores al encontrar que la resiliencia desarrollada durante el confinamiento fue un predictor de la adaptación que ha experimentado el profesional académico para afrontar el estrés; especialmente en los docentes de más de 50 años que mostraron bajos niveles de ansiedad y estrés relacionado con COVID-19 (Delgado-Gallegos et al., 2021).

En este sentido, la antigüedad docente es una característica inherente de los profesores (Boon, 2020) y está vinculada con el aprendizaje adquirido a partir de experiencias pasadas, con mayor autoconocimiento de sí mismo y la percepción de autoeficacia (Beltman et al., 2011). Estas características les provee seguridad para dominar situaciones problemáticas con menor estrés y la capacidad de exteriorizar de forma más eficiente sus valores, creencias y conocimientos (Agueded & Almeida, 2016). También se encontró que las dimensiones de apoyo familiar y social son factores que inciden en la resiliencia en los docentes, dado que, proporcionan un espacio de expresión emocional e intercambio de ideas que promueven la reflexión y la oportunidad de crecimiento personal (Papatraianou & le Cornu, 2014). Las personas que perciben el apoyo de familiares y amigos pueden desarrollar mecanismos para lidiar con el estrés generado por los problemas, superando y adaptándose de manera positiva a los desafíos en su práctica docente y vida personal durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19 (Permatasari et al., 2021).

Respecto a los factores contextuales, en este estudio se incluyó el número de dependientes económicos como una variable asociada con la vulnerabilidad económica y social que se ha evidenciado por la emergencia sanitaria por COVID-19. Encontrando que los docentes con menor número de dependientes económicos mostraron mayor fortaleza, satisfacción y confianza en sí

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

mismos; además de contar con habilidades sociales para establecer y reforzar las redes de apoyo tanto de su familia como de sus amigos (Prime et al., 2020), además puede estar relacionado a que a menor dependientes económicos menor escasez económica, lo que ayuda a una percepción de bienestar (Lin & Chan, 2020). Estos resultados contrastan a los encontrados con estudiantes de licenciatura, los estudiantes que no tienen (o tienen pocos) dependientes económicos que, al igual que los solteros, perciben mayores afectaciones avance académico y mayores dificultades de aprendizaje, esto puede estar relacionado al grado de madurez de los estudiantes (Perez-Mora & Arellano, 2021)

Asimismo, en este estudio se evidenció una correlación positiva moderada entre las emociones positivas y las dimensiones de resiliencia de confianza y fortaleza en sí mismo y de competencia personal. Los resultados sustentan el modelo teórico de ampliación y construcción de las emociones positivas (Fredrickson, 2004) y a otras investigaciones que han reportado la influencia que tienen las emociones positivas en los procesos de pensamiento, las respuestas emocionales y conductuales, que emplea una persona para construir su visión personal de la realidad y adaptarse a condiciones estresantes o adversas (Moskowitz et al., 2021).

También, se encontró que un alto porcentaje de los docentes no percibieron emociones de incertidumbre, lo cual está vinculado con la dimensión de confianza y seguridad que tienen en sí mismos, que les permite resolver y afrontar los problemas de manera eficaz y adaptativa. En este sentido, de acuerdo con Fredrickson las emociones positivas reducen las emociones negativas persistentes y favorecen el desarrollo de la resiliencia (Fredrickson BL & Joiner T., 2002). No obstante, al analizar el efecto de estas variables para predecir la resiliencia de los docentes, encontramos que las emociones (positivas y negativas) y la dimensión de estructura personal no fueron variables predictoras de la resiliencia de los docentes de educación media superior y puede

Comentado [SACT4]: No se observa en las referencias

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

deberse a la colinealidad entre las otras variables predictoras (confianza y seguridad en sí mismo y competencia social). Se ha descrito que los profesores comprometidos con sus alumnos y su práctica docente muestran características asociadas a la resiliencia, entre las que se destacan actitudes de optimismo, sentido del humor y un alto nivel de autoeficacia (Bowles & Arnup, 2016; Tenorio-Vilchez, 2021). Respecto a la dimensión de estructura personal, llama la atención que esta variable no se incluyó en el modelo de regresión lineal múltiple; puesto que se ha descrito que el mantenimiento de rutinas diarias durante situaciones y condiciones de estrés sostenido es uno de los factores básicos de la resiliencia a lo largo del tiempo (Hou et al., 2021).

CONCLUSIONES

Las contribuciones de este estudio tienen implicaciones teóricas y en la práctica de la enseñanza ante la transición del modelo educativo emanado por la pandemia de manera abrupta. Los resultados muestran que la población de estudio que cursan un posgrado en formación docente posee cualidades personales, sociales y contextuales específicas que favorecen la resiliencia al reflejar menor vulnerabilidad ante el escenario de incertidumbre, así como mayor flexibilidad para transformar su práctica docente a una enseñanza remota a pesar de la existencia de las brechas digitales.

Una de las limitaciones de este trabajo está relacionada con que no se evaluaron otros factores individuales como son los vocacionales y valores éticos y morales de los docentes, los cuales proporcionan la fortaleza en las esferas emocional, espiritual e intelectual (Brunetti, 2006). En este estudio no se consideraron incluyentes dado que, la población de estudio fue sometida a un proceso de selección al ingresar al Posgrado de Maestría en Docencia para la Educación Media Superior en el que, se evalúan aspectos vocacionales. De acuerdo a Gu y Li (2013) la resiliencia

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

de los docentes está fundamentada por los propósitos educativos y valores morales y, por lo tanto, está estrechamente asociada con el compromiso vocacional que tienen en el aprendizaje de los estudiantes en el día a día, así como en el transcurso de su vida profesional (Gu & Li, 2013). Investigaciones futuras deberán enfocarse en docentes que no estén incluidos en un programa de formación docente, para identificar y comparar los factores asociados con la resiliencia para adaptarse al cambio y favorecer su desarrollo profesional.

Los programas de formación docente deben incluir estrategias para desarrollar competencias socioemocionales que favorezcan la resiliencia que les permita hacer frente a nuevos desafíos, como son los fenómenos perturbadores, desastres naturales y los generados por el hombre. Además, deberán favorecer el desarrollo de la creatividad y habilidades sociales para proponer soluciones innovadoras en el ámbito educativo.

REFERENCIAS

- Agueded, M., & Almeida, N. (2016). La resiliencia del docente como factor crucial para superar las adversidades en una sociedad de cambios. *Tendencias Pedagógicas*, 28, 167–180.
- Beltman, S., Mansfield, C., & Price Anne. (2011). Thriving not just surviving: A review of research on teacher resilience. *Educational Research Review*, 6(3), 185–207. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.edurev.2011.09.001>
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. In C. L. Cooper - J. C. Quick (Ed.), *The handbook of stress and health: A guide to research and practice* (pp. 351–364). Wiley Blackwell. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch21>
- Boon, H. (2020). Teachers' Resilience: Conceived, Perceived or Lived-in. In Mansfield C.F. (Ed.), *Cultivating Teacher Resilience* (Springer, Singapore, pp. 263–278). <https://doi.org/10.1007/s13384-015-0192-1>
- Bowles, T., & Arnup, J. L. (2016). Early career teachers' resilience and positive adaptive change capabilities. *The Australian Educational Researcher*, 43, 147–164. <https://doi.org/https://doi-org.pbidi.unam.mx:2443/10.1007/s13384-015-0192-1>
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2020). Predicting adaptive and maladaptive responses to the Coronavirus (COVID-19) outbreak: A prospective longitudinal study. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 20(3), 183–191. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.06.002>
- Brooks S.K., Webster R.K., Smith L.E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N., & Rubin G.J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 14–20. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Brunetti, G. J. (2006). Resilience under fire: Perspectives on the work of experienced, inner city high school teachers in the United States. *Teaching and Teacher Education*, 22(7), 812–825. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tate.2006.04.027>
- Caldeira, S., & Timmins, F. (2016). Resilience: synthesis of concept analyses and contribution to nursing classifications Literature Review. *Int Nurs Rev*, 63(2), 191–199. <https://doi.org/10.1111/inr.12268>
- CEPAL. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depress Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>.
- Cortina Guzmán, L. G., & Berenzon Gom, S. (2013). Traducción al español y propiedades psicométricas del instrumento Positivity Self Test. *Psicología Iberoamericana*, 21(1), 53–64. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133929862007>
- de Vera García, M., & Gambarte, M. (2019). La resiliencia como factor protector del estrés crónico en docentes. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 9(3), 159-175. <https://doi.org/https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i3.332>
- de Vera García, M. I. v., & Gambarte, M. I. G. (2019). Niveles de burnout en docentes de secundaria: un estudio descriptivo analítico. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 455–464. <https://doi.org/https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v2.1485>

- Delgado-Gallegos, J. L., Padilla-Rivas, G. R., Zuñiga-Violante, E., Avilés-Rodríguez, G., Arellanos-Soto, D., Villareal, H. F., Cosío-León, M. de los Á., Romo-Cardenas, G. S., & Islas, J. F. (2021). Teaching Anxiety, Stress and Resilience During the COVID-19 Pandemic: Evaluating the Vulnerability of Academic Professionals in Mexico Through the Adapted COVID-19 Stress Scales. *Frontiers in Public Health, 9*.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.669057>
- Fernandes de Araújo, L., & Sousa Silva, R. J. (2017). RESILIÊNCIA E VELHICE: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE IDOSOS DE DIFERENTES CLASSES SOCIAIS. *Psicologia Em Estudo, 22*(2), 187–196.
<https://doi.org/10.4025/psicoestud.v22i2.32437>
- Flórez de Alvis, L. M. del S., López Coronado, J. , & Vélchez Pírela, R. A. (2020). Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: reto de las instituciones de educación superior. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado, 23–3*.
<https://doi.org/10.6018/reifop.438531>
- Fredrickson, B. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci, 359*(1449), 1367–1378. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- Fredrickson BL, & Joiner T. (2002). Positive Emotions Trigger Upward Spirals Toward Emotional Well-Being. *Psychological Science, 13*(2), 172–175.
<https://doi.org/10.1111/1467-9280.00431>
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment? *Int J Methods Psychiatr Res, 12*(2), 65–76. <https://doi.org/10.1002/mpr.143>
- Gu, Q., & Li, Q. (2013). Sustaining resilience in times of change: stories from Chinese teacher. *Asia-Pacific Journal of Teacher Education, 41*(13), 288–303.
<https://doi.org/10.1080/1359866X.2013.809056>
- Hawryluck L., Gold W.L., Robinson S., Pogorski S., Galea S., & Sitra, R. (2004). SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerging Infectious Diseases, 10*(7), 1206–1212. <https://doi.org/10.3201/eid1007.030703>
- Hou, W. K., Li, L., Hougen, C., & Bonanno, G. A. (2021). Regulatory Flexibility of Sustaining Daily Routines and Mental Health in Adaptation to Financial Strain: A Vignette Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(6), 3103.
<https://doi.org/10.3390/ijerph18063103>
- Israelashvil, J. (2021). More Positive Emotions During the COVID-19 Pandemic Are Associated with Better Resilience, Especially for Those Experiencing More Negative Emotions. *Frontiers in Psychology, 12*, 1635.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.648112>
- Jackson, D., Firtko, A., Edenborough, M., Jackson BHSc RN Professorial Fellow, D. M., Firtko DipAppSci, A. R., Edenborough BSS Senior Research Officer, M. B., & C Ks O N D, J. A. (2007). Personal resilience as a strategy for surviving and thriving in the face of workplace adversity: a literature review. *Review. Journal of Advanced Nursing, 60*(1), 1–9.
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04412.x>
- Kiken, L. G., & Fredrickson, B. L. (2017). Cognitive aspects of positive emotions: A broader view for well-being. In Robinson MD & Eid M (Eds.), *The happy mind: Cognitive contributions to well-being* (pp. 157–175). Springer International Publishing/Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-319-58763-9_9

- Kocjan, G. Z., Kavčič, T., & Avsec, A. (2021). Resilience matters: Explaining the association between personality and psychological functioning during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 21*(1), 100198. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.08.002>
- Lin, L., & Chan, H.-W. (2020). When is search for meaning in life beneficial for well-being? A cross-national study. *International Journal of Psychology, 56*(1), 75–84. <https://doi.org/10.1002/ijop.12696>
- Luthar, S., Sawyer, J. A., & Brown, P. J. (2006). Conceptual issues in studies of resilience: Past, present, and future research. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1094*(1), 105–115. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.009>
- Moskowitz, J., Cheung, E. O., Freedman, M., F., Fernando, C., Zhang, M. W., & Huffman, J. C. (2021). Measuring Positive Emotion Outcomes in Positive Psychology Interventions: A Literature Review. *Emotion Review, 13*(1), 60–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1754073920950811>
- Mukhtar, S. (2020a). Mental Health and Psychosocial Aspects of Coronavirus Outbreak in Pakistan: Psychological Intervention for Public Mental Health Crisis. *Asian J Psychiatry., 51*, 102069. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102069>
- Mukhtar, Sonia. (2020b). Psychological health during the coronavirus disease 2019 pandemic outbreak. *International Journal of Social Psychiatry, 66*(5), 512–516. <https://doi.org/10.1177/0020764020925835>
- Noriega, G., Angulo, B., & Angulo, G. (2015). La resiliencia en la educación, la escuela y la vida. *Perspectivas Docentes, 58*, 42–48. <https://biblat.unam.mx/hevila/Perspectivasdocentes/2015/no58/6.pdf>
- Palomar Lever, J., & Gómez Valdez, N. E. (2010). Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). *Interdisciplinaria, 27*(1), 7–22. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18014748002>
- Papatraianou, L. H. , & le Cornu, R. (2014). Problematising the role of personal and professional relationships in early career teacher resilience. *Australian Journal of Teacher Education, 39*(1), 100-116. <https://doi.org/10.14221/ajte.2014v39n1.7>
- Perez-Mora, R., & Arellano, C. (2021). Student perceptions, from their diversity, on the effects of the transition to online modality in the context of the COVID-19 pandemic. *Revista Iberoamericana De Educacion, 86*(2), 147–169. <https://pesquisa.bvsalud.org/global-literature-on-novel-coronavirus-2019-ncov/resource/pt/covidwho-1378525?lang=es>
- Permatasari, N., Rahmatillah Ashari, F., & Ismail, N. (2021). Contribution of perceived social support (peer, family, and teacher) to academic resilience during COVID-19. *Golden Ratio of Social Science and Education, 1*(1), 01–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.52970/grsse.v1i1.94>
- Román, Fabian., Forés-Miravalles, Ana., Calandri, I., Gautreaux, Rosalba., Antúnez, Alejandro., Ordhei, D., Ponnet, V., & Allegri, R. (2020). Resiliencia en docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. . *Journal of Neuroeducation, 1*(1), 76–87. <https://doi.org/https://doi.org/10.1344/joned.v1i1.31727>
- Sisto, A., Vicinanza, F., Campanozzi, L. L., Ricci, G., Tartaglini, D., & Tambone, V. (2019). Towards a transversal definition of psychological resilience: a literature review. *Medicina, 55*(11), 745. <https://doi.org/10.3390/medicina55110745>
- Tenorio-Vilchez, C. (2021). Entender la resiliencia docente. Una mirada sistemática. *Revista Innova Educación, 3*(3), 187–197. <https://doi.org/https://doi.org/10.35622/j.rie.2021.03.012>

Artículo Empírico | Resiliencia de los docentes de educación media superior durante la pandemia de COVID-19. Urrutia-Aguilar et al

Ungar, M., & Theron, L. (2020). Resilience and mental health: how multisystemic processes contribute to positive outcomes. *The Lancet Psychiatry*, 7(5), 441-448.
[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30434-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30434-1).

Urrutia Aguilar, M. E., Ortiz León, S., & Jaimes Medrano Aurora. (2020). Emociones de docentes de la educación media superior ante los cambios del entorno durante el confinamiento por el Covid-19. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 187–196.
<https://doi.org/https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n2.v1.1970>

Xiang Y. T. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 7(3), 228–229.
[https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)

TABLAS

Tabla 1

Descriptivos de la Autoprueba de Positividad y Escala de Resiliencia para Adultos (RESI-M)

	Percentil			Bajo		Medio		Alto	
	25	50	75	n	%	n	%	n	%
Auto prueba de Positividad									
Componente Emocional Positivo	16	21	28	110	27.6	93	23.3	196	49.1
Vivencia Emocional Negativa	3	6	10	129	32.3	94	23.6	176	44.1
Percepción Emocional Negativa	0	2	5	174	43.6	119	29.8	106	26.6
Escala de Resiliencia para Adultos									
Fortaleza y Confianza en sí mismo	57	63	71	133	33.3	69	17.3	197	49.4
Competencia Social	21	24	29	118	29.6	111	27.8	170	42.6
Apoyo Familiar	18	20	24	164	41.1	44	11	191	47.9
Apoyo Social	15	19	20	137	34.3	83	20.8	179	44.9
Estructura	14	15	18	212	53.1	140	35.1	47	11.8
Puntaje total de Resiliencia	127	141	157	102	25.6	103	25.8	194	48.6

Tabla 2

Medias, desviaciones estándar y correlaciones con intervalos de confianza

Variable	x	DE	1	2	3	4	5	6	7
1. Componente Emocional Positivo	21.3	8.4							
2. Vivencia Emocional Negativa	6.9	5.3	-.30**						
			[-.38,-.20]						
3. Percepción Emocional Negativa	3.04	3.3	-.27**	.79**					
			[-.36-.17]	[.75-.82]					
4. Fortaleza y Confianza en sí mismo	62.5	10.9	.46**	-.38**	-.36**				
			[.38-.53]	[-.46,-.29]	[-.44,-.27]				
5. Competencia Social	23.9	5.6	.41**	-.27**	-.28**	.71**			
			[.33, .49]	[-.36,-.18]	[-.37,-.19]	[.66, .76]			
6. Apoyo Familiar	19.8	4.02	.29**	-.22**	-.20**	.65**	.53**		
			[.20, .38]	[-.31,-.12]	[-.30,-.11]	[.59, .70]	[.45, .60]		
7. Apoyo Social	17.4	3.06	.32**	-.16**	-.16**	.67**	.51**	.70**	
			[.22, .40]	[-.26,-.07]	[-.26,-.07]	[.62, .72]	[.44, .58]	[.64, .74]	
8. Estructura	15.4	3.1	.30**	-.18*	-.20**	.68**	.59**	.52**	.54**
			[.21, .39]	[-.28,-.09]	[-.29,-.10]	[.63, .73]	[.52, .65]	[.45, .59]	[.46,.60]

Nota. x y DE indican las abreviaturas que corresponden a las medias y desviaciones estándar respectivamente. Los valores entre paréntesis indican el intervalo de confianza del 95% para cada correlación. El intervalo de confianza es un rango plausible de correlaciones poblacionales que podrían haber causado la correlación muestral (Cumming, 2014)

* p < 0.05. **, p < 0.01.

Comentado [SACT5]: No se observa en las referencias

Tabla 3
Modelo de Regresión Lineal Múltiple de Resiliencia de los Docentes

Modelo 1	B	Error Estándar	β	t	p	IC 95%	
(Constante)	75.194	2.467		30.485	0.000	70.344	80.044
Estado civil	0.708	0.862	0.021	0.821	0.412	-0.987	2.403
Número de dependientes económicos	-1.310	0.509	-0.068	-2.575	0.010	-2.310	-0.310
Semestre que cursa en el programa MADEMS	0.635	0.410	0.037	1.546	0.123	-0.172	1.441
Sector educativo en el que labora	-0.715	0.870	0.021	-0.821	0.412	-2.426	0.996
Años de experiencia docente	1.688	0.619	0.074	2.725	0.007	0.470	2.905
Fortaleza y Confianza en sí mismo	9.223	0.874	0.360	10.556	0.000	7.505	10.941
Competencia Social	9.823	0.797	0.360	12.321	0.000	8.256	11.391
Apoyo Familiar	3.972	0.815	0.163	4.875	0.000	2.370	5.574
Apoyo Social	5.151	0.863	0.199	5.969	0.000	3.454	6.847

Variable dependiente: Resiliencia, $p < 0.05$