

**Título reducido:** EVALUACIÓN DE RESILIENCIA

**CONSTRUCCIÓN Y ANÁLISIS PSICÓMETRICO DE UN  
CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA RESILIENCIA**

*Serrano M. Martínez*  
*Universidad de Zaragoza, España*  
Grado de Psicología. 1º curso.

### **Resumen**

Este estudio experimental se centra en la construcción y análisis psicométrico de un cuestionario con el que poder evaluar el constructo resiliencia a través de cinco factores: sensibilidad, superación, positivismo, pensamiento estereotipado y tolerancia a la frustración. La investigación se llevo a cabo con una muestra de 140 sujetos de ambos sexos y diversas edades de la provincia de Zaragoza. El objetivo consiste en analizar la validez y fiabilidad del cuestionario construido a través de los datos recogidos de mencionados participantes. Los resultados revelan que no se cumple la hipótesis, ya que confirman que no se pueden agrupar los 34 ítems del cuestionario en tres factores.

Palabras clave

Resiliencia. Validez. Fiabilidad. Hipótesis.

### **Abstract**

This experimental study is about the construction and analysis of a questionnaire to evaluate the resiliency through five factors: sensibility, overcoming, positivism, stereotyped thought and tolerance to the frustration. The investigation it was done with a sample of 140 subjects of both sexes and diverse ages whose province is Zaragoza. The objective is to analyze the validity and reliability of the questionnaire through of the information gathered from mentioned participants. The results reveal that the hypothesis is not certain because we can't to group 34 items in three factors.

Keywords

Resiliency. Validity. Reliability. Hypothesis.

Para comenzar con el discurso introductorio al tema planteado acerca de la resiliencia, se considera conveniente realizar un acercamiento a dicho concepto e ir desglosándolo paulatinamente en contraste a las distintas perspectivas que ha tomado según los investigadores que lo han estudiado.

Son diversos autores los que se han centrado en la resiliencia como objeto de estudio. El fundamento de la mayoría de ellos es que la resiliencia es la capacidad de una persona para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves. La literatura científica actual demuestra de forma contundente que la resiliencia es una respuesta común y su aparición indica “ajuste saludable a la adversidad”.

El origen de la investigación sobre la resiliencia es el trabajo de Kobasa y Maddi (1972), quienes relacionan la resiliencia con la idea de protección frente a los estresores. Sus investigaciones se basan en estudios realizados con personas que habían atravesado largos periodos de sufrimiento y que habían conseguido reponerse, de manera que parecían tener unas características de personalidad que les protegían. Werner (1992), también se interesó en el estudio de la resiliencia y contribuyó a éste investigando con niños que habían crecido en un entorno social complicado (maltratos, padres alcohólicos, padres divorciados, etc.). Werner consideró que la resiliencia surge como respuesta a los factores de riesgo que se dan en nuestro entorno habitual y que pueden generar consecuencias de daño psíquico. De modo que la aparición, o no, de la resiliencia depende de la interacción de la persona y su entorno humano; por este motivo niños desgraciados podrán llegar a desarrollarla si tienen próximo a ellos la influencia positiva de otra persona que les muestre cariño y afecto.

Analizando el concepto de resiliencia según Michel Manciaux (2003), la resiliencia no solo representa la capacidad de superar una situación difícil, sino que también es lo que nos permite afrontarla, incluso, a un nivel superior como si el trauma desarrollado en nosotros hubiera revelado recursos de resistencia insospechados.

Según Kalawaski y Haz (2003) lo adecuado es considerar resilientes a todas las personas que presentan un resultado inesperado frente a una determinada situación adversa, independientemente de las causas de ese resultado. Los autores Vera, Carbelo

y Vecina (2006) señalan el hecho de que la sociedad se ha centrado excesivamente en estudiar los efectos de los traumas ignorando la capacidad del ser humano para afrontarlos e incluso extraer un beneficio de estas situaciones desdichadas. Lo que plantean no es dejar de investigar sobre los traumas sociales, sino que consideran que es conveniente investigar sobre la resiliencia para complementar y enriquecer dicho estudio.

En conclusión, la mayor parte de los estudios expuestos muestran que aunque vivir un acontecimiento traumático es sin duda uno de los trances más duros a los se enfrentan algunas personas, esto supone una oportunidad de superación personal y de concebir el mundo desde una perspectiva condescendiente acorde a las circunstancias personales sufridas en un momento dado. La capacidad de sobreponerse a períodos de dolor emocional se demostrado en gran cantidad de estudios científicos en los últimos años.

## Método

### *Participantes*

La muestra de la investigación esta compuesta por 140 sujetos voluntarios, seleccionados aleatoriamente. Lo único establecido es que los participantes tengan la edad suficiente para comprender todos los ítems (delimitada en 15 años mínimo y 60 máximo) y que se encuentren en un territorio de fácil acceso para el investigador. El contexto geográfico de estudio está ubicado en la comarca de Valdejalón, localizada en la provincia de Zaragoza, perteneciente a la Comunidad Autónoma de Aragón.

El rango de edad esta comprendido entre los 15 y 58 años. El 93,6% se sitúa entre los 15 y los 30 años, un 4,3% entre los 30 y los 45 años y un 2,1% entre los 45 y los 60 años. La media de edad es de 20,89 años, y la desviación típica de esta variable es de 7,354. Respecto al sexo, 101 de los participantes son mujeres y representan el 72,1% de la muestra; los 39 participantes restantes son varones y representan el 27,9%.

	Número de participantes	Frecuencia
Hombres	39	27,9%
Mujeres	101	72,1%

Tabla 1. *Características demográficas de los participantes.*

### *Medida*

La medida se establece con un cuestionario compuesto de 34 ítems referentes del constructo psicológico que queremos medir: la resiliencia. El cuestionario es entregado a las participantes sin haber comprobado ni su validez ni su fiabilidad. El objetivo posterior será comprobarlas y demostrar sí se cumple, o no, nuestra hipótesis. Los resultados confirman la hipótesis ya que podemos agrupar los 28 ítems (seis eliminados por motivos que se comentan posteriormente) en cinco factores y obtener un test valido y fiable. La escala del cuestionario es la siguiente:

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	A menudo	Siempre
1	2	3	4	5

TABLA 2. *Formato de la escala adjuntada en el cuestionario.*

La escala es dispuesta de este modo para evitar respuestas imparciales ya que al ser impar (escala de 1 a 5) podemos ajustar con mayor precisión las respuestas del sujeto al ítem con el que correlacionan. Hay ítems directos que concuerdan en orden ascendente con la escala (1 determina el grado de mayor resiliencia) e ítem inversos que concuerdan en orden descendente a ella (1 determina el grado de menor resiliencia). Estos últimos serán desinvertidos, tras la recogida de datos, para evaluarlos pertinentemente a los ítems directos.

Finalmente, se establecen 28 ítems agrupados entre cinco factores. Dejando fuera de estos factores los ítems demográficos de sexo, edad y ocupación del sujeto. Posteriormente, hay un anexo (Anexo I) en el que se expone la tabla entregada a los participantes.

### *Procedimiento*

El presente estudio surge a raíz de la motivación de investigar un constructo capaz de abarcar a toda sociedad. Partiendo de la base de que todas las personas poseen resiliencia se realiza un diseño basado en la aplicación de técnicas cuantitativas, con las que se ha logrado alcanzar una reflexión y un aprendizaje metodológico. El diseño cuantitativo consta de un cuestionario cuya escala de medida va de uno a cinco; con éste se intenta comprobar si los distintos ítems correlacionan con sus respectivos factores. La prueba se realizó a 141 sujetos individualmente y de manera aleatoria dependiendo de la disponibilidad de los mismos, por este motivo no se estableció hora, lugar o duración para realizar el cuestionario. El cuestionario se entregó de forma impresa por el investigador, éste a su vez informaba acerca de cómo realizar la tarea apropiadamente, (aunque estas instrucciones aparecen escritas al comienzo del cuestionario). Tras aplicar las técnicas metodológicas cuantitativas, se observa que los resultados de la investigación, en relación a los objetivos previamente establecidos, han sido clarificadores.

## Resultados

Para analizar los datos se ha utilizado el programa SPSS (versión 14.0) con el que se ha realizado análisis de deseabilidad social de los sujetos y análisis de fiabilidad y validez.

En primer lugar, el análisis de deseabilidad social de los sujetos se ha empleado para comprobar el grado en que los participantes responden al cuestionario consecuentemente a lo que piensan o si responden en base a lo que creen que el investigador espera encontrar. Para medir la deseabilidad social se han introducido tres ítems en el cuestionario (ítems 12, 19 y 31) pero ninguno de ellos ha sido empleado para realizar el análisis de fiabilidad y validez. Los sujetos que han puntuado entre 3,8 y 5 se han eliminado.

En segundo lugar se ha realizado el análisis factorial para averiguar cual es el número de factores adecuados en relación a los ítems. Antes de realizar los estadísticos pertinentes se han desinvertido todos los ítems inversos que son: 2, 3, 6, 13, 20, 24, 27, 30, 32 y 34 para que correspondan con la escala de valores, siendo 1 la puntuación dada para al mayor grado de resiliencia posible y 5 para el menor grado posible.

El análisis factorial se ha realizado desechando los ítems de deseabilidad social, los ítems demográficos y los ítems invertidos. Al realizar el análisis con los restantes ítems se han obtenido valores muy bajos en tres de ellos; por lo que han sido eliminados. El resultado final es un Alfa de Cronbach adecuado, de 0,845 (aumentado al eliminar los tres ítems bajos) y un cuestionario con 28 ítems fiables para medir el constructo resiliencia. En la siguiente tabla se muestran los valores de los ítems eliminados con su respectivo valor de Alfa de Cronbach.

	Correlación de elementos Total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Ítem 14	,089	0,848
Ítem 20	,014	0,851
Ítem 24	-,034	0,854

Tabla 3. *Análisis de calidad de los ítems*

Después de eliminar estos tres ítems y obtener el valor definitivo de Alfa de Cronbach se ha realizado el análisis de validez usando Oblimin (sin obligar a que establezca un número determinado de factores) para analizar el cuestionario. Los resultados obtenidos muestran que son nueve los factores posibles que avalan los ítems del cuestionario, sin embargo hay cuatro factores en los que la saturación de los ítems es mínima por lo que se ha decidido prescindir de ellos. En un principio los factores planteados para medir nuestro constructo eran tres pero como la varianza explicada es baja, de 37,691%, se ha decidido añadir dos factores más ya que de este modo la varianza total explicada aumenta a 47,574%.

Reestablecidos los tres factores hipotetizados a cinco se ha realizado nuevamente un análisis con Oblimin. En este caso obligamos a que los ítems nos saturen en cinco factores, aunque la varianza disminuye de 47,574% (obtenida con Oblimin sin obligar) a 45,570% (obtenida con Oblimin obligado a cinco factores) los ítems se agrupan en los cinco factores y se distribuyen aproximadamente a como hemos supuesto tras reestablecer el número de factores que contiene el cuestionario.

A continuación se presenta una tabla en la que se muestra la saturación de los 28 ítems en los cinco factores.

	Componente				
	1	2	3	4	5
Ítem 22	,709				
Ítem 28	,697				
Ítem 25	,613				
Ítem 23			,357		
Ítem 26			-,384		
Ítem 9					,564
Ítem 8		-,336			
Ítem 17	,542				
Ítem 7				-,371	
Ítem 34 (desinvertido)	,531				
Ítem 11		-,478			
Ítem 10				,355	
Ítem 15			,322		
Ítem 33					,498
Ítem 21		-,431			

Ítem 2 (desinvertido)	,363		
Ítem 18		-,312	
Ítem 1			,389
Ítem 3 (desinvertido)	,417		
Ítem 16		,372	
Ítem 6 (desinvertido)	,540		
Ítem 30 (desinvertido)	,517		
Ítem 13 (desinvertido)	,495		
Ítem 27 (desinvertido)	,482		
Ítem 32 (desinvertido)		-,442	
Ítem 4			-,370
Ítem 29			,512
Ítem 5			,436

Tabla 4. *Matriz de componentes. Índice de saturación de los ítems.*

En relación a la hipótesis planteada la organización de los ítems ha sido bastante modificada dado que se ha variado el número de factores elevándolos de tres a cinco con el propósito de obtener una mayor varianza explicada. Los ítems que se agrupan en torno a los factores planteados en la hipótesis (factor 1: sensibilidad o afrontamiento emocional, factor 2: superación o afrontamiento conductual y factor 3: positivismo u optimismo ingenuo) coinciden con la distribución que se había propuesto en ella.

Se ve, por un lado, que los ítems que saturan en los factores 1, 2 y 3 lo hacen pertinentemente a lo que se ha propuesto desde un principio en la hipótesis y por otro lado, se observan algunas excepciones que se distribuyen de forma distinta a la que se considero oportuna. Tales excepciones son los ítems: 15, 16, 18 y 32 que en un principio se considero que se agruparían en el factor 3 y tras hacer el análisis aparecen saturando al factor 4 al que se ha denominado: pensamiento estereotipado. Junto a esto, los ítems 5, 29, 9 y 33 se hipotetizo que correspondían al factor 1 pero tras hacer la fiabilidad se observa que se han establecido como componentes del factor 5, denominado: tolerancia a la frustración. Por tanto, los ítems que se esperaban encontrar en el factor 1 y en el 3 se han repartido entre los nuevos factores creados, factor 4 y factor 5, respectivamente, porque en ellos alcanzan un nivel mayor de saturación.

Después de redistribuir cada ítem en su factor correspondiente se puede decir que los ítems son fiables y representativos para cada factor en el que saturan. Para el análisis se usó Oblimin obligado a cinco factores porque, pese a que disminuye la varianza, permite que se entienda mejor la estructura de los ítems ya que si no se hubiera usado Oblimin obligado los factores se hubieran distribuido en torno a nueve factores (anteriormente comentado) y la agrupación de los ítems, en torno a los 5 factores que queríamos delimitar, quedaba peor explicada. Además, aunque disminuye la varianza al usar Oblimin obligado sigue siendo superior al 40%, por lo que sigue siendo adecuado.

Tras el análisis de fiabilidad y validez se ha realizado una tabla de contingencia, usando los estadísticos de Chi cuadrado y coeficiente de contingencia, para comprobar si el sexo influye en el grado de resiliencia. El valor obtenido es de 0,246 por lo que no es estadísticamente significativo, ya que para serlo debería ser menor de 0,05. Por tanto, podemos decir que el sexo no influye en el grado de resiliencia.

## Discusión

La hipótesis no se cumple dado que no se pueden agrupar los 34 ítems en los tres factores planteados. Estudiando los motivos por los que sucede esto vemos que, aunque Alfa de Cronbach es fiable, ha sido necesario eliminar tres ítems porque no eran adecuados para medir el constructo resiliencia. Al eliminarlos alfa ha aumentado, pero el número de ítems del cuestionario ha pasado de tener 34 a tener 28 ítems (tres eliminados tras hacer la prueba de deseabilidad social y tres eliminados tras analizar la fiabilidad). Con los 28 ítems restantes hemos pasado a analizar la validez. Vemos nuevamente que no se cumple la hipótesis porque ha sido necesario aumentar el número de factores de tres a cinco ya que sino la varianza explicada no supera el 40%; de modo que al añadir dos factores nuevos aumenta de 37,691% a 47,574%. Así pues, la hipótesis no se confirma ya que los datos no avalan el que los ítems se puedan agrupar en los tres únicos factores (sensibilidad, superación, positivismo) siendo necesario añadir dos más (pensamiento estereotipado y tolerancia a la frustración) para explicar un mínimo de varianza total explicada adecuado.

Estos errores pueden ser debidos a una mala estructuración del cuestionario en el momento de categorizar los ítems con sus correspondientes factores, al hecho de haber formulado unos ítems ambiguos o también podrían hallarse en el proceso de recogida de datos. El estudio podría mejorarse, por un lado, elaborando unos ítems más precisos y distribuidos en más de tres factores; y, por otro lado, ampliando el número de la muestra a la que se le ha pasado el cuestionario.

La resiliencia pese ser un constructo enormemente estudiado todavía se podría “exprimir” en mayor medida, buscando nuevas líneas de investigación hacia las que enfocarlo como por ejemplo: como afecta el grado de resiliencia en los estudios o en el trabajo. Sin embargo, este trabajo se ha centrado únicamente en medir el grado de resiliencia que presenta cada sujeto independientemente de su sexo, edad u ocupación, ya que aunque hayan sido datos recogidos no han sido relevantes para los resultados aportados.

## Referencias

### *Bibliografía*

Vera, B. P., Carbelo, B. B., Vecina, L. J. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento post-traumático. *Papeles del psicólogo: revista del Colegio Oficial de Psicólogos*, Vol. 27, n<sup>o</sup>1.

Kalawaski, P., Haz, A. (2003). Y ¿dónde está la resiliencia? Una reflexión conceptual. *Revista interamericana de psicología*. Vol 37, n<sup>o</sup>2. Pág 365-372.

Manciaux, M. (2003). *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Madrid (España). Ed. Gedisa.

## Anexo 1

A continuación se le presenta un cuestionario, el cual consta de 35 preguntas a las que deberá responder con la mayor sinceridad posible. No hay preguntas correctas o incorrectas, además el test es de carácter anónimo, de modo que sus respuestas no serán propagadas bajo ningún concepto. La escala con la que ha de responder es la siguiente:

Nunca	Casi nunca	Algunas veces	A menudo	Siempre
1	2	3	4	5

Conteste con el número de escala correspondiente que considere. ¡Gracias!

1.	Siento melancolía al recordar situaciones del pasado	1	2	3	4	5
2.	Miro al futuro con optimismo aunque este atravesando un mal momento	1	2	3	4	5
3.	Me adapto fácilmente a los cambios	1	2	3	4	5
4.	Cuando me culpan por algo injustamente me quedo callado y no me defiendo	1	2	3	4	5
5.	Suelo llevar mal equivocarme	1	2	3	4	5
6.	Opino que es bueno aprender de los errores	1	2	3	4	5
7.	En ocasiones me gustaría ser otra persona	1	2	3	4	5
8.	Me preocupo en exceso	1	2	3	4	5
9.	No soporto demasiado bien la presión	1	2	3	4	5
10.	En épocas de mucho trabajo siento ansiedad y nerviosismo	1	2	3	4	5
11.	Tras una discusión me siento hundido y vacío	1	2	3	4	5
12.	Considero que todas las personas son buenas	1	2	3	4	5
13.	Realizo mis cometidos aunque este atravesando un mal momento	1	2	3	4	5
14.	Soy perseverante en lograr mis metas	1	2	3	4	5
15.	Siento miedo de que los demás me rechacen y me quede solo	1	2	3	4	5
16.	Me dejo llevar por las ideas establecidas socialmente	1	2	3	4	5
17.	Cuando recibo una mala noticia tardo días e incluso meses hasta que me repongo	1	2	3	4	5
18.	Veó las cosas blancas o negras, pero nunca veo el término medio	1	2	3	4	5
19.	No me importa lo que los demás piensen de mí	1	2	3	4	5
20.	No me suelen afectar las críticas ni positiva ni negativamente	1	2	3	4	5
21.	Me cuesta mucho reponerme de una separación emocional	1	2	3	4	5
22.	Ante cualquier contratiempo me siento inseguro y creo que no voy a ser capaz de soportarlo	1	2	3	4	5
23.	No sé hacer frente a situaciones difíciles	1	2	3	4	5
24.	Siempre espero que salga todo bien, de modo que no me preocupo en tomar las debidas precauciones	1	2	3	4	5
25.	Ante situaciones imprevistas siento que pierdo el control	1	2	3	4	5
26.	Tiendo a exagerar los acontecimientos negativos que me ocurren	1	2	3	4	5
27.	Soy de los que piensa que en todo lo malo hay algo bueno	1	2	3	4	5
28.	Me obsesiono con los acontecimientos negativos	1	2	3	4	5
29.	Sufro mucho cuando estoy un largo período de tiempo sin ver a mis seres queridos	1	2	3	4	5
30.	Me considero una persona íntegra	1	2	3	4	5
31.	Siempre digo todo lo que pienso aunque eso me perjudique	1	2	3	4	5
32.	Tengo facilidad para encontrar el lado positivo a una situación negativa	1	2	3	4	5
33.	Suelo considerar desagradable e insoportable cualquier situación estresante	1	2	3	4	5
34.	Me enfrento a las situaciones estresantes sin dejar que me dominen las situaciones	1	2	3	4	5

Edad:

Sexo: M / F

Ocupación: