

Estudio de la resiliencia en el sistema educativo y la práctica deportiva

**TRABAJO FIN DE GRADO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
GRADO MAESTRO/A EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

Autor: Ruiz Coro, José Carlos

25/05/2016



Universidad de Granada



ÍNDICE

1. RESUMEN	3
2. INTRODUCCIÓN	4
3. OBJETIVOS	7
4. MÉTODO.....	7
4.1 <i>Diseño y participantes</i>	7
4.2. <i>Variables e Instrumentos</i>	8
4.3. <i>Procedimiento</i>	9
5. RESULTADOS	9
5.1. <i>Descriptivos</i>	9
5.2. <i>Comparativos</i>	13
6. DISCUSIÓN.....	18
7. CONCLUSIONES	21
8. LIMITACIONES	21
9. LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN	22
10. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	23
11. ANEXOS	26
<i>Anexo 1</i>	26
<i>Anexo 2</i>	27
<i>Anexo 3</i>	27

1. RESUMEN

En la presente investigación se ha estudiado el concepto de resiliencia como la habilidad que tiene un sujeto para afrontar situaciones desfavorables y que actualmente, está teniendo un interés reciente. Los objetivos propuestos para esta investigación son describir parámetros socio-económicos, resiliencia y actividad física en escolares de tercer ciclo y la relacionar las dimensiones de la resiliencia con las variables de género, alumnos repetidores y actividad física. Se ha utilizado un estudio descriptivo, comparativo y transversal conformado por 115 escolares de entre 9 y 13 años. El instrumento principal con el que se ha procedido a realizar este estudio es el cuestionario CD-RISC y un cuestionario de autoregistro. El análisis de datos determina que los alumnos varones son más resilientes que las chicas, y que la práctica de alguna actividad física supone diferencia estadísticamente significativa en relación con aquellos individuos que no practican. Se recomienda seguir con el análisis comparativo de las dimensiones de la resiliencia y los alumnos repetidores debido a la escasez de estudios entre diferentes variables.

PALABRAS CLAVE

Resiliencia, rendimiento académico, actividad física, género

ABSTRACT

In the present research it has studied the concept of resilience as the ability of a subject to deal with adverse situations and currently is having a recent interest. The proposed objectives of this research are to describe socio-economic parameters, resilience and physical activity in school third cycle and relate the dimensions of resilience with the variables gender, repeaters and physical activity. Used a descriptive, comparative and cross-sectional study comprised 115 school children between 9 and 13 years. The main instrument with which we have proceeded to this study is the questionnaire CD-RISC and self-registration questionnaire. The data analysis determined that male students are more resilient than girls, and that the practice of physical activity involves statistically significant difference in relation to those individuals who do not practice. It is

recommended to continue the comparative analysis of the dimensions of resilience and repeaters due to the paucity of studies between different variables.

KEY WORDS

Resilience, academic performance, physical activity, gender.

2. INTRODUCCIÓN

El ser humano puede enfrentarse a multitud de adversidades y situaciones o experiencias traumáticas, pero no afecta por igual en todos ellos ya que esto va ligado a la personalidad de cada persona. Para algunos una experiencia de esta índole, puede implicar una posibilidad para ver de forma positiva la vida; mientras que para otros, estas experiencias pueden dar lugar a un estado postraumático en la personalidad que haga que en situaciones adversas puntuales, el sujeto no tenga la capacidad para afrontarla y/o controlarla, sin que esto afecte a su comportamiento y personalidad.

Según Crespo, Fernández-Lansac y Soberón (2014), cada persona en función de su personalidad, reacciona de una forma u otra ante contextos de fatalidad, dando lugar a que algunos de estos individuos crean una inadaptación frente al problema, o bien tienen dificultad para lograrlo. Otros sin embargo, afrontan exitosamente estas situaciones mostrando una conducta más resiliente que hace que consigan superar estas vivencias (Broche, Diago y Herrera, 2012). Por ello, muchas personas tienen una fortaleza adquirida para afrontar adversidades, catalogándolas como personas resilientes.

Kotliarenco, Cáceres, Álvarez y Fontecilla (1997), escribieron que el término resiliencia proviene del latín, más concretamente de la palabra *resilio*, que engloba significados como volver atrás o resaltar. Melillo y Suárez (2005), concuerdan con los autores anteriores de la proveniencia de este término, teniendo como significado retroceder a su estado de inicio. Truffino (2010) especifica que el concepto de resiliencia es la composición de cualidades que tiene un individuo para afrontar contextos que dan lugar a la acumulación de estrés. El autor Grotberg (1997 y 2006) puntualiza que este término se

basa en cómo el individuo es capaz de afrontar adversidad que se le presentan en la vida, aprendiendo de ellas.

Cuando hablamos de este concepto, hablamos de la aptitud que tienen las personas para desenvolverse psicológicamente con naturalidad, aun habiendo vivido situaciones de riesgo o estrés. Hace referencia tanto a grupos conjuntos como individuos singulares, los cuales tienen la capacidad de dominar las adversidades y contextos perjudiciales (Uriarte, 2005). Y es que como bien defienden Brooks y Goldsein (2004), la resiliencia no suprime las situaciones desfavorables, sino que ayuda a que el sujeto se enfrente de forma exitosa ante este tipo de situaciones, actuando como escudo psicológico.

Este término tiene bastante importancia en niños ya que es la etapa crítica para formarlos como personas para que sean capaces de afrontar sus problemas y adversidades. Por eso es que Brooks (1994) y Wolf (1995) afirmaron que aquellos niños considerados resilientes, poseen una personalidad más segura, una alta autoestima y una actitud favorable en el afrontamiento de situaciones adversas, dotados de una habilidad de superación en ciertas situaciones que producen malestar en sí mismos. Aclara que estos niños se llenan de optimismo frente a consecuencias desagradables, enmendándose y provocando en ellos una gran madurez.

Las personas están interfiriendo entre ellas continuamente, provocando la alteración de sus relaciones interpersonales y conductas, con el propósito de adaptarse a nivel individual y colectivo para poder llevar una vida próspera. (Uriarte, 2014). Hay varias variables que repercuten en el concepto de resiliencia y es que son, como muestra Bissonnette (1998); las cualidades del niño, que abarca desde su capacidad intelectual hasta su temperamento; los vínculos emocionales que son transmitidos en el ámbito familiar, resalando el apego y el cariño; y los factores que se estrechan con las vivencias positivas en la escuela, resaltando la socialización entre iguales.

Según estudios realizados por Kaplan (2013), dicen que sin quitar importancia a las variables personales, los factores que determinan una mayor construcción de la resiliencia en los individuos, son los que están ligados a los niveles sociales y relacionales. Por tanto, se habla de conductas exitosas cuando un sujeto en un ambiente social y de interacción,

consigue su propio bienestar y el de las personas que tiene a su alrededor. Para fortificar la resiliencia en las personas, Henderson y Milstein (2003), confirman que hay que seguir unas pautas relacionadas con los contextos familiares y escolares. Todo individuo debe tener metas, las cuáles creen motivación y ofrezcan vínculos emocionales con las personas más cercanas.

La escuela en general, después de lo que engloba el ámbito familiar, es la segunda fuente transmisora de seguridad (Manciaux, 2003). De este modo, es considerada un pilar imprescindible, que reduce en los sujetos estrés y los dota de habilidades para enfrentarse a situaciones que provoquen cierta inestabilidad. Cuando un alumno vive un hecho que genera estrés o malestar en contextos ajenos a la escuela, Barudy y Marquebreucq (2006) afirman que el sujeto se aferra a ésta como un lugar dónde evadirse de sus problemas. Los maestros deben ser formados académicamente en este aspecto, ya que son los principales protagonistas de enseñar y transmitir valores a sus alumnos, generando situaciones en las cuáles los propios individuos potencien sus niveles de resiliencia a través de retos, emociones y desafíos motivacionales. (Nieto, Guerrero y Gil, 2005). Como bien dice este autor y en concordancia con Manciaux (2003), la escuela debe transmitir seguridad a los alumnos; afecto y ayuda cuando se den situaciones adversas; procurar motivarlos en sus conductas que beneficien su aprendizaje y controlar el estrés sufrido ante condiciones que lo fomenten.

Es aquí donde la actividad física entra en juego, porque tal y como explica uno de los modelos de McAuley (2006), la actividad física y una mejora en la calidad de vida están estrechamente relacionadas con los aspectos cognitivos de las personas, teniendo en cuenta factores sociales, emocionales y psicológicos. Queda patente que el bienestar de la persona en el ámbito psicológico se asocia a las actividades físicas. También está comprobado por Infante y Goñi (2015), que los sujetos tienen un autoconcepto más positivo si se lleva a cabo actividades físicas, siendo clave la edad escolar para fortalecer la autoestima de los niños. No obstante, el interés que hay por conocer la influencia que tiene la personalidad de un individuo con su aprendizaje es reciente y se debe en cierto modo, según Duarte (2003), porque varias investigaciones demuestran que un buen rendimiento escolar está estrechamente relacionado con sujetos que tienen niveles positivos en la personalidad.

3. OBJETIVOS

El objetivo general de esta investigación es:

- Conocer los niveles de resiliencia es escolares correspondientes al tercer ciclo de la etapa de Educación Primaria coligados con diferentes variables: género, edad, actividad física y rendimiento académico.

Los objetivos específicos de este estudio son:

- Describir parámetros socio-académicos, resiliencia y actividad física en escolares de tercer ciclo.
- Relacionar las dimensiones de la resiliencia con las variables de género, alumnos repetidores y actividad física.

4. MÉTODO

4.1 *Diseño y participantes*

Se trata de un estudio de investigación transversal ya que implica a un grupo de personas en un momento determinado de una sola vez, cuya finalidad es la búsqueda inmediata de información relacionada con la resiliencia. Es de carácter descriptivo y comparativo debido a la recolecta de información producida para a posteriori llevar a cabo un análisis.

El muestreo ha sido realizado a un total de 115 alumnos, los cuáles comprenden edades de entre 9 y 13 años de ambos sexos, más concretamente 48 niños (41,7%) y 67 niñas (58,3%) ,pertenecientes al 3º Ciclo de Educación Primaria. Los alumnos partícipes de este estudio pertenecen a colegios concertados y públicos distribuidos en la provincia de Granada y Málaga.

4.2. Variables e Instrumentos

Las variables de este estudio son:

- **Actividad física**, se fragmenta en SI o NO.
- **Género**, opción a señalar entre masculino y femenino.
- **Tipo de centro**, según sean centros concertados o públicos.
- **Repetidor**, con la opción SI o NO.
- **Resiliencia**, cuyo cuestionario se divide en 5 variables:
 - ✚ **Locus de control y compromiso**: ítems 4, 17, 19, 21 y 22.
 - ✚ **Desafío de conducta orientada a la Acción**: ítems 2 y 13.
 - ✚ **Autoeficacia y resistencia al malestar**: ítems 5, 7, 10, 11, 15, 16, 18, 24 y 25.
 - ✚ **Optimismo y adaptación a Situaciones Estresantes**: ítems 1, 6, 8, 12, y 14.
 - ✚ **Espiritualidad**: ítems 3, 9 y 20.

Los instrumentos empleados para la recogida de las variables son:

Para la resiliencia se utilizó “The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)” de información a los sujetos fue propuesto por Connor y Davidson (2003), que comprende 25 ítems y su valoración se lleva a cabo mediante una escala Likert de cuatro elecciones de respuesta, que se conforma desde el 1 que equivale a “Nada de Acuerdo” hasta el 4 a “Totalmente de Acuerdo”. La puntuación total puede oscilar entre 0 y 100 puntos.

Por otro lado, se entregó una hoja de registro para la obtención de información acerca de las variables de género, tipo de centro, alumnos repetidores y práctica de alguna actividad física.

4.3. Procedimiento

En primer lugar se presentó una carta permiso autorizada por la Universidad de Granada que informaba de los objetivos intencionados para poder realizar el estudio en los centros seleccionados. Seguidamente, con el consentimiento de un responsable de cada centro se facilitó el cuestionario.

Posteriormente, se reunió a los alumnos en su aula de trabajo habitual y para evitar situaciones comprometidas, se cumplimentaron los cuestionarios de forma anónima, guardando la confidencialidad de los alumnos, y procurando obtener resultados individuales y sinceros. Su realización tuvo lugar en la hora de la asignatura de Educación Física y la duración del mismo fue aproximadamente de 60 minutos. La recogida de datos tuvo lugar una vez terminados todos y cada uno de ellos, siempre con la presencia del encuestador y la persona responsable de los alumnos, en este caso el maestro de Educación Física.

El programa que se ha utilizado para la recogida de datos es IBM.SPSS Statistics Procesor versión 2.0. (Nie y Hall, 1970). Se llevó a cabo la depuración de los resultados recogidos, seleccionando aquellos que fueran válidos para a posteriori ser analizados. Para su análisis, se procedió a analizar los resultados de forma descriptivas, para después realizar una comparación entre las variables.

5. RESULTADOS

En primer lugar, se muestran los análisis descriptivos de las variables seleccionadas para esta investigación, y en segundo lugar se procederá al análisis de las variables relacionándolas entre sí

5.1. Descriptivos

En este primer apartado se procederá a describir las variables seleccionadas como objeto de estudio.

Como se puede observar en el siguiente gráfico el número de sujetos masculinos (41,7%) que han participado en este estudio es ligeramente menor a los sujetos femeninos (58,3%).

Tabla 1. Descriptivos de la variable según el sexo.

	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	48	41,7%
Femenino	67	58,3%
Total	115	100,0%

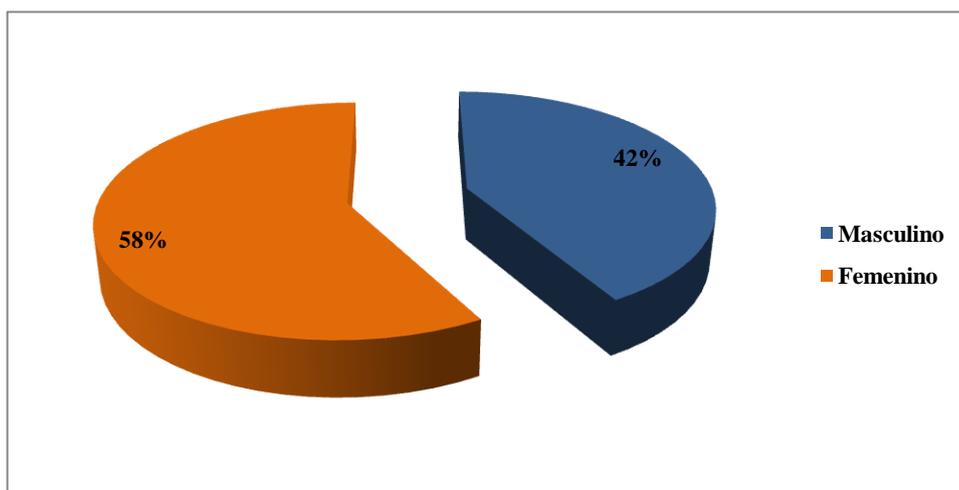


Ilustración 1. Distribución de la muestra por sexo.

Con respecto al rendimiento académico podemos apreciar que hay un número mayor de alumnos que tienen un alto rendimiento (57,4%), frente a aquellos que tienen un rendimiento normal (42,6%).

Tabla 2. Descriptivos según el rendimiento académico.

	Frecuencia	Porcentaje
Rendimiento normal	49	42,6%
Rendimiento alto	66	57,4%
Total	115	100,0%

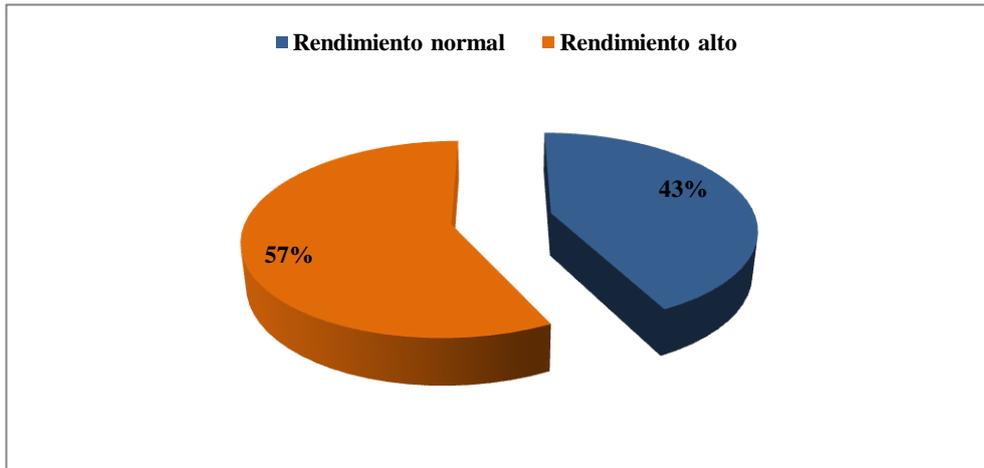


Ilustración 2. Distribución de la muestra según el rendimiento académico.

En el presente estudio encontramos un escaso número de alumnos repetidores (1,7%) en algunos de los cursos referentes a la etapa de Educación Primaria.

Tabla 3. Descriptivos según los alumnos repetidores.

	Frecuencia	Porcentaje
Si	2	1,7%
No	113	98,3%
Total	115	100,0%

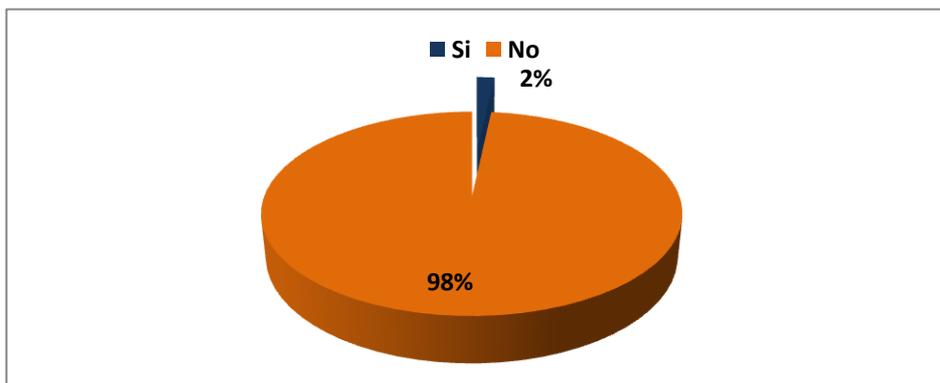


Ilustración 3. Distribución de la muestra según alumnos repetidores.

La actividad física en este estudio es una variable que comprende una favorable cantidad de alumnos que practican algún deporte o realiza ejercicios físicos fuera del horario escolar (60,9%). Sin embargo, encontramos un número elevado de alumnos que no realizan actividades físicas (39,1%).

Tabla 4. Descriptivos de la actividad física.

	Frecuencia	Porcentaje
Si	70	60,9%
No	45	39,1%
Total	115	100,0%

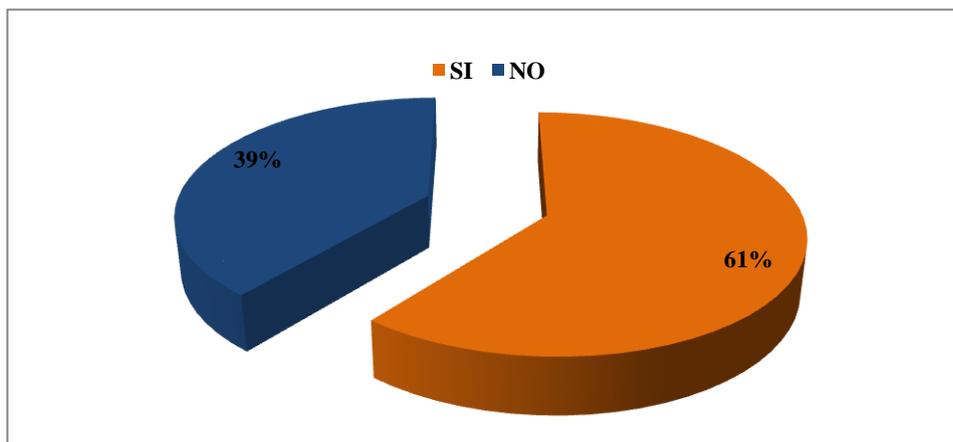


Ilustración 4. Distribución de la muestra según la actividad física.

En lo que concierne a las dimensiones de la resiliencia, observamos que las medias oscilan entre $M=2,81$, la más baja que corresponde a la espiritualidad; y $M=3,12$ la más alta, que designa al desafío de conductas orientadas a la acción.

Tabla 5. Dimensiones de la resiliencia.

	Media	Desviación típica
Locus de Control y Compromiso	2,91	,639
Desafío de Conductas Orientadas a la Acción	3,12	,742
Autoeficacia y Resistencia al Malestar	3,07	,504
Optimismo y Adaptaciones a Situaciones Estresantes	2,93	,602
Espiritualidad	2,81	,572

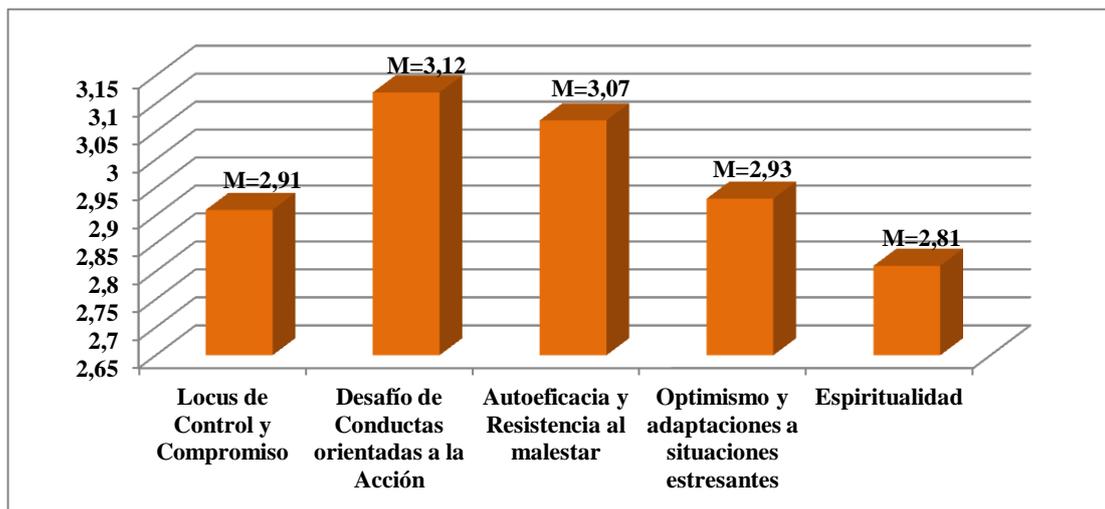


Ilustración 5. Media de las dimensiones de la resiliencia.

5.2. Comparativos

En este apartado de análisis de resultados, se llevará a cabo la relación de todo el conjunto de variables entre sí.

En lo que se refiere el rendimiento académico según el sexo, podemos apreciar que no existe una diferencia estadísticamente significativa ($p \geq 0,05$). Sin embargo, pese a que hay un mayor número de alumnos del sexo femenino (%), los chicos varones en cuanto a su cantidad, muchos de ellos tienen un alto rendimiento.

Tabla 6. Distribución del rendimiento académico según sexo.

Género	Rendimiento		Total	Sig.
	Rendimiento normal	Rendimiento alto		
Masculino	20	28	48	1,000
Femenino	29	38	67	
Total	49	64	115	

En cuanto a la relación de la práctica de actividad física con el género, no se detectan diferencias estadísticamente significativas. Sí observamos que en los alumnos varones (41,7%) más de la mitad si práctica algún tipo de actividad física (70,8%); sin embargo, en el género femenino, pese a ser una cantidad más alta (58,3%), el número de alumnas que sí practican actividad física (53,7%) se asemeja a aquellas que no practican (46,3%). Destacamos también, que según nos muestran los datos, el número de alumnos de ambos sexos, es elevado (60,9%).

Tabla 7. Distribución de actividad física según sexo.

Género		¿Practicas alguna actividad extraescolar deportiva después del colegio?			Sig.
		Si	No	Total	
Masculino	Recuento	34	14	48	0,82
	% Género	70,8%	29,2%	100,0%	
	% AF	48,6%	31,1%	41,7%	
Femenino	Recuento	36	31	67	
	% Género	53,7%	46,3%	100,0%	
	% AF	51,4%	68,9%	58,3%	
Total	Recuento	70	45	115	
	% Género	60,9%	39,1%	100,0%	
	% AF	100,0%	100,0%	100,0%	

En lo que respecta a las dimensiones de la resiliencia según el sexo no se detectan diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las cuestiones ($p \geq 0,05$). Cabe destacar, que en el sexo masculino frente al femenino, observamos que las medias son más altas en todas las dimensiones de la resiliencia salvo en la Espiritualidad, dónde los resultados son equitativos.

Tabla 8. Dimensiones de la resiliencia según sexo.

Dimensiones Resiliencia		N	Media	Desviación típica	F	Sig.
LCC	Masculino	48	3,05	,630	3,575	0,61
	Femenino	67	2,82	,633		
	Total	115	2,91	,639		
DCOA	Masculino	48	3,20	,698	1,010	0,317
	Femenino	67	3,06	,773		
	Total	115	3,12	,742		
ARM	Masculino	48	3,15	,570	2,038	0,156
	Femenino	67	3,01	,447		
	Total	115	3,07	,504		
OASE	Masculino	48	3,05	,570	3,590	0,61
	Femenino	67	2,84	,613		
	Total	115	2,93	,602		
ES	Masculino	48	2,81	,651	,000	0,989
	Femenino	67	2,81	,513		
	Total	115	2,81	,572		

En lo que se respecta a la resiliencia y la práctica de actividad física se observa que existe una diferencia estadísticamente significativa ($p < 0.05^{**}$) en todas sus variables menos en la Espiritualidad ($p.0.83$). La dimensión que presenta más diferencia ($p.0.01$) se refiere a la Autoeficacia y Resistencia al Malestar (ARM) la cual se asocia a 10 de los 25 ítems que conforman el cuestionario. Estas diferencias se producen porque aquellos sujetos que realizan algún tipo de actividad física son más resilientes en la mayoría de sus dimensiones que aquellos sujetos que no practican ninguna.

Tabla 9. Dimensiones de la resiliencia según práctica de actividad física.

Dimensiones Resiliencia		Media	Desviación típica	F	Sig.
LCC	Si	3,06	,610	9,854	,002
	No	2,69	,624		
DCOA	Si	3,29	,678	9,702	,002
	No	2,86	,771		
ARM	Si	3,19	,466	11,459	,001
	No	2,88	,507		
OASE	Si	3,02	,634	4,269	,041
	No	2,79	,525		
ES	Si	2,88	,500	3,053	,083
	No	2,69	,658		

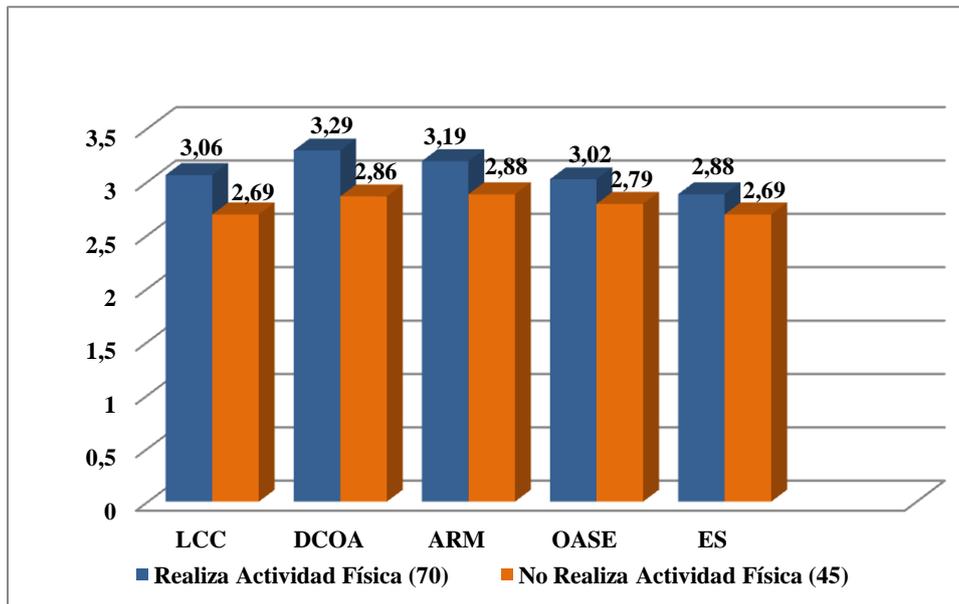


Ilustración 6. Relación de las dimensiones de la resiliencia según la práctica de actividad física.

En la relación estudiada entre las dimensiones de la resiliencia con el rendimiento académico, percibimos como no se detectan diferencias estadísticamente significativas ($p \geq 0,05$). De este modo, el rendimiento académico no depende de si los alumnos son más o menos resilientes. Observamos que tanto en Desafío de Conducta Orientada a la Acción

(M=3,18), Optimismo y Adaptaciones a Situaciones Estresantes (M=2,94) y Espiritualidad (M=2,83), las medias son más altas en los sujetos con rendimiento académico alto, mientras que Locus de Control y Compromiso (M=2,95) y Autoeficacia y Resistencia al Malestar (M=3,08), sus medias son más elevadas en los sujetos con rendimiento académico normal.

Tabla 10. Dimensiones de la resiliencia según el rendimiento académico.

		N	Media	Desviación típica	F	Sig.
LCC	R. Normal	49	2,95	,650	,282	,597
	R. Alto	66	2,89	,634		
DCOA	R. Normal	49	3,04	,846	1,126	,291
	R. Alto	66	3,18	,654		
ARM	R. Normal	49	3,08	,571	,072	,789
	R. Alto	66	3,06	,452		
OASE	R. Normal	49	2,92	,609	,031	,861
	R. Alto	66	2,94	,602		
ES	R. Normal	49	2,77	,606	,337	,563
	R. Alto	66	2,83	,549		

Respecto al rendimiento académico según la práctica extraescolar de alguna actividad física, detectamos que no hay diferencia estadísticamente significativa. Pese a no encontrarse diferencias, de los sujetos que sí realizan actividades físicas (60,9%), el 70,1% de los sujetos tienen un rendimiento académico alto.

Tabla 11. Distribución de la práctica de la actividad física según rendimiento académico.

¿Practicas alguna actividad extraescolar deportiva después del colegio?	Rendimiento			Total	Sig.
	Rendimiento normal	Rendimiento alto			
Si	28	42	70	0,563	
No	21	24	67		
Total	49	66	115		

Si comparamos el rendimiento académico con los alumnos repetidores de algún curso, vemos que no existen diferencias estadísticamente significativas ($p \geq 0,05$). En cierto modo, la cantidad tan baja de alumnos repetidores puede significar una insuficiente validez

de los resultados, pese a que los dos sujetos que han repetido curso se encuentran con un rendimiento académico normal.

Tabla 12. Distribución alumnos repetidores según rendimiento académico.

Rendimiento				
Repetidor	Rendimiento normal	Rendimiento alto	Total	Sig.
Si	2	0	2	0,179
No	47	66	113	
Total	49	66	115	

Cuando comparamos la resiliencia con los sujetos repetidores de algún curso, podemos apreciar que no existe diferencia estadísticamente significativa.

Tabla 13. Dimensiones de la resiliencia según alumnos repetidores.

		N	Media	Desviación típica	F	Sig.
LCC	Si	2	3,50	,424	1,694	,196
	No	113	2,90	,639		
DCOA	Si	2	3,25	1,060	,056	,813
	No	113	3,12	,742		
ARM	Si	2	3,22	,471	,181	,672
	No	113	3,06	,506		
OASE	Si	2	3,10	,424	,153	,696
	No	113	2,93	,606		
ES	Si	2	2,66	,000	,129	,720
	No	113	2,81	,577		

6. DISCUSIÓN

En esta investigación ha sido realizada sobre 115 escolares de diferentes escuelas de Educación Primaria, correspondientes al tercer ciclo, con el propósito de conocer sus puntuaciones de resiliencia y comprobar si existen diferencias en relación con las variables: género, actividad física, rendimiento académico y alumnos repetidores. También, se determina la importancia de trabajar las dimensiones de la resiliencia para mejorar el rendimiento académico y deportivo. Varios estudios que siguen líneas de

investigación similares obtuvieron datos semejantes como los elaborados por Martin-Krumm, Sarrazin, Peterson y Famose (2003); Ruíz (2012); Morgan, Fletcher y Sarkar (2013).

Los datos analizados en el apartado de resultados indican que un gran porcentaje de sujetos presentan capacidades resilientes en casi todas las dimensiones, siendo el desafío de conductas orientadas a la acción la media más alta. En investigaciones realizadas por Bernard (1996), los resultados concuerdan con este estudio, lo que puede sugerir que los sujetos de corta edad, tienen particularidades comunes con respecto a la capacidad resiliente, lo que se puede llegar a entender como que la capacidad resiliente resulta algo innato.

En base a este estudio, en lo que se corresponde a las diferencias en las dimensiones de la resiliencia según el género no se detectaron desajustes entre mujeres y hombres en relación con la resiliencia y puede deberse a que en la educación actual, las escuelas trabajan y educan de forma igualitaria y dotando a los alumnos de ambos sexos, de responsabilidades y resolución de problemas que evitan la discriminación. Gonzalez-Arratia y Zavala (2008), ya revelaron que las discrepancias entre hombres y mujeres pueden encontrarse en función de la persona, dependiendo del camino que elijan para ser más o menos resilientes. Pese a los estudios que demuestran que no existen diferencias según el sexo en relación con la resiliencia, es importante seguir analizando estas variables con el propósito de asegurar que estos resultados son ciertos y fiables. Cabe destacar, que Prado y Del Águila (2003) crean controversias frente a este estudio ya que sus resultados afirman de la existencia de diferencias significativas a favor del género femenino. Del Águila Y Álvarez (2003) vuelve a determinar que en base a sus estudios realizados, y que difiere en gran parte al presente estudio, el género femenino obtiene un mayor porcentaje de resiliencia. La relación entre estas dos variables supone un motivo de investigación más profunda ya que encontramos diferentes resultados. Si buscamos más información para encontrar similitud con nuestro estudio, seguimos observando contrariedad, como por ejemplo la teoría de Grotberg (1996), que sostiene que sí existen diferencias entre mujeres y hombres, ya que el género femenino tiende a apoyarse con más facilidad a sus más allegados, mientras que el género masculino prevalece la personalidad inhibida y con dificultades para comunicarse.

Los datos descriptivos analizados en este estudio muestran que muchos de los sujetos tienen un alto rendimiento escolar. La resiliencia es una variable ligada al rendimiento escolar, y por tanto influye de manera positiva en el sujeto. Los estudios realizados por Werner y Smith (1992) confirman que los alumnos más resilientes, en la escuela tienen más facilidades para relacionarse con los demás, tienden a resolver diversos problemas que se le presentan con más ventaja y son capaces de proponerse objetivos. Resulta interesante que estos objetivos dentro la escuela, como ya indicó también Silas y Carlos (2008) sugieren para el alumno un camino para desenvolverse socialmente. También indican González-Arratia y Valdez (2006) que los individuos con capacidad resiliente sacan provecho de los recursos y las posibilidades que se ofrecen en su contexto, optimizando así su rendimiento escolar. Por otra parte, una de las características de la resiliencia es la autoestima (Melillo, Estamatti y Cuestas 2001), y según aclaran Gracia, Ochoa y Carbonell (1988), un sujeto que fracasa continuamente en el ámbito académico, disminuye su autoestima, y por tanto, su capacidad resiliente. Puede resultar, que la minoría de individuos que tienen un rendimiento normal y no practican actividad física, presenten insuficiencia en las dimensiones de resiliencia y una baja autoestima.

Dónde sí se han observado diferencias significativas es en la relación de la actividad física y resiliencia. La relación entre estas dos variables resulta interesante ya que podemos comprobar que el deporte influye positivamente en los sujetos con respecto a las capacidades resilientes. Efectivamente, si profundizamos en este tema se puede observar como existen investigaciones similares que afirman que aquellos sujetos que realizan actividad física, muestran altos niveles de atención y aprendizaje (Tremblay, Inman, y Willms, 2000). Otra característica de la resiliencia, como bien indica Melillo (2008) es el autoconcepto; una variable importante que se refiere al pensamiento que tiene un individuo de sí mismo. Los escolares que practican actividad física tienden a tener un mejor autoconcepto; siendo el general más importante para los chicos y el académico más relevante para las chicas (Padilla-Carmona, García-Gómez y Suárez-Ortega, 2010). No obstante, pese a no encontrar diferencias, observamos relación en las teorías anteriores con nuestro presente estudio ya que apreciamos como la actividad física influye de manera positiva en el rendimiento académico.

En lo que concierne a la variable de alumnos repetidores, no existen suficientes datos que afiancen la influencia que tienen en relación a las demás variables estudiadas. No obstante, encontramos estudios que afirman que el rendimiento académico y la resiliencia están estrechamente ligados con la repetición o no de algún curso. Los escolares no repetidores tienen un perfil más motivador y seguro, siguiendo un trayecto más estable (Creemers y Kyriakides, 2008).

7. CONCLUSIONES

De la presente investigación se extra en las siguientes conclusiones:

- Seis de cada diez alumnos pertenecen al sexo femenino, únicamente dos alumnos serán repetidores, más de la mitad tenían un rendimiento académico alto y practicaban actividad física regular; en cuanto a la resiliencia las dimensiones que presentan niveles más altos se corresponde con el desafío de conductas orientadas a la acción, autoeficacia y resistencia al malestar y optimismo y adaptaciones a situaciones estresantes; mientras que los niveles más bajos se relacionan con el locus de control y compromiso y espiritualidad.
- Las puntuaciones de resiliencia más altas se dieron en aquellos sujetos que practican algún tipo de actividad física en horario extraescolar. Los varones tienen niveles de resiliencia más altos que las chicas en todas las dimensiones. Únicamente en la dimensión de la Espiritualidad obtienen cifras similares.

8. LIMITACIONES

Conforme se ha ido realizando la investigación se han encontrado algunas limitaciones, como por ejemplo:

- Al realizar el muestreo, no se obtuvieron datos suficientes de alumnos repetidores para poder afianzar el estudio a la hora de compararlas demás variables.
- La depuración de datos suprimió una cantidad favorable de individuos debido a que los cuestionarios no estaban realizados de forma lógica y sincera.

- El tamaño de la muestra ha sido bastante reducido por lo que los datos son insuficientes.

9. LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN

Las perspectivas futuras de investigación que puede tener este estudio son principalmente:

- Realizar un estudio más amplio intentado recoger datos de escolares del segundo ciclo de Primaria para así comparar las variables con diferentes edades.
- Recoger datos de escolares de diferentes ciudades y nacionalidades para comprobar si existen diferencias con respecto al aspecto socio-demográfico.
- Sería importante añadir variables de estudio como por ejemplo el autoconcepto, debido a la estrecha relación que tiene con el rendimiento académico y la resiliencia.

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, L. Y. y Cáceres, L. (2010). Resiliencia, rendimiento académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de Bucaramanga (Colombia). *Psicología Iberoamericana*, 18(2), 37-46.
- Álvarez, R. P., y del Águila, M. (2003). Diferencia en la resiliencia según género y nivel socioeconómico en adolescentes. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, (6), 179-196.
- Arciniega, J. (2015). Resiliencia y Envejecimiento. *European Journal of investigation in health, psychology and education*, 4(2), 67-77.
- Arratia, G. N., Valdés-Medina, J., Zavala, Y. (2008) Resiliencia en Adolescentes Mexicanos. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 41-52.
- Barudy, J. y Marquebreucq, A-P. (2006). *Hijas e hijos de madres resilientes*. Barcelona: Gedisa.
- Bissonnette, M. (1998). *Optimism, hardiness, and resiliency: A review of the literature*. Prepared for the Child and Family Partnership Project (documento en www. Recuperado el día 12 de agosto de 2004).
- Broche, Y., Diago, C y Herrera, L.F. (2012) Características resilientes en jóvenes deportistas y sus pares de la Universidad central «Marta Abreu» de Las Villas. *Revistas de la Facultad de Psicología Universidad Cooperativa de Colombia*, 8(14), 10-18.
- Brooks, R. y Goldstein, S. (2004). El poder de la resiliencia. *Cómo lograr equilibrio, la seguridad y la fuerza interior necesarios para vivir en paz*. Barcelona: Editorial Paidós.
- Carbonell, A. E., Ochoa, G. M. y Gracia, E. (1988). Capítulo 8: ESTEREOTIPOS SEXUALES Y ROLES SOCIALES. *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género* (pp. 205-225).

- Casillas, S. y Carlos, J. (2008). ¿Por qué Miriam si va a la escuela? Resiliencia en la educación básica mexicana. *Revista mexicana de investigación educativa*, 13(39), 1255-1279.
- Crespo, M., Fernández-Lansac, V., y Soberón, C. (2014). Adaptación española de la “Escala de resiliencia de Connor-Davidson” (CD-RISC) en situaciones de estrés crónico. *Psicología Conductual*, 22(2), 219.
- Del Aguila, M. (2003). *Niveles de resiliencia en adolescentes según género y nivel socioeconómico*. Tesis doctoral: Universidad Femenina Sagrado Corazón, Lima, Perú.
- Duarte, D. (2003). Ambientes de aprendizaje: una aproximación conceptual. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, (29), 97-113.
- Goñi, E., & Infante, G. (2015). Actividad físico-deportiva, autoconcepto físico y satisfacción con la vida. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2).
- Grotberg, E. (2001). *Nuevas tendencias en resiliencia. Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós.
- Guerrero, E., Nieto, L. J. B., & Gil, N. (2005). El dominio afectivo en el aprendizaje de las Matemáticas. Una revisión de sus descriptores básicos. *Unión: revista iberoamericana de educación matemática*, (2), 15-32.
- Henderson, N., y Milstein, M. M. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires: Paidós.
- Kotliarenco, M., Cáceres, I. Y Fontenilla, M. (1997). *Estado del Arte en Resiliencia*. Washington D.C.: Organización Panamericana de la Salud.
- Kyriakides, L., y Creemers, B. P. (2008). Using a multidimensional approach to measure the impact of classroom-level factors upon student achievement: A study testing the validity of the dynamic model. *School Effectiveness and School Improvement*, 19(2), 183-205.
- Manciaux, M. (2003). *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Gedisa.
- Melillo, A., Estamatti, M. y Cuestas, A. (2001). *Resiliencia, descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós.

- Melillo, A., Suárez, E. N. y Rodríguez, D. (2008). *Resiliencia y Subjetividad. Los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós.
- Padilla-Carmona, M. T., García-Gómez, S. y Suárez-Ortega, M. (2010). Diferencias de género en el autoconcepto general y académico de estudiantes de 4^a de ESO. *Revista de educación*, (352), 495-515.
- Prado, R. Y Del Aguila, M. (2003). Diferencia en la resiliencia según género y nivel socioeconómico. *Persona*, 6, 179-196.
- Tremblay, M. S., Inman, J. W. y Willms. J.D. (2000). The relationships between physical activity, self-esteem and academic achievement in 12-year-old children. *Pediatric exercise science*, 12(3), 312-323.
- Truffino, J. C. (2010). Resiliencia: una aproximación al concepto. *Revista de Psiquiatría y Salud mental*, 3(4), 145-151.
- Uriarte, J. D. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica* 10(2) 61-80.
- Uriarte, J. D. (2006). Construir la resiliencia en la escuela. *Revista de psicodidáctica*, 11(1), 7-24.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Cornell University Press.
- Wolf, S. (1995). The concept of resilience. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 29, 565-574.

11. ANEXOS

Anexo 1.



ugr | Universidad
de Granada

Granada a 23 de febrero de 2016

A/A del Sr/a Director/a del Centro:

Estimado Director/a:

Desde el Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Granada, se están realizando un conjunto de estudios, encaminados al conocimiento de los hábitos saludables para su control y mejora en el ámbito de la actividad física en el alumnado de Primaria; en estos momentos estamos centrados en conocer el estado de satisfacción, autoestima, motivación y preferencias físico-deportivas de centros educativos de Granada.

El motivo por el que nos dirigimos a Vd. es para solicitar la colaboración de su Centro, los datos que necesitamos analizar entre los alumnos/as, serán obtenidos a través de cuestionarios de tipo sociodemográfico, psicosociales y físico-saludables, que analizarán los climas motivacionales que se perciben en el alumnado hacia la Educación Física. Hemos de decir que todos los documentos son totalmente anónimos y los datos serán tratados únicamente por el equipo investigador, sin causar el menor riesgo para el alumno/a. No obstante ante cualquier duda o necesidad de aclarar más información quedamos a su entera disposición. La toma de datos no pasará de unos 15 minutos, por lo que agradeceríamos su cooperación en este proyecto.

Los trabajos serán coordinados por el profesor _____ (Universidad de Granada).

Los resultados obtenidos de este trabajo serán analizados durante el curso y la difusión de los mismos les será entregada en el momento de su discusión y posterior publicación.

Agradeciendo de antemano su colaboración, les saluda atentamente.

Facultad de Ciencias de la Educación
Campus de Cartuja s/n
18071 Granada
Tlf.: 958 24 39 54
Fax: 958 24 90 53
Correo Electrónico: dexpremu@ugr.es

Departamento de Didáctica de la
Expresión Musical, Plástica y Corporal

Anexo 2.

CUESTIONARIO SOCIODEMOGRÁFICO

Estimado deportista, te agradecemos que quieras colaborar con nosotros en esta investigación sobre aspectos generales relacionados con cuestiones deportivas. Con tus respuestas nos va a ayudar a entender mejor como afrontar determinadas conductas y comportamientos y así planificar mejor la formación en este sentido.

En este cuestionario no existen respuestas correctas o incorrectas. Tan solo queremos conocer tu opinión. Te pedimos por ello que, antes de contestar, leas detenidamente las preguntas, e indicarte que este test es totalmente anónimo y los resultados únicamente serán tratados por el equipo investigador.

¡Muchas gracias por tu dedicarnos tu tiempo y colaboración!

I. DATOS PERSONALES-DEPORTIVOS

Edad		Género	Masculino	Club	
			Femenino		
Peso			Altura		

Anexo 3.

CD- RISC. ESCALA DE RESILIENCIA

Instrucciones: Marque con una **X**, la opción que indique de mejor manera como se siente ante los siguientes supuestos que usted vive, siendo **0 “Nada de acuerdo”** y **4 “Totalmente de Acuerdo”**.

	Nada de Acuerdo	Casi de Acuerdo	De Acuerdo	Totalmente de Acuerdo
1. Soy capaz de adaptarme cuando ocurren cambios				
2. Tengo al menos una relación íntima y segura				
3. Cuando no hay soluciones claras a mis problemas, a veces la suerte o Dios pueden ayudarme				
4. Puedo enfrentarme a cualquier cosa que se me presente				
5. Los éxitos del pasado me dan confianza para enfrentarme con nuevos retos y dificultades				
6. Intento ver el lado divertido de las cosas cuando me enfrento con problemas				
7. Enfrentarme a dificultades puede hacerme más fuerte				
8. Tengo tendencia a recuperarme pronto tras enfermedades, heridas o adversidades				
9. Bueno o malo creo que la mayoría de las cosas ocurren por alguna razón				
10. Siempre me esfuerzo sin importar cuál es el resultado				
11. Creo que puedo lograr mis objetivos incluso si hay obstáculos				
12. No me doy por vencido a pesar de que las cosas no parezcan tener solución				
13. Durante los momentos de angustia se donde puedo buscar ayuda				
14. Bajo presión me siento y pienso claramente				
15. Prefiero intentar solucionar las cosas por mi mismo a dejar que otros tomen todas las decisiones				
16. No me desanimo fácilmente con el fracaso				



- | | | | |
|---|--|--|--|
| 17. Creo que soy una persona fuerte cuando me enfrento a los retos y las dificultades de la vida | | | |
| 18. Puedo tomar decisiones no populares o difíciles que afectan a otras personas, si es necesario | | | |
| 19. Soy capaz de manejar sentimientos desagradables y dolorosos como tristeza, amor, enfado | | | |
| 20. Al enfrentarme a los problemas y dificultades de la vida, a veces actúo por un presentimiento sin saber por qué | | | |
| 21. Tengo muy claro lo que quiero en la vida | | | |
| 22. Siento que controlo mi vida | | | |
| 23. Me gustan los retos | | | |
| 24. Trabajo para conseguir mis objetivos sin importar las dificultades que encuentro en el camino | | | |
| 25. Estoy muy orgulloso de mis logros | | | |