



# Revisión sistemática sobre la resiliencia como factor influyente en el transcurso de la etapa adolescente

(E) *Systematic review of resilience as an influential factor in the course of the adolescent stage*

(P) *Revisão sistemática sobre a resiliência como fator influente durante o estágio adolescente*

Espejo-Garcés, Tamara.<sup>1</sup>; Lozano-Sánchez, Antonio. M.<sup>2</sup>; Fernández-Revelles, Andrés. B.<sup>3</sup>

## Resumen

**Introducción:** La resiliencia se identifica como el proceso por el cual se produce una mejora y crecimiento personal debido a la superación de situaciones y dificultades estresantes. Se desarrolla y se adquiere en base al desarrollo personal, fruto de procesos sociales, psicológicos, externos e internos. **Objetivos:** El presente estudio se plantea como objetivo realizar una revisión sistemática sobre la resiliencia, su conceptualización, tratamiento y su alcance en la etapa adolescente. **Material y métodos:** Se utilizaron las bases de datos Web of Science y Scopus. Como descriptores de búsqueda de incluyeron tanto en castellano como en inglés siendo “resiliencia”, “adolescentes” y “educación”, y estableciéndose un rango desde 2007 hasta 2017. **Resultados y discusión:** Se encontraron un total de 347 documentos, repartidos en 231 en Web of Science y 116 en Scopus, resultando la muestra de esta revisión 20 artículos científicos como aquellos afines a la finalidad planteada. Tras la revisión analizada se plantea la necesidad de llevar el trabajo y concienciación de la importancia de la resiliencia para el correcto desarrollo y resolución de problemas y situaciones planteadas en la vida diaria, de forma que las familias y la escuela presentan un papel fundamental para este objetivo. **Conclusiones:** Es esencial el conocimiento de los factores señalados con anterioridad para promover la resiliencia entre los más jóvenes.

**Palabras clave:** Resiliencia; adolescentes; educación; revisión.

## Abstract

**Introduction:** Resilience is identified as the process by which personal improvement and growth occurs due to the overcoming of stressful situations and difficulties. It is developed and acquired based on personal development, the result of social, psychological, external and internal processes. **Objectives:** This study aims to conduct a systematic review of resilience, its conceptualization, treatment and its scope in the adolescent stage. **Material and methods:** The bibliographic search was carried out through the Web of Science and Scopus. As search descriptors, they included both Spanish and English being "resilience", "adolescents" and "education", and establishing a range from 2007 to 2017. **Results and discussion:** A total of 347 documents were found, distributed in 231 in Web of Science and 116 in Scopus, resulting in the sample of this review 20 scientific articles as those related to the proposed purpose. **Discussion and conclusions:** After the review analyzed, the need to carry out the work and awareness of the importance of resilience for the correct development and resolution of problems and situations raised in daily life, so that families and the school present a fundamental role for this objective, being essential the knowledge of the factors indicated previously to promote resilience among the youngest.

**Keywords:** Resilience; adolescents; education; review.

**Tip:** Review- **Section:** Miscellany

Author's number for correspondence: 1 - Sent: 11/10/2017; Accepted: 24/10/2017

<sup>1</sup>Departamento de Didáctica. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Cádiz, España. tamara.espejo@uca.es, ORCID <https://orcid.org/0000-0003-0363-7464>

<sup>2</sup>Grupo de Investigación HUM-238. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada, España. amlozano95@correo.ugr.es, ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3388-8889>

<sup>3</sup>Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada, España. abfr@ugr.es, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-8089-650X>

## Resumo

**Introdução:** Introdução: a resiliência é identificada como o processo pelo qual a melhoria e o crescimento pessoal ocorrem devido à superação de situações e dificuldades estressantes. É desenvolvido e adquirido com base no desenvolvimento pessoal, resultado de processos sociais, psicológicos, externos e internos. Objetivos: Este estudo tem como objetivo realizar uma revisão sistemática da resiliência, sua conceituação, tratamento e seu escopo na fase adolescente. Material e métodos: a busca bibliográfica foi realizada através dos portais Web of Science e Scopus. Como descritores de pesquisa, eles incluíam espanhol e inglês como "resiliência", "adolescentes" e "educação", e estabelecendo um intervalo de 2007 a 2017. Resultados: Foram encontrados 347 documentos, distribuídos em 231 na Web de Ciência e 116 em Scopus, resultando na amostra desta revisão 20 artigos científicos como aqueles relacionados ao propósito proposto. Discussão e conclusões: após a análise analisada, a necessidade de realizar o trabalho e a conscientização sobre a importância da resiliência para o desenvolvimento correto e resolução de problemas e situações levantadas no cotidiano, para que as famílias e a escola apresentem um papel fundamental para este objetivo, sendo essencial o conhecimento dos fatores indicados anteriormente para promover a resiliência entre os mais jovens.

**Palavras-chave:** Resiliência; adolescentes; educação; revisão.

## I. Introduction / Introducción

La resiliencia se identifica como un término bastante reciente, resultando laboriosa y diversa su delimitación conceptual y tipos de estudio desarrollados. Se define la resiliencia como el proceso por el cual se produce una mejora y crecimiento personal debido a la superación de situaciones y dificultades estresantes. Por otro lado, García-Vesga y Domínguez-de la Ossa (2013) señalan la resiliencia como actitud de protección y respuestas positivas que fortifican al sujeto frente a escenarios de riesgo que se suceden a lo largo de la vida.

Así mismo, Cabanyes (2010) destacan como el conjunto de habilidades que forman a una persona resiliente les permiten de una forma saludable se adapte a un entorno adverso y/o disruptivo.

Se señala como características principales de la resiliencia su modificación con el paso del tiempo, donde el proceso se amplía, siendo distinto y único para cada persona (Aldwen, Shutton y Lachman, 1996). Del mismo modo, Gordon (1996) indicaba la resiliencia como un proceso a largo plazo, donde las manifestaciones del mismo son cambiantes, provocando otras necesidades más complejas y diversas. Resaltando que la resiliencia no consiste en una habilidad innata sino en un constructo que se desarrolla y se adquiere en base al desarrollo personal, fruto de procesos sociales, psicológicos, externos e internos (Hosseini y Besharat, 2010; Fletcher y Sarkar, 2012). Es atendiendo a ello, por lo que se considera la resiliencia como una capacidad multifactorial que contiene aspectos psicológicos y de estructura personal (García-Secades, Molinero, Ruíz-Barquín, Salguero, De la Vega y Márquez, 2014).

Se recogen en los fundamentos más teóricos sobre el estudio de la resiliencia la existencia de dos componentes importantes en su conceptualización, siendo los factores de riesgo y vulnerabilidad por un lado, tales como la depresión, el estrés percibido, la ansiedad, los afectos negativos, entre otros (Lee, et al. 2013). Por otro lado, los factores de protección, definidos como las características que originan la adaptación, son el nivel de satisfacción con la vida, el optimismo, la autoestima, el apoyo social, los afectos positivos, la autoeficacia, entre otros (Valentine, Pigott y Rothstein, 2010; White, Driver y Warren, 2010; Wilks y Spivey, 2010).

Retornando a la referencia de la resiliencia como un proceso se destaca las siguientes etapas del mismo, comenzando con el equilibrio con el que se enfrenta a la tensión, tras el compromiso y el desafío, seguido de la superación, el significado y la valoración a posterior, logrando un estado de positividad, responsabilidad y creatividad para conseguir superar con éxito dicha situación adversa (Valdivia, 2016). Girando en este sentido, en torno a dos focos, la resiliencia se encuentra en primer lugar con una exposición de riesgo o adversidad, señalada como aquellas condiciones o factores hacia debemos enfrentarnos, ya sean únicas y puntuales o un cúmulo de sucesos vitales. Y en segundo lugar, en finalización del proceso, el logro de una readaptación positiva, haciendo referencia a aquel funcionamiento normal sin asociación a un trauma, patología o síntomas negativos en la realización de las diversas tareas cotidianas (Luthar y Cichetti, 2000).

Finalmente señalar los diversos tipos o modalidades planteadas en los estudios sobre la resiliencia, pues de ellos se recogen asimismo los ámbitos y alcance de dicha capacidad y proceso llevado a cabo en la persona y personalidad de la misma. Se recoge la resiliencia psicológica como el conjunto de rasgos personales, de respuesta y/o conductas de afrontamiento que permiten la gestión de una forma adecuada y exitosa frente a los cambios estresantes, adversos y/o inesperados presentados a lo largo de la vida. La resiliencia familiar surgida de la interacción entre los miembros de la familia por la cual se establecen estilos de organización, creencias, recursos y limitaciones internas que se aplican en las situaciones fuera de este contexto. La resiliencia comunitaria, hace reseña a un conjunto de disposiciones, valores y movilizaciones de una población que les permite enfrentarse de forma colectiva a crisis, desastres naturales, daños sociales, entre otros, con una imagen fuerte y de cohesión grupal. Y por último, la resiliencia espiritual entendida como la

capacidad de afrontar situaciones adversas sin presentar síntomas de tipo patológico o disminución de las capacidades vitales espirituales, mentales o corpóreas sino en la medida de lo posible logran un fortalecimiento de las mismas (Rutter, 2007; Dugal 2009).

Tal como recoge García-Vesga y Domínguez-de la Ossa (2013) el estudio sobre la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas, hace referencia al ámbito familiar, comunitario, institucional e individual como aquellos espacios de aplicación de programas. De esta manera, la resiliencia ha sido estudiada en población infantil (Rios, 2000), en adolescentes (Olsson, Bond, Burns, Vella-Brodrick y Sawyer, 2003; Xiao-Nan, Lau, Mak, Zhang, Lui y Zhang, 2011) y adultos mayores (Lamond, Depp, Allison, Langer, Reichstadt y Moore, 2008).

## II. Methods / Material y métodos

### Procedimiento

Atendiendo al tratamiento que conlleva una revisión sistemática se consideran estudios de investigación empírica y revisión de la literatura sobre la resiliencia, su conceptualización, tratamiento y su alcance en la etapa adolescente. La búsqueda bibliográfica se ha realizado mediante los portales Web of Science y Scopus. Como descriptores de búsqueda de incluyeron tanto en castellano como en inglés siendo “resiliencia”, “adolescentes” y “educación”, además se emplearon los operadores booleanos “and” y “or”. Asimismo se delimito la franja temporal de dichas publicaciones, estableciéndose un rango desde 2007 hasta 2017. La búsqueda se refinó considerando aquellos documentos publicados en “Social Sciences Citation Index (SSCI)” y como área de investigación las “Social Sciences”. Se encontraron un total de 347 documentos, repartidos en 231 en Web of Science y 116 en Scopus, siendo de tipo artículo o revisión, quedaron excluidos artículos con sólo resúmenes publicados, ponencias, comunicaciones y tesis doctorales.

Tras la búsqueda y aplicación de los criterios de inclusión señalados anteriormente, se realizó una primera lectura de los resúmenes de la población y posteriormente una lectura sistemática de cada uno de ellos. De este modo, quedaron eliminados un total de 327 documentos mediante criterios de conceptualización, metodología y estadística.

## III. Results / Resultados

### Datos de los estudios seleccionados

La población de este estudio se corresponde a 327 documentos, extraídos de la Web of Science (WOS) y Scopus, resultando la muestra de esta revisión 20 artículos científicos como aquellos afines a la finalidad planteada.

La muestra de esta revisión cuenta con una participación muestral total de 9045, tal como se observa en lo recogido en la Tabla 1. Para la extracción de los datos, se ha llevado a cabo como proceso de codificación el siguiente: (1) autor/es; (2) año de publicación; (3) tipo de estudio; (4) lugar; (5) concepto clave; (6) instrumento utilizado.

En la siguiente tabla se recoge los principales trabajos de investigación de gran relevancia para esta revisión (Tabla 1).

Tabla 1. Relación de documentos afines para la revisión sistemática

<p><b>Espejo-Garcés, T.; Lozano-Sánchez, A. M.; Fernández-Revelles, A. B. (2017).</b> Revisión sistemática sobre la resiliencia como factor influyente en el transcurso de la etapa adolescente. <i>ESHPA - Education, Sport, Health and Physical Activity</i>. 1(1): 32-40. doi: <a href="http://hdl.handle.net/10481/48960">http://hdl.handle.net/10481/48960</a>  <b>ESHPA - Education, Sport, Health and Physical Activity - ISSN: 2603-6789</b></p>
--

Autor/es	Año	Tipo de estudio	Muestra	Lugar	Conceptos afines	Instrumento
Ritchie, Wabano, Russell, Enosse y Young	2014	Transversal	73	Canada	R/AD	RS-14
Jefferis y Theron	2017	Transversal	28	Thabo Mofutsanyana	R/AD	-
Shepherd, Reynolds y Moran	2014	Fenomenológico	6	-	R/AD	Questions
Hodder, Freund, Wolfenden, Bowman, Nepal, Dray, Kingsland, Yoong y Wiggers	2017	Revisión	-	Australia	R	-
Moreno, Zomeño, Ruiz y Cervello	2013	Transversal	819	Murcia, España	AD	SMS
García-Vesga y Domínguez-de la Ossa	2013	Revisión	-	Colombia	R	-
Shehu y Mokgwathi	2008	Transversal	1800	Botswana	R/AD	Resilience Scale
Leventhal, DeMaria, Gillham, Andrew, Peabody y Leventhal	2016	Programa intervención	3000	Bihar, India	R	RC
Santilli, Ginvra, Sgaramella, Nota, Ferrari y Soresi	2017	Revisión	-	Padova, Italia	R	Design My Future
Mampane	2014	Transversal	291	Pretoria, Sudáfrica	R/AD	R-MATS
Scarf, Hayhurst, Riordan, Boyes, Ruffman y Hunter	2017	Programa AEP	180	New Zealand	R/AD	Resilience Scale
Fan, Zhou, Cheung, Zhang y Zhou	2016	Transversal	602	China	R	Resilience Scale
Véronneau, Fosco, Racer y Dishion	2014	Transversal	997	EEUU	AD	-
Ahorlu, Pfeiffer y Obrist	2015	Transversal	820	Ghana	R/AD	-
Cunningham y Swanson	2010	Transversal	206	EEUU	R/AD	Live Events Questionnaire
Brown	2015	Revisión	-	New Zealand	R	-
Mays, Donze, Mosher, Heinly, Shad y Tereyak	2011	Programa Intervención	75	EEUU	R	SHREP
Cabanyes	2010	Revisión	-	España	R	-
Zurita, Zafra, Valdivia, Rodríguez, Castro y Muros	2017	Transversal	148	Chile	R	CD-RISC
Piña-López	2015	Revisión	-	México	R	-

\* Resiliencia (R)

\*\* Adolescentes (AD)

### Evolución de la producción científica

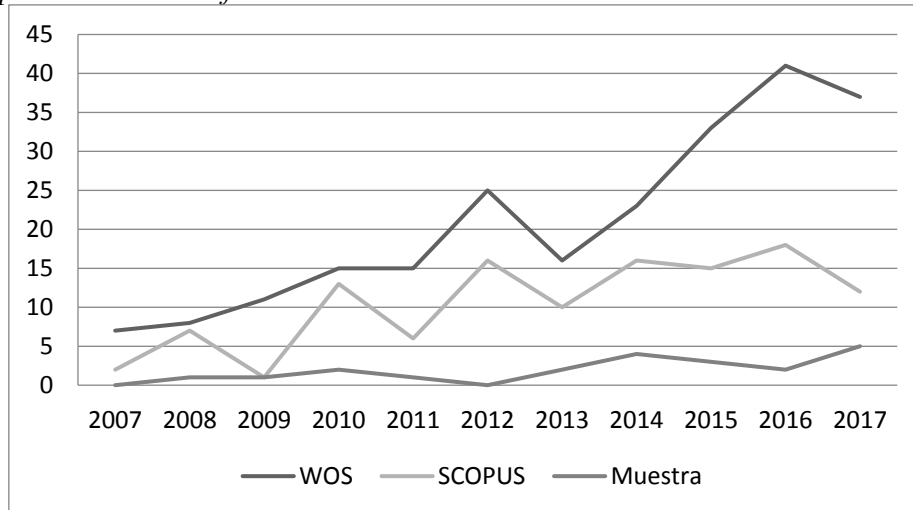


Figura 1. Distribución de las publicaciones de 2007 a 2017.

## IV. Discusión y Conclusiones

Tras la revisión analizada se puede señalar el campo de la psicología como aquel de donde proviene el término resiliencia, señalándose para describir las habilidades de las personas para enfrentarse a la realidad. Consiste en el proceso de hacer frente a la adversidad, recuperando el equilibrio y superando las consecuencias de los posibles cambios producidos en las diversas situaciones o sucesos negativos que se dan a lo largo de la vida (Jefferis y Theron, 2017; Santilli, et al., 2017; Scarf, et al., 2017)

Se concluye que las personas tienen la capacidad de desarrollar habilidades para afrontar de forma positiva y eficaz los posibles problemas y traumas que se producen de situaciones imprevistas y dañinas para la salud y bienestar de la persona (Brown, 2015; Piña-López, 2015). Por lo que de forma generalizada, se plantea la idea de habilidad o proceso para la resiliencia y no de un resultado, así como la característica base de adaptación positiva a diversos entornos frente a la de estabilidad sencillamente (Hodder, et al., 2017).

Tal y como recogen García-Secades, et al. (2014) se confirma que aquellos sujetos con un nivel alto de resiliencia superan con éxito una situación de estrés de forma más notable que aquellos que presentan un nivel más bajo de esta capacidad.

En cuanto al estudio de los factores de riesgo se destaca una relación más dinámica entre los síntomas depresivos y la resiliencia, que aquella localizada entre esta última y los síntomas de ansiedad (Lee et al., 2013). En la misma línea, se destaca la resiliencia como un elemento fundamental para la mejora de la ansiedad y de la recuperación. Siguiendo con el análisis de los factores protectores y de riesgo expuestos por García-Secades, et al. (2014) se plantea la necesidad de estudio de los factores de vulnerabilidad que logran multiplicar los efectos negativos más que la focalización en los factores protectores que consiguen reducir las influencias, contribuyendo de esta forma a lograr un resultado más positivo.

En base a la etapa adolescente, es considerada como el periodo donde se configura la personalidad, pues el individuo experimenta numerosas situaciones teniendo mucho sentido la importancia de la resiliencia a estas edades como la capacidad de afrontarlas de manera que no se asienten en la persona problemas psicológicos o traumas que se prolonguen a lo largo de la vida (Moreno, et al., 2013; Ritchie, et al., 2014).

Es destacada la escuela como un espacio vital para implementar programas que contribuyan a la mejora de la calidad de vida de los escolares y el desarrollo integral de los mismos, de modo que son diversos los resultados positivos obtenidos en intervenciones sobre la resiliencia como capacidad para reducir el uso de sustancias nocivas (Hodder, et al., 2017), favorecedora de actividad física y deporte (Chacón, Castro, Espejo y Zurita, 2016), ligada al bienestar psicosocial y física (Leventhal, et al., 2016), así como la relación entre los niveles de autoconcepto y los de resiliencia (Zurita, et al., 2017).

Por lo que se plantea la necesidad de llevar el trabajo y concienciación de la importancia de la resiliencia para el correcto desarrollo y resolución de problemas y situaciones planteadas en la vida diaria, de forma que las familias y la escuela presentan un papel fundamental para este objetivo, resultando esencial el conocimiento de los factores señalados con anterioridad para promover la resiliencia entre los más jóvenes (Mampane, 2014; Brown, 2015).

## V. Referencias

- Ahorlu, C., Pfeiffer, C. y Obrist, B. (2015). Socio-cultural and economic factors influencing adolescents resilience against the threat of teenage pregnancy: a cross-sectional survey in Accra, Ghana. *Reproductive Health*, 12, 1-11.
- Aldwen, C., Shutton, K. y Lachman, M. (1996). The development of coping resource in adulthood. *Journal of Personality*, 64, 837-871.
- Brown, R. (2015). Building children and Young people's resilience: Lessons from psychology. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 14, 115-124.
- Cabanyes, J. (2010). Resilience: An approach to the concept. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 3(4), 145-151
- Chacón, R., Castro, M., Espejo, T. y Zurita, F. (2016). Estudio de la resiliencia en función de la modalidad deportiva: fútbol, balonmano y esquí. *Retos*, 29, 157-161.
- Cunningham, M. y Swanson, D. P. (2010). Educational resilience in African American adolescents. *The Journal of Negro Education*, 79(4), 473-487.
- Dugal, M. (2009). Spiritual Resiliency and the senior chaplain's role. *The Army Chaplaincy*. Summer-Fall, 1, 8-11,
- Fan, W., Zhou, M., Cheung, F. M., Zhang, J. y Zhou, X. (2016). Contributions of Resilience to mental health in Chinese Secondary School students at different disaster stress levels. *Asia-Pacific Edu Res*, 25(3), 389-398.
- Fletcher, D. y Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 669-678.
- García-Secades, X. G., Molinero, O., Ruíz-Barquín, R., Salguero, A., De la Vega, R. y Márquez, S. (2014). La resiliencia en el deporte: fundamentos teóricos, instrumentos de evaluación y de la literatura. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 83-98.
- García-Vesga, M. C. & Domínguez-de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), pp. 63-77
- Gordon, K. (1996). Resilient hispanic youths self-concept and motivational patterns. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 18(1), 63-73.

- Hodder, R. K., Freund, M., Wolfenden, L., Bowman, J., Nepal, S., Dray, J., Kingsland, M., Yoong, S. L. y Wiggers, J. (2017) Systematic review of universal school-based “resilience” interventions targeting adolescent tobacco, alcohol or illicit substance use: A meta-analysis. *Preventive Medicine*, 100, 248-268.
- Hosseini, S. A. y Besharat, M. A. (2010). Relationships among trait anxiety, state anxiety and the goal performance of penalti shoot-out by university soccer players. *PLOS ONE*, 7(4), e35727.
- Jefferis, T. y Theron, L. (2017) Promoting resilience among Sesotho-speaking adolescent girls: Lesons for South African teachers. *South African Journal of Education*, 37(3), 1-11.
- Lamond, A.J., Depp, C. A., Allison, M., Langer, R., Reichstadt, J. y Moore, D. J. (2008). Measurement and predictors of resilience among community-dwelling older woman. *Journal Psychiatric Research*, 43, 148-154.
- Lee, J. H., Nam, S. K., Kim, A., Kim, B., Lee, M. Y. y Lee, S. M. (2013). Resilience: A meta-analytic approach. *Journal of Counseling and Development*, 91, 269-279.
- Leventhal, K. S., DeMaria, L. M. Gillham, J. E., Andrew, G., Peabody, J. y Leventhal, S. M. (2016). A psychosocial resilience curriculum provides the “missing piece” to boost adolescent physical health: A randomized controlled trial of Girls First in India. *Social Science & Medicine*, 161, 37-46.
- Luthar, S. S. y Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12, 857-885.
- Mampane, M. R. (2014). Factors contributing to the resilience of middle-adolescents in a South African townshio: Insights from a resilience questionnaire. *South African Journal of Education*, 34(4), 1-11.
- Mays, D., Donze, J., Mosher, R. B., Heinly, A., Shad, A. T. y Tereyak, K. P. (2011). Efficacy of the survivor health and resilience education (SHARE) program to improve bone health behaviors among adolescent survivors of childhood cáncer. *Ann Behavioral Medicine*, 42, 91-98.
- Moreno, J. A., Zomeño, T., Ruiz, L. M. y Cervello, E. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 362, 380-401.
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A. y Sawyer, S. M. (2003). Adolescents resilience: a concept analysis. *Journal of Adolescence*, 26, 1-11.
- Piña-López, J. A. (2015). Un análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología. *Anales de Psicología*, 31(3), 751-758.
- Rios, G. (2000). Resiliencia infantil andina en contextos de violencia política y pobreza extrema. Lima: Ceprodep.
- Ritchie, S., Wabano, M. J., Russell, K., Enosse, L. y Young, N. (2014). Promoting resilience and wellbeing throug an outdoor intervencion designed for Aboriginal adolescents. *Rural and Remote Health*, 14, 1-19
- Rutter, M. (2007). Resilience, competence and coping. *Child Abuse and Neglect*, 31, 205-209.
- Santilli, S., Ginvra, m. c., Sgaramella, T. M., Nota, L., Ferrari, L. y Soresi, S. (2017). Design my future: An instrument to assess future orientation and resilience. *Journal of Career Assessment*, 25(2), 281-295.
- Scarf, D., Hayhurst, J. G., Riordan, B. C., Boyes, M., Ruffman, T. y Hunter, J. (2017). Increasing resilience in adolescents: the importance of social connectedness in adventure education programmes. *Australasian Psychiatry*, 25(2), 154-156
- Shehu, J. y Mokgwathi, M. (2008). Health locus of control and internal resilience factors among adolescents in Botswana: A case-control study with implications for physical education. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 30(2), 95-105.



- Shepherd, C., Reynolds, F. y Moran, J. (2014). 'They're battle scars, I wear them well': a phenomenological exploration of young women's experiences of building resilience following adversity in adolescence. *Journal of Youth Studies*, 13(3), 273-290.
- Valdivia, P. A. (2016). Niveles de ansiedad, autoconcepto y resiliencia en Educación Física y Deportiva. Tesis Doctoral: Universidad de Granada, España.
- Valentine, J. C., Pigott, T. D. y Rothstein, H. R. (2010). How many studies do you need? A primer on statistical power for metaanalysis. *Journal of Educational and Behavioral Statistics*, 35, 215-247.
- Véronneau, M. H., Fosco, G., Racer, K. H. y Dishion, T. J. (2014). The contribution of adolescent effortful control to early adult educational attainment. *Journal of Educational Psychology*, 106(3), 730-743.
- White, B., Driver, S. y Warren, A. M. (2010). Resilience and indicators of adjustment during rehabilitation from a spinal cord injury. *Rehabilitation Psychology*, 55, 23-32.
- Wilks, S. E. y Spivey, C. A. (2010). Resilience in undergraduate social work students social support and adjustment to academic stress. *Social Work Education*, 29, 276-288.
- Xiao-Nan, Y., Lau, J., Mak, W., Zhang, J., Lui, W. y Zhang, J. (2011). Factor structure and psychometric properties of the Connor-Davidson Resilience Scale among Chinese adolescents. *Comprehensive Psychiatry*, 52, 218-224.
- Zurita, F., Zafra, E. O., Valdivia, P. A., Rodríguez, S., Castro, M. y Muros, J. J. (2017). Análisis de la resiliencia, autoconcepto y motivación en judo según el género. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(1), 71-82.

#### Descargar referencia / Download reference

[\(Endnote\)](#)