



**Resiliencia en estudiantes universitarios. Unidad Académica Profesional Chimalhuacán-UAEMéx,
2022**

Cienfuegos Velasco María de los Angeles

Unidad Académica Profesional Chimalhuacán, UAEMéx.

angelescien@hotmail.com

García Manzano Perla Jessica

Unidad Académica Profesional Chimalhuacán, UAEMéx.

perjess@hotmail.com

González Pérez Cristina

Unidad Académica Profesional Chimalhuacán, UAEMéx

cristina.8126@hotmail.com

Área temática: Práctica curricular: Docentes y Alumnos, los actores del currículo.

Resumen

Los datos que se presentan son parte de un estudio comparativo y cuantitativo de la Red de Estudios Latinoamericanos en Educación y Pedagogía, cuyos resultados son reportados por Castañeda, *et al.* (2022); se incluyeron las variables resiliencia, competencias digitales e inclusión académica de estudiantes universitarios latinoamericanos. En este artículo, se analiza solo la variable resiliencia para determinar las características más importantes del objeto de estudio.

La resiliencia hace referencia a un ejercicio de fortaleza que permite afrontar los avatares de la vida personal, familiar, profesional y social; luego entonces, es la capacidad del estudiante para desarrollarse psicológicamente con normalidad, a pesar de vivir en contextos de riesgo: entornos de pobreza y familias multiproblemáticas, situaciones de stress prolongado, etc.; ante esos contextos el estudiante es capaz de minimizar ciertas situaciones de vida y sobreponerse a los efectos nocivos de adversidades y contextos desfavorecidos socioculturalmente o no lo logra, sumándose a la fila de reprobados o desertores (Uriarte, 2005). Para el estudio se trabajó cuantitativamente con el Modelo de Grotberg (1995) cuyos indicadores “yo soy/yo estoy”, “yo tengo” y “yo puedo” se logra identificar estudiantes resilientes e intervenir en forma deliberada.

Palabras clave: Resiliencia, estudiantes universitarios.

Justificación

México conoce la potencia de la naturaleza con los desastres naturales que parecen moldear la fortaleza de los mexicanos como individuos y como sociedad. Psico.mx (2018) propuso un test para saber qué tan resilientes somos en situaciones de la vida cotidiana. Las 3000 personas que respondieron, se obtuvo una media de 65.01% de resiliencia; un nivel bastante alto, que confirma la creencia de que los mexicanos tienen madera para superar cualquier obstáculo. En particular el estado de México, se identifica como un estado con alto y muy alto nivel de resiliencia (Dirección de análisis y Gestión de riesgos, 2015, p. 38), pero a lo largo de la República Mexicana hay diferencias, lo que hace importante la investigación con respecto al tema desde diversos posicionamientos de medición.

En instituciones educativas, la investigación ha incluido a todos los niveles educativos con el propósito de atender la población estudiantil e incrementar la calidad de la formación. De esta manera, algunas escuelas identifican aspectos deficitarios de los alumnos que pudiesen ser signos de vulnerabilidad, inadaptación y de fracaso escolar, por ello, desarrolla acciones para abatir esas situaciones de riesgo; pero además, identifica que la resiliencia es algo diferente a una situación de riesgo, es decir, es una posición optimista de desarrollo humano.

El municipio de Chimalhuacán, en el 2020 registró una población de 705,193 habitantes, de los cuales el 59.8% es población económicamente activa; el 9.16% tiene estudios de licenciatura. La secundaria es el nivel más alto de educación con el 35.2% (Gobierno de México, 2020). Ante estas condiciones es importante revisar la resiliencia en estudiantes universitarios para intervenir y apoyar la terminación de estudios y evitar la deserción, planteando como objetivo identificar las características resilientes de los alumnos universitarios de la Unidad Académica profesional Chimalhuacán (UAPCh) de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx) para dar respuesta a la pregunta de investigación ¿qué características resilientes tienen los estudiantes universitarios de la UAPCh, UAEMéx.?

Dadas las condiciones del contexto de vida vulnerable, en donde los estudiantes se transportan para asistir a la escuela en camión, combi, colectivo o taxi en tiempos de 15 a más de dos horas y con carencias en seguridad social, en acceso a servicios de salud y carencias por acceso a la alimentación (Gobierno de Estado, 2020) se plantea como hipótesis: que los estudiantes de la UAPCh, UAEMéx han logrado construir un alto nivel de resiliencia, dado que el 66.66% egresa.

Enfoque conceptual

La personas se enfrentan, en el quehacer cotidiano, a situaciones complicadas de vida que parecen difícil superar; en particular en estudiantes universitarios que ya toman conciencia de su vidas, deben ser optimistas y perseverantes para terminar estudios profesionales; esta reacción se conoce como resiliencia.

La resiliencia hace referencia a un ejercicio de fortaleza que permite afrontar los avatares de la vida personal, familiar, profesional y social. Se torna como la capacidad del estudiante para desarrollarse psicológicamente con normalidad, a pesar de vivir en contextos de riesgo, como de entornos de pobreza y familias multiproblemáticas, situaciones de stress prolongado, etc.; ante esos contextos, se debe ser capaz de minimizar ciertas situaciones de vida y sobreponerse a los efectos nocivos de adversidades y contextos desfavorecidos socioculturalmente. (Uriarte, 2005).

Es interesante el análisis de Uriarte (2006), quien plantea que la escuela se esfuerza por identificar aspectos deficitarios de los alumnos que pudiesen ser signos de vulnerabilidad, de inadaptación y de fracaso escolar, por ello, desarrolla acciones para abatir esas situaciones de riesgo; e identifica que la resiliencia es algo diferente a una situación de riesgo, en primer lugar, porque existe en todas las personas, pero bajo una posición optimista de desarrollo humano.

“En la escuela, la promoción de la resiliencia es un enfoque que destaca la enseñanza individualizada y personalizada, que reconoce a cada alumno como alguien único y valioso, que se apoya en las características positivas, en lo que el alumno tiene y puede optimizar”. Las cualidades personales más importantes que facilitan la resiliencia han sido descritas como a) autoestima consistente; b) convivencia positiva, asertividad, altruismo; c) flexibilidad del pensamiento, creatividad; d) autocontrol emocional, independencia; e) confianza en sí mismo, sentimiento de autoeficacia y autovalía, optimismo; f) locus de control interno, iniciativa; g) sentido del humor; h) moralidad. Estas y otras características individuales asociadas a la resiliencia no son innatas, sino que proceden de la educación y, pueden aprenderse (Higgins, 1994, citado en Uriarte, 2006, pág. 13-14).

“La resiliencia es la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad y de desarrollar competencia social, académica y vocacional pese a estar expuesto a un estrés grave o simplemente a las tensiones inherentes al mundo de hoy» (Henderson y Milstein, 2003, p. 26)

El término de resiliencia procede del latín *resilio*, que significa volver atrás, resaltar, rebotar; es la resistencia de un cuerpo a la ruptura por golpe, esto significa la capacidad de un material de recobrar su forma original después de someterse a presión deformadora (Kotliarenco, *et al.* 1997). Se identifica así, un origen en las ciencias físicas que después se traslada a las ciencias sociales. En estas ciencias la investigación sobre resiliencia tiene su historia.

En los ochenta Werner (1989) a través de un trabajo de investigación longitudinal sostiene, que a pesar de las adversidades es posible vivir una vida competente. Ella estudió la resiliencia buscando las características que identifican a las personas resilientes en oposición a quienes sucumben hacia conductas destructivas. Comprobó que quienes habían estado a priori, condenados a presentar problemas futuros, conseguían llevar una vida exitosa. Sus resultados sientan la base de una nueva concepción del ser humano optimista (Sáez, 2013)

En una segunda etapa de la investigación, Werner se centró la preocupación en descubrir el proceso de obtención de las cualidades resilientes identificadas en la anterior etapa; en el trabajo se destaca el trabajo de la profesora Edith Grotberg, dedicada al estudio de la resiliencia. Para Grotberg, la resiliencia es una capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ella, la misma autora opina que debe ser promovida desde la niñez y en toda etapa de vida. De esta manera identifica que tiene carácter dinámico, entonces se puede trabajarla para potenciarla y reforzarla. Se basa en cuatro expresiones resilientes: *yo soy, yo tengo, yo puedo, yo estoy*. Munist *et al.* (1988) expresa que “la resiliencia tiene dos componentes principales: la resistencia a la destrucción y la capacidad para construir sobre circunstancias o factores adversos” (p. 11), por eso es importante analizar qué verbaliza el estudiante acerca de su *yo* y su relación con el *otro*.

La familia, los profesores y otras experiencias escolares pueden promover la resiliencia; Cyrulnick (2002) señala que cuando los padres no han creado un vínculo efectivo, protector y estable, entonces el profesor interviene, creando oportunidades para compensar factores faltantes para el proceso de crecimiento y lograr llevar a la persona a una vida positiva. También es importante considerar que la relación entre pares en contextos escolares puede otorgar efectos positivos. Entonces no se habla de una cualidad sino de un proceso interactivo entre factores del medio y personales que debe ser mantenido constantemente y así contribuir al desarrollo de una madurez personal para afrontar las dificultades y resolver problemas.

Los alumnos se cobijan ante situaciones vulnerables con profesores y compañeros, quienes se tornan sus protectores, permitiéndoles construir fortalezas para continuar estudios

ante adversidades de experiencias de vida. Entonces, la escuela construye resiliencias dado que “En todos y cada uno de los elementos principales del contexto escolar existen potencialidades que permiten a todos los alumnos desarrollarse con normalidad, superar sus dificultades de origen familiar y social, obtener reconocimientos positivos y prepararse convenientemente para la incorporación plena y creativa en la comunidad” (Uriarte, 2006, pág. 20).

Identificar acerca de un “yo soy/yo estoy”, “yo tengo” y “yo puedo”, en contextos universitarios, implica visualizar semáforo rojo e intervenir en forma deliberada, esto es, planeando estrategias concretas de trabajo para fortalecer la competencia social, sentido de identidad, autonomía, autoestima y solución de problemas a través de visibilizar narraciones dominantes que pueden afectar al yo, permitiendo la escucha de narraciones alternativas que contribuyan al estudiante salir triunfante.

Trabajar a favor de la resiliencia, en sí no consiste en diseñar un programa o una actividad aislada de un entendimiento más amplio de las necesidades particulares de los niños o jóvenes y de la comunidad en la cual se trabaja; significa más bien, asumir actitudes y estrategias que promuevan las infinitas capacidades humanas para sobrepasar las situaciones adversas de la vida, resignificarlas para fortalecer. Acevedo y Mondragón (2005) expresan que se trata de un enfoque epistemológico en las ideas de los profesores, para aceptar que la resiliencia es un proceso que emana de adentro hacia afuera y que puede dar lugar a cambios.

Hay variables centradas en mecanismos protectores que pueden promover la capacidad de las escuelas para suscitar la resiliencia y el éxito en el aprendizaje de poblaciones cada vez más diversas, como las expectativas y las acciones de los maestros, el rol del currículo y la instrucción, la organización y ambiente de la escuela, el apoyo entre pares y la comunidad. Vemos entonces que la resiliencia educativa tiene que ver con el aumentar la probabilidad de éxito educativo y ello puede ser promovido a través de intervenciones.

A nivel universitario, los alumnos socialmente competentes han desarrollado pensamiento crítico, han logrado resolver problemas y tomar ciertas iniciativas; logran firmeza en sus propósitos y metas realistas, se automotivan en su propia superación en la vida escolar y personal. Participan en diversas actividades y muestran capacidad de dar un positivo al estrés y las situaciones adversas que han experimentado (Henderson y Milstein, 2003); se gradúan pese a situaciones adversas, otros no lo logran y desertan; por ello, es interesante es hacer conciencia de la existencia de procesos de vida resilientes y generar empatía con estudiantes universitarios, escuchar sus narrativas y mostrarles otras que los lleven a tomar nuevos caminos.

Estrategia metodológica

La investigación tuvo como fundamento el paradigma positivista, cuyo método es el deductivo con enfoque técnico-instrumental de corte empírico analítico; estos fundamentos permitieron identificar el estudio bajo un diseño de investigación cuantitativo. Se usó la escala tipo Likert como instrumento de medición o recolección de datos; de acuerdo a Maldonado (2007):

“Es un tipo de escala aditiva que corresponde a un nivel de medición ordinal; consiste en una serie de ítems o juicios a modo de afirmaciones ante los cuales se solicita la reacción del sujeto. El estímulo (ítem o juicio) que se presenta al sujeto, representa la propiedad que el investigador está interesado en medir y las respuestas son solicitadas en términos de grados de acuerdo o desacuerdo que el sujeto tenga con la sentencia en particular. Son cinco el número de opciones de respuesta más usado, donde a cada categoría se la asigna un valor numérico que llevará al sujeto a una puntuación total producto de las puntuaciones de todos los ítems. Dicha puntuación final indica la posición del sujeto dentro de la escala” (p. 1)

Desarrollo

Se construyó la escala Likert con la variable Resiliencia y tres dimensiones de estudio: *Yo soy/yo estoy* (fuerza interior y motivación), *Yo tengo* (apoyo externo) y *Yo puedo* (capacidades) siguiendo el modelo de Grotberg (1995); este modelo ayuda a visualizar y comprender cómo se relacionan recursos y qué actitudes son necesarias para promover la resiliencia. La escala se compone con 20 ítems en cada dimensión; su respuesta tiene valor numérico continuo. Esta escala es de calificación que se utiliza para cuestionar a una persona sobre su nivel de acuerdo o desacuerdo y es de uso frecuente en la medición de actitudes y opiniones; en nuestra encuesta fueron cinco niveles (Muy de acuerdo, De acuerdo, No sé/No aplica, En desacuerdo y Muy en desacuerdo). En la presente investigación la escala buscó medir, a través de encuesta, la percepción del estudiante sobre la resiliencia.

La codificación numérica permitió analizar datos de la escala con métodos estadísticos descriptivos. Se identifica la mediana como la métrica más interesante para medir la escala Likert. La estadística descriptiva resume la evidencia encontrada en la investigación de manera sencilla a través de tablas. Se aplicaron 534 encuestas a universitarios de siete licenciaturas que se ofertan en la UAPCh: Administración y promoción de la obra Urbana, Derecho, Educación, Médico cirujano, Seguridad ciudadana, Trabajo social y Turismo. Se menciona que la escala Likert fue

validad por juicios de expertos y aplicada a universidades de México y Colombia; pero como la presente investigación no tiene carácter comparativo, solo se presentan resultados de la UAPCh.

Resultados y Conclusiones

En relación a ser una persona con fuerza interior –yo soy-, es decir, con esperanza, buena autoestima, optimista y optimista con respecto al futuro, que sabe salir adelante, positiva, práctica, que se plantea metas y asume actitudes activas frente a los problemas, los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes se favorecen con el Muy de acuerdo y De acuerdo.

Así mismo el Yo estoy, preguntas con relación a factores motivantes intrínsecos e extrínsecos del estudiante universitario que responden mayoritariamente con el Muy de acuerdo a De acuerdo, como el de ser personas con seguridad en sus creencias y principios, del ambiente que les rodea y por ello, creer en su crecimiento personal; se ubican en contextos de vida, arropados con personas que le aprecian y extienden la mano en situaciones difíciles, de tal manera que los hace sentirse apreciados en lo afectivo y social y seguros e integrados. Tienen proyectos y metas, revisan el sentido de vida y generan soluciones a los problemas:

Pregunta (yo soy/yo estoy)	Muy de acuerdo	De acuerdo	% de los 531 cuestionarios aplicados	En desacuerdo Muy en desacuerdo	% de los 531 cuestionarios aplicados
Soy una persona con esperanza	246	228	89.26	14	26.36
Soy una persona con buena autoestima	254	139	74.01	54	10.17
Soy optimista con respecto del futuro	244	203	84.18	24	4.51
Soy una persona que ha aprendido a salir adelante	296	208	94.91	6	1.13
Soy un modelo positivo para otras personas	213	164	70.99	8	1.50
Soy una persona práctica	312	151	87.91	19	3.58
Soy una persona con metas en la vida	331	177	95.66	6	1.13
Soy activo frente mis problemas	278	205	90.96	35	6.59
Estoy seguro de mis creencias o principios.	278	205	90.06	14	2.63
Estoy creciendo como persona	280	219	93.97	35	6.59
Estoy rodeado de personas que en general me ayudan en situaciones difíciles.	248	222	88.51	6	1.13
Estoy en contacto con personas que me aprecian	257	235	92.65	29	5.46
Estoy seguro de mí mismo	259	177	82.10	17	3.20
Estoy seguro de mis proyectos y metas	239	230	88.32	17	3.20
Estoy seguro en el ambiente en que vivo.	241	196	82.29	20	3.76
Estoy bien integrado en mi lugar de trabajo o estudio.	289	153	83.23	13	2.45
Estoy satisfecho con mis relaciones de amistad	257	216	89.07	9	1.69
Estoy satisfecho con mis relaciones afectivas.	255	179	81.73	13	2.45
Estoy revisando constantemente el sentido de mi vida.	262	190	85.12	12	2.26
Estoy generando soluciones a mis problemas.	286	195	90.58	15	2.82

De acuerdo a los resultados del Yo soy/Yo estoy los estudiantes universitarios de la UAPCh, UAEMéx. se han arropado con actitudes positivas hacia su ser, que les ayudan a la terminación de la carrera, aunque el índice de titulación es bajo (49.4%) de acuerdo a la Agenda Estadística 2021-20122 de la UAEMéx. En la agenda estadística del 2018 (Agenda estadística, 2018, p, 71), se mencionó que en la UAPCH, quedaron inscritos 693 alumnos y para el 2021-2022 (Agenda estadística 2021, p.91), esa cohorte se registró un egreso de 462 alumnos, de ellos 228

se titularon. En la tabla se observa una media de 18 alumnos que a la escala responden como Desacuerdo y Muy desacuerdo, que aunque son muy pocos, la institución educativa debe incluirlos para un trabajo pedagógico resiliente para el éxito de sus estudios.

El tener, preguntas relacionadas al apoyo externo (*Yo tengo*): relaciones sociales positivas y de apoyo, los estudiantes universitarios responden mayoritariamente con un De Acuerdo y Muy de Acuerdo, siendo factores motivantes. En general son áreas de apoyo con vínculos afectivos y significativos para seguir adelante:

Pregunta (yo tengo)	Muy de acuerdo.	De acuerdo	% de los 531 cuestionarios aplicados	En desacuerdo Muy en desacuerdo	% de los 531 cuestionarios aplicados
Tengo relaciones personales confiables.	285	187	88.88	11	2.07
Tengo una familia bien estructurada.	236	192	80.60	29	5.46
Tengo relaciones afectivas sólidas.	270	156	80.22	20	3.76
Tengo fortaleza interior.	247	207	85.50	23	4.33
Tengo una vida con sentido.	261	199	86.63	31	5.84
Tengo acceso a servicios públicos o sociales.	302	197	93.97	7	1.32
Tengo personas que me apoyan.	294	219	96.61	4	0.75
Tengo a quien recurrir en caso de problemas.	283	209	92.65	11	2.07
Tengo personas que estimulan mi autonomía e iniciativa.	246	230	89.64	18	3.39
Tengo satisfacción con lo que he logrado en la vida	253	213	87.76	21	3.95
Tengo personas que me han orientado y aconsejado.	264	242	95.29	3	0.56
Tengo personas que me ayudan a evitar peligros o problemas.	251	248	93.97	5	0.94
Tengo personas en las que puedo confiar.	272	224	93.40	9	1.69
Tengo personas que han confiado sus problemas en mí.	307	210	97.36	3	0.56
Tengo personas que me han acompañado cuando he tenido problemas.	263	236	93.97	6	1.13
Tengo metas a corto plazo.	259	235	93.03	9	1.69
Tengo mis objetivos claros	264	214	90.02	14	2.64
Tengo personas con quien enfrentar los problemas.	270	206	89.64	14	2.64
Tengo proyectos a futuro.	296	206	94.54	9	1.69
Tengo Problemas que puedo solucionar.	300	179	90.21	3	0.56

El *Yo puedo* representa el reconocimiento de capacidades realistas por parte del estudiante universitario; autoidentificarlas abre la oportunidad de ejecutar acciones de automejora:

Pregunta (Yo puedo)	Muy de acuerdo.	De acuerdo	% de los 531 cuestionarios aplicados	En desacuerdo Muy en desacuerdo	% de los 531 cuestionarios aplicados
Puedo hablar de mis emociones	210	150	67.79	80	15.06
Puedo expresar afecto.	255	161	78.34	51	9.60
Puedo confiar en las personas.	271	103	70.43	70	13.18
Puedo superar las dificultades que se me presenten en la vida.	277	189	87.76	17	3.20
Puedo desarrollar vínculos afectivos.	289	176	87.56	26	4.90
Puedo resolver problemas de manera efectiva.	293	164	86.06	17	3.20
Puedo dar mi opinión.	275	203	90.01	14	2.64
Puedo buscar ayuda cuando la necesito	259	177	82.11	33	6.21
Puedo apoyar a otros que tienen dificultades.	270	235	95.10	2	0.38
Puedo responsabilizarme por lo que hago.	282	232	96.80	5	0.94
Puedo ser creativo.	232	225	86.06	21	3.95
Puedo comunicarme adecuadamente.	277	183	86.63	22	4.14
Puedo aprender de mis aciertos y errores.	257	251	95.67	2	0.38
Puedo colaborar con otros para mejorar la vida en la comunidad.	278	202	90.39	3	0.56
Puedo tomar decisiones	265	241	95.29	11	2.07
Puedo generar estrategias para solucionar mis problemas	280	223	96.61	3	0.56
Puedo fijarme metas realistas.	265	228	92.84	7	1.32
Puedo esforzarme por lograr mis objetivos.	282	234	97.17	2	0.38
Puedo asumir riesgos	276	221	93.60	6	1.13
Puedo proyectarme al futuro.	249	238	96.03	10	1.88

A manera de conclusión, retomando a Grotberg (2002), quien afirma que la resiliencia ha sido reconocida como un aporte a la promoción de la salud mental. Se sostiene que esta perspectiva resulta fecunda y enriquecedora del potencial humano, identificando que no todas las personas sometidas a situaciones críticas sufren enfermedades o cuadros psicopatológicos, por el contrario, hay personas que superan la situación y logran capitalizar esa experiencia. Es decir, la resiliencia como algo constructor en el que interviene la familia y la escuela; y, el sujeto mismo como fuente generador de factores protectores, como los que construye el estudiante universitario de la UAPCH, UAEMéx. Para aquellos estudiantes que no logran factores protectores, la escuela se vuelve espacio esencial para la construcción de ellos, con estrategias de intervención para la mejora de la salud mental. Las estrategias, aplicadas por docentes son valiosas, al valorar, estimular y amar pedagógicamente a sus estudiantes, dado que cada uno puede lograr metas operando capacidades y recursos propios. Se debe recordar que la resiliencia tiene un carácter dinámico, se trabaja para potenciarla y reforzarla.

El *Yo soy* y *Yo estoy* significa identificar factores afectivos y emocionales hacia uno mismo, pero dispuesto a la relación afectiva y respetuosa relacionados con el *yo* y el *otro*. Para Saavedra (2005) la resiliencia es un rasgo propiamente humano, en tanto que se construye en interacción social, pero además contextual (Kotliarenco, 1999).

El Yo puedo y *el Yo tengo* son también verbalizaciones que expresan claves para identificar condiciones de respuesta ante lo resiliente y con ello establecer estrategias, entre ellas, la empatía, iniciativa, optimismo, autonomía, confianza, autoestimas. Todas ellas factibles de trabajar en un aula universitaria para dar respuesta a las tareas de la vida escolar.

Es muy importante reconocer que el modelo de resiliencia de Grotberg describe factores protectores provocando visualizar caminos para la superación de situaciones difíciles de vida; acrecienta la actitud y aptitud para atender eficientemente una realidad que se vive.

Referencias

- Acevedo, E. y Mondragón, H. (2005). Resiliencia y escuela. Revista Pensamiento Psicológica, vol. 1, núm. 5, julio-diciembre pp. 21-35 Pontificia Universidad Javeriana, Cali, Colombia.
- UAEMéx. (2019). Agenda Estadística 2018, Universidad autónoma del Estado de México
- UAEMéx. (2022). Agenda Estadística 2021, Universidad autónoma del Estado de México
- Castañeda, D., Pesqueira, L., Rodríguez, D. y Rodríguez, L. (2022). Percepción de estudiantes de educación superior sobre la inclusión en las prácticas docentes. . iQU4TRO EDITORES.



- Cyrułnick, B. (2002). El murmullo de los fantasmas. Volver a la vida después del trauma. Barcelona: Gedisa.
- Dirección de Análisis y Gestión de Riesgos (2015). Índice de resiliencia a nivel municipal.
<http://www.atlasmnacionalderiesgos.gob.mx/descargas/Methodologias/Resiliencia.pdf>
- Gobierno de México (2020). Chimalhuacán, Municipio del Estado de México.
<https://datamexico.org/es/profile/geo/chimalhuacan#education-and-employment>
- Grotberg, E (1995). A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit, The International Resilience Project. Bernard Van Leer Foundation. La Haya, Holanda.
- Grotberg, E. (2002). Nuevas tendencias en resiliencia. En Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas, Melillo, A. y Suárez Ojeda, E. Buenos Aires. Paidós.
- Henderson, N. y Milstein, M. (2003). Resiliencia en las escuelas. Buenos Aires: Editorial Paidós.
<https://www.redalyc.org/pdf/801/80100503.pdf>
- Kotliarenco, M.A.(1999). Algunas particularidades metodológicas en los estudios sobre Resiliencia. MAK consultores. Chile.
- Kotliarenco, M.A., Cáceres, I., y Fontecilla, M. (1997). Estado de Arte en resiliencia. Washigton: Organización Panamericana de la salud.
- Maldonado, M. Manual práctico para el diseño de la Escala Likert (2007). Trillas.
- Munist, M, Santos H., Kotliarenco, M., Suárez, E., Infante F. y Grotberg E. (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. Organización Panamericana de la salud y Organización Mundial de la Salud.
- Saavedra, E. (2005). Resiliencia: la historia de Ana y Luis, Liberabit, N° 11. Latindex. Edit. Universidad San Martín de Porres. Lima-Perú.
- 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, vol. 11, núm.1, pp.7-23. Universidad del país Vasco/Euskai Herriko Unibertsitatea, España.
<https://www.redalyc.org/pdf/175/17514747002.pdf>
- Werner, E.E. (1989). High-risk children in Young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. American Journal of Orthopsychiatry, 59, 72-81
- Werner, E y Smith, R. S. (1992). Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood. New York: Cornell University Press.
- Sáez, Soraya (26 de febrero de 2013). Modelo de verbalizaciones Resilientes de Grotberg. Mi Espacio Resiliente.
<https://miespacioresiliente.wordpress.com/?s=Modelo+de+verbalizaciones+Resilientes+de+Grotberg&search=lr>
- Psico.mx (13 de septiembre 2019). Los mexicanos muestran altos niveles de resiliencia. Psico.mx <https://www.psico.mx/articulos/los-mexicanos-muestran-altos-niveles-de-resiliencia>