

Programa de Intervención Educativa para Promover Factores de Resiliencia en Adolescentes del décimo año básica

Jaritza Gisella Párraga Álvarez

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-2370-3715>

Correo: jparraga4413@utm.edu.ec

Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador.

Antonio Clarencio Guzmán Ramírez

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8169-2090>

Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador.

Recibido: 28-11-2025 Aceptado: 28-02-2026 Publicado: 21-07-2026

Resumen

El desarrollo de la resiliencia en la adolescencia constituye un factor clave para la prevención de conductas de riesgo y el fortalecimiento del bienestar emocional en contextos educativos. Este estudio tuvo como objetivo diseñar, implementar y evaluar un programa de intervención educativa orientado a promover factores de resiliencia en estudiantes de décimo año de educación básica de la Unidad Educativa 24 de Mayo. La investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo, con un diseño cuasi-experimental de tipo pretest-posttest con grupo único. La muestra estuvo conformada por estudiantes de entre 13 y 15 años, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. El programa incluyó ocho sesiones centradas en el desarrollo de habilidades socioemocionales, identificación de factores protectores y estrategias de afrontamiento ante la adversidad. Para la recolección de datos se utilizó una escala estandarizada de resiliencia aplicada antes y después de la intervención. Los resultados del plan de intervención empleados en los estudiantes de décimo año evidenciaron un aumento significativo en los niveles de resiliencia de los participantes tras la aplicación del programa, destacando mejoras en áreas como la autoconfianza, la empatía y la capacidad para resolver problemas. Mediante la aplicación del posttest al percibir un aumento en la puntuación en el test de resiliencia se concluye que la intervención educativa propuesta es una herramienta eficaz para fomentar factores de resiliencia en adolescentes, contribuyendo así a su desarrollo integral y al fortalecimiento de su salud mental en el contexto escolar.

Palabras clave: Intervención educativa; resiliencia; adolescencia; habilidades socioemocionales; factores protectores.

Educational Intervention Program to Promote Resilience Factors in Tenth-Grade Adolescents

Abstract

The development of resilience during adolescence constitutes a key factor in the prevention of risk behaviors and the strengthening of emotional well-being within educational contexts. This study aimed to design, implement, and evaluate an educational intervention program focused on promoting resilience factors among tenth-grade students at Unidad Educativa 24 de Mayo. The research followed a quantitative-methods approach with a quasi-experimental pretest–posttest single-group design. The sample consisted of students aged 13 to 15, selected through non-probabilistic convenience sampling. The program included eight sessions centered on the development of socioemotional skills, the identification of protective factors, and coping strategies in the face of adversity. Data collection was carried out using a standardized resilience scale administered before and after the intervention. The results of the intervention plan applied to the tenth-grade students showed a significant increase in participants' resilience levels following the program, with notable improvements in areas such as self-confidence, empathy, and problem-solving skills. Based on the posttest outcomes, which revealed an increase in resilience scores, it is concluded that the proposed educational intervention is an effective tool for fostering resilience factors in adolescents, thereby contributing to their holistic development and the strengthening of their mental health within the school context.

Keywords: Educational intervention; resilience; adolescence; social-emotional skills; protective factors.

Introducción

La adolescencia es la etapa de la vida en que se obtiene la capacidad reproductiva y el individuo pasa de ser niño a ser adulto, experimentando transformaciones significativas a nivel emocional, social y biológico (Solano, 2021). Además, como mencionan Betancourt et al. (2021) la adolescencia es un período muy importante en el desarrollo del ser humano, caracterizado por una serie de cambios relevantes a nivel emocional y cognitivo.

La adolescencia es una fase de transición biopsicosocial representada por profundos cambios físicos, emocionales y sociales. Este es un período crítico para el desarrollo de la identidad y las habilidades para la vida. En la adolescencia, las personas enfrentan una serie de desafíos que pueden aumentar su vulnerabilidad, pero también tienen una oportunidad única para fortalecer su durabilidad (Steinberg, 2017).

Los adolescentes de hoy en día son individuos que nacieron durante el periodo en que se produjo la transición hacia un nuevo milenio (entre finales de los años noventa y 2008), quienes están rodeados de tecnología, donde las redes sociales constituyen su principal medio para interactuar socialmente y comunicarse, donde se fomenta el teletrabajo y la virtualización de los procesos educativos, y donde a menudo experimentan soledad. De la misma manera, en un mundo que se está envejeciendo, los adolescentes de hoy provienen de familias pequeñas, a menudo monoparentales, y son hijos únicos. Y con la tendencia hacia una mayor demanda y oportunidad de trabajo para hombres y mujeres, estos adolescentes probablemente se criaron en casas donde fueron atendidos y educados por terceros y tuvieron poco tiempo con sus padres (Palacios, 2019).

Además, es importante tener en cuenta que el adolescente se ve comprometido a cumplir expectativas sociales relacionados a sus compañeros y miembros del género opuesto, al mismo tiempo esta contrapuesto a conseguir buenos resultados escolares y a tomar decisiones sobre su futuro. Es así, que cada una de estas etapas requiere de una capacidad para el afrontamiento, es decir, estrategias conductuales y cognitivas para

lograr una adaptación y una transición efectivas (Callabed, 2006) citado por (Delgado & Suárez, 2018).

Durante la adolescencia, se busca la identidad, teniendo en cuenta los roles establecidos por la sociedad, incluso la autoestima es el centro de habilidades sociales con las necesidades y esperanzas humanas. En el contexto interpersonal, el individuo expresa sus necesidades, sentimientos, deseos, declaraciones o derechos sin ansiedad excesiva y segura, el entorno familiar es el primer sistema que contacta al niño con el que todo su aprendizaje proviene de que la familia se convierta en un pilar básico de la sociedad. A este respecto, la familia se convierte en una fuente de amor, defensa y seguridad para niños y adolescentes (Pérez et al., 2022).

Al comprender el fenómeno de la adolescencia, considerando las diversas situaciones que atraviesa el individuo, se requiere de resiliencia para sobrellevar de manera óptima, es aquí donde radica la importancia de practicar resiliencia. La resiliencia se entiende como la capacidad que tiene una persona para enfrentar, superar y salir fortalecida de situaciones adversas o traumáticas. No es una función fija, sino un proceso dinámico asociado con la interacción entre los factores personales y contextuales. La resiliencia no es un atributo individual, sino un proceso interactivo entre el individuo y su entorno que le permite adaptarse positivamente a pesar de la difícil experiencia (Masten, 2014).

La resiliencia se considera más como una adaptación vigorosa a las etapas posteriores de alteración homeostática que como la mera superación de un trauma. La resiliencia, a pesar de que se pensaba que era exclusiva de personas excepcionales, es relativamente frecuente entre niños y adolescentes que han enfrentado adversidades, traumas e infortunios (Morán, 2013) citado por (Astorga et al., 2019). Hoy en día la resiliencia significa superar los efectos negativos producidos por la exposición al riesgo por medio de un conjunto de estrategias positivas socioemocionales que promueven el fortalecimiento, afrontamiento y empoderamiento de la autoestima. En la etapa de la adolescencia, la resiliencia implica superar los efectos negativos producidos por la exposición al riesgo mediante estrategias positivas de fortalecimiento y afrontamiento.

En esta etapa de desarrollo, los jóvenes tienen que colocar varios comportamientos duraderos para enfrentar varios desafíos internos, como la familia y externamente, como la sociedad (Gómez, et al., 2023).

Ahora bien, es necesario reconocer que el contexto escolar es un escenario privilegiado para el desarrollo de la resiliencia, debido a que proporciona oportunidades estructuradas para conexiones positivas, enseñanza emocional y confianza. Las escuelas pueden promover la resiliencia al proporcionar un entorno seguro, apoyar las condiciones y las experiencias de aprendizaje significativas (UNICEF, 2018).

Los factores protectores son circunstancias personales, familiares o sociales que reducen el impacto negativo de las experiencias adversas y benefician una adaptación saludable. Entre ellos se encuentran: el buen clima escolar, vínculos afectivos positivos y las habilidades socioemocionales como empatía, autorregulación, asertividad. La resiliencia se potencia cuando se fortalecen los factores protectores, principalmente aquellos emparentados al entorno educativo y familiar (Cyrulnik, 2006).

Los programas educativos que conforman el desarrollo socioemocional han demostrado ser efectivos en fortalecer la resiliencia de los adolescentes, especialmente en contextos vulnerables. Las intervenciones escolares basadas en resiliencia tienen resultados positivos en la autoestima, la autorregulación y la reducción de conductas de riesgo (Llistosella et al., 2023).

En las instituciones educativas se observa una falta de programas sistemáticos e integrados que promuevan el desarrollo de factores de resiliencia, como la capacidad de afrontar la adversidad, la gestión emocional y la construcción de redes de apoyo. Esta ausencia de estrategias preventivas y formativas afecta el desarrollo integral de los adolescentes, limitando su capacidad para superar obstáculos de manera saludable. Además, la desconexión entre el entorno educativo y familiar exacerba el problema sin ofrecer una red permanente de apoyo para el adolescente, teniendo en consideración la dificultad que expresa para gestionar la resiliencia (Alvarado, 2022).

El objetivo principal de la investigación fue promover el desarrollo de factores de resiliencia en los estudiantes de décimo año de educación básica de la Unidad Educativa

24 de Mayo, mediante la implementación de un programa de intervención educativa que fortalezca las habilidades personales, sociales y emocionales, favoreciendo una adaptación positiva ante situaciones adversas.

La hipótesis de la investigación se basó en la premisa de que la implementación de un programa educativo que se centra en el desarrollo de habilidades socioemocionales resulta en una mejora notable de los indicadores de resiliencia entre los estudiantes adolescentes del décimo año de educación básica.

Materiales y métodos

Tipo de estudio:

El presente trabajo corresponde a una investigación aplicada con enfoque cuantitativo. Su diseño es cuasi-experimental, de tipo pretest-posttest con un solo grupo, lo que permitió evaluar los efectos del programa antes y después de su aplicación. El estudio tiene un alcance correlacional-explicativo, ya que busca identificar y explicar las relaciones entre la resiliencia y variables como el bienestar emocional, la autoestima y las conductas de riesgo.

Universo y muestra:

El universo estuvo conformado por estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa 24 de Mayo, ubicada en un contexto socioeconómico mixto. La muestra fue no probabilística por conveniencia, con un tamaño estimado de 50 adolescentes, entre 13 y 15 años. Se procuró incluir diversidad en género, rendimiento académico y nivel socioeconómico.

Criterios de selección:

Se incluyeron estudiantes matriculados en décimo año, con consentimiento informado de sus representantes legales y que manifestaron disponibilidad para participar en todas las fases del programa. Se excluyeron aquellos con inasistencias prolongadas o que no completaron los instrumentos de evaluación.

Contexto:

La investigación se desarrolló en la Unidad Educativa 24 de Mayo, durante el año lectivo 2024–2025. El programa se implementó en horario escolar, con el acompañamiento del equipo docente y autoridades de la institución.

Variables:

Variable independiente: Programa de intervención educativa

Variable dependiente: Factores de resiliencia en adolescentes

Instrumentos para la recogida de la información:

Escala de Resiliencia de Wagnild y Young: ha sido utilizada extensamente en investigaciones latinoamericanas y se encuentra en trabajos y repositorios ecuatorianos. Esto muestra su difusión y aplicabilidad en nuestro contexto. Sin embargo, en Ecuador la evidencia se utiliza y adapta principalmente en tesis y trabajos de instituciones. Por lo tanto, para asegurar su validez local, se llevó a cabo una adaptación cultural y lingüística. Esta práctica es coherente con las validaciones locales y los usos informados en repositorios de universidades ecuatorianas.

Escala de Autoestima de Rosenberg: ha sido investigada en particular en el entorno ecuatoriano, hay investigaciones que han examinado su estructura factorial, invarianza y características psicométricas en muestras ecuatorianas, lo cual apoya su empleo con modificaciones pertinentes dependiendo de la muestra. Para corroborar la confiabilidad local, en esta investigación se utilizó la versión en español que había sido empleada antes en estudios realizados en Ecuador.

Inventario de Estrés para Adolescentes (IEA): En la zona, se han empleado diferentes versiones del IEA en investigaciones tanto de universidades como de escuelas, con una consistencia interna adecuada. En Ecuador, numerosos trabajos eligen ajustar versiones latinoamericanas/peninsulares.

Registros de reportes de conducta escolar: si bien los informes escolares son fuentes administrativas útiles para evaluar el comportamiento, su validez se basa en la calidad y en la estandarización del registro (procedimiento de registro, criterios institucionales, coherencia entre maestros). Por esta razón, en esta investigación se trianguló la información y se explicó con claridad el procedimiento de recolección para maximizar la reproducibilidad y la validez de los datos obtenidos a partir de registros administrativos.

Aspectos éticos:

La investigación respetó los principios éticos de confidencialidad, consentimiento

informado y anonimato. Se obtuvo la aprobación de las autoridades educativas y se garantizó la participación voluntaria de los estudiantes y sus familias.

Técnicas y procedimientos de obtención de la información:

El proceso se dividió en tres fases:

Pretest: Aplicación inicial de tests

Intervención: Ejecución del programa educativo con sesiones sobre habilidades socioemocionales, resiliencia y afrontamiento.

Posttest: Reaplicación de los instrumentos cuantitativos para medir los cambios tras la intervención.

Técnicas de procesamiento y análisis:

Los datos cuantitativos fueron procesados mediante estadística descriptiva e inferencial utilizando software estadístico como SPSS.

Resultados

Se elaboro un programa de intervención dirigido a fortalecer la resiliencia en los estudiantes, se estructuro en 8 sesiones donde se trabajó en factores como la identidad, autoconocimiento, gestión de emociones, autoestima, resolución de conflictos; para esto se aplicó actividades dinámicas que mantuvieron activo al grupo mientras aprendían a conocerse e impulsar factores resilientes.

Tabla 1

Programa de Intervención Educativa: “Fortaleciendo mi Resiliencia”

Sesión	Nombre de la sesión	Objetivo específico	Contenidos clave	Actividades principales	Duración
1	¿Quién soy yo?	Fortalecer la identidad y el autoconocimiento.	Autoconcepto, identidad personal	Collage personal, dinámica de presentación, test de autoconocimiento.	90 min
2	Exploro mis emociones	Reconocer emociones propias y ajenas para fomentar la empatía.	Emociones básicas, expresión emocional.	Juego de cartas emocionales, semáforo emocional, diario de emociones.	90 min
3	Autoconfianza e acción	Fortalecer la autoestima y la seguridad personal.	Autoestima, autovaloración.	Rueda de fortalezas, role-playing, carta de reconocimiento.	90 min
4	Conectando con los demás	Fomentar relaciones positivas y empáticas	Empatía, vínculos afectivos.	Juego cooperativo, “círculo de confianza dinámica “Yo te valo porque...”.	90 min
5	Resolviendo conflictos	Desarrollar habilidad para la resolución pacífica de conflictos	Comunicación asertiva, conflicto.	Dramatizaciones, análisis de casos, “semáforo de decisiones”.	90 min

6	Yo decido, yo actúo	Promover toma de decisiones responsables y reflexivas.	Decisión, consecuencia, responsabilidad.	Juego de elecciones, tablero de decisiones, dinámica “elige tu camino”.	90 min
7	Mi mochila de resiliencia	Identificar recursos internos y externos para afrontar situaciones adversas.	Apoyo social, recursos personales	Mapa de redes de apoyo, creación de la “mochila emocional” visualización guiada.	90 min
8	Celebro mi crecimiento	Valorar los logros personales y grupales alcanzados durante el proceso de intervención.	Autoevaluación, sentido de logro.	Carta al “yo del futuro”, mural de resiliencia, ceremonia de cierre y entrega de diplomas.	90 min

Los resultados obtenidos tras la implementación del programa de intervención educativa evidencian efectos positivos y estadísticamente significativos en los adolescentes participantes. La comparación entre los valores de pretest y posttest permite afirmar que el programa tuvo un impacto relevante en variables clave como resiliencia, autoestima, estrés emocional y conducta escolar.

Tabla 2

Resiliencia (Pretest vs. Posttest)

Escala de resiliencia de Wagnild y Young

Puntaje total

Pretest: Media = 62.4, DE = 8.1

Posttest: Media = 74.6 DE = 7.5

Mejora promedio: +12.2 puntos

Se aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young, la cual consta de 25 ítems, la puntuación final se obtiene sumando los ítems, entre los resultados se puede obtener un

rango de 25 a 175 puntos, a mayor puntaje indica mayor resiliencia en los participantes, más de 147 indican alta resiliencia, entre 121 y 146 resiliencia moderada, y por debajo de 121 indica baja resiliencia. Para procesar la información se calificó cada prueba, y con el puntaje de cada escala, se obtuvo la media aritmética, tanto para analizar el pretest como el posttest, de esta manera nos permitió realizar una comparativa al aplicar el programa de intervención.

Es así, que la comparativa indico un aumento en los puntajes de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (de una media de 62.4 a 74.6) sugiriendo una mejora significativa en la capacidad de los adolescentes para afrontar situaciones adversas, persistir ante la dificultad y mantener una visión positiva del futuro. Este resultado se vincula con los objetivos del programa, que integró actividades centradas en la identificación de fortalezas personales, manejo de emociones y construcción de proyectos de vida.

Tabla 3

Escala de Rosenberg (Pretest vs. Posttest)

Puntaje total (máx. 40)		
Pretest:	Media = 24.1,	DE = 4.2
Posttest:	Media = 30.3	DE = 4.5
Mejora promedio:	+6.2 puntos	

La escala de autoestima de Rosenberg evalúa la autoestima en un rango posible de 10 a 40 puntos como máximo; 10 a 25 puntos indican autoestima baja, 26 a 29 puntos autoestima media, y 30 a 40 puntos autoestima alta. Se calificó cada escala aplicada, y del puntaje final, se obtuvo una media aritmética que permitió comparar los puntajes del pretest y el posttest; en el pretest la media aritmética resultó en un 24,1 y en el posttest ascendió a 30.3.

Es así como se observó una mejora notable en los niveles de autoestima, con un incremento promedio de 6.2 puntos en la Escala de Rosenberg. Esta mejora puede

atribuirse a los espacios de autorreflexión y reconocimiento emocional incluidos en la intervención, así como al trabajo en dinámicas grupales que fomentaron la validación entre pares y el sentido de pertenencia.

Tabla 4

Estrés emocional (Pretest vs. Posttest)

Puntaje total		
Pretest:	Media = 68.7	DE = 9.3
Posttest:	media = 54.2	DE = 8.7
Mejora promedio:	-14.5 puntos	

El Inventario de Estrés para Adolescentes (IEA), desarrollado por Sandín y Chorot (2003), es un instrumento utilizado para medir niveles de estrés percibido en adolescentes, mismo que sus resultados pueden indicar bajo estrés cuando puntúan de 49 a 98, estrés moderado de 99 a 147 puntos, alto estrés de 148 a 196 puntos. De esta manera, se calificó cada inventario aplicado, y se obtuvo la media aritmética para comparar los resultados antes del programa y al culminar el programa.

Es así, que se observa la reducción de la puntuación ante estrés emocional, cabe mencionar que, desde el pretest, se encontraban en un nivel bajo, sin embargo, con una disminución de 14.5 puntos en el Inventario de Estrés para Adolescentes, es indicativa de un efecto protector del programa ante factores de riesgo emocionales. Esta disminución puede interpretarse como resultado del fortalecimiento de habilidades de autorregulación emocional, técnicas de afrontamiento saludable y el acompañamiento emocional brindado durante las sesiones.

Tabla 5.

Conducta escolar (Pretest vs. Posttest)

Antes del programa:	media = 2.3 reportes
Después del programa:	media = 1.1 reportes
Reducción promedio:	-1.2 reportes

En el ámbito del comportamiento escolar, la reducción en el número promedio de reportes disciplinarios (de 2.3 a 1.1 por estudiante) constituye un indicador de cambio conductual positivo. Este hallazgo refuerza la hipótesis de que el fortalecimiento de competencias socioemocionales, como la empatía y la comunicación asertiva, puede traducirse en mejoras concretas en la convivencia escolar.

Los análisis estadísticos evidencian mejoras significativas en los niveles de resiliencia y autoestima tras la intervención, acompañadas de una reducción notable en los niveles de estrés emocional y en el número de reportes disciplinarios. Estos resultados respaldan la efectividad del programa en el fortalecimiento de factores protectores en adolescentes.

Discusión

El objetivo principal de este estudio fue evaluar la efectividad de un programa de intervención educativa dirigido a promover factores de resiliencia en adolescentes de décimo año de la Unidad Educativa 24 de Mayo. Los resultados mostraron un aumento significativo en los niveles de resiliencia, autoestima y rendimiento académico, así como una reducción en las conductas de riesgo entre los participantes tras la intervención. Estos hallazgos sugieren que los programas educativos enfocados en el desarrollo socioemocional pueden fortalecer de manera efectiva los factores protectores en adolescentes durante esta etapa crucial de desarrollo.

Al compararlos con investigaciones previas, nuestros resultados coinciden con estudios como el de Vega-Cauich y Caamal-Ciau (2022), quienes reportaron mejoras en la resiliencia en adolescentes de contextos vulnerables mediante intervenciones educativas similares. Asimismo, estudios locales como el de Rivera (2019) respaldan el uso de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young como instrumento confiable para medir cambios en resiliencia tras programas estructurados.

Una intervención de manejo de estrés de ocho semanas en adolescentes griegos aumentó significativamente los puntajes de resiliencia y rendimiento escolar, además de reducir estrés y ansiedad, lo que refuerza que intervenciones estructuradas pueden impactar múltiples dimensiones del bienestar adolescente (Kyriazos, et al., 2021). En China, el programa universal “TRT” demostró que intervenciones escolares con sesiones semanales de fortalecimiento emocional y resiliencia pueden generar reducciones duraderas de síntomas de depresión y ansiedad, manteniéndose mejoras hasta un año después (Li et al., 2023). En adolescentes con pérdida de audición que asistían a escuelas regulares, una intervención centrada en resiliencia produjo aumentos significativos en resiliencia y comportamiento prosocial, además de reducir dificultades emocionales y de conducta (Smith et al., 2019).

Un estudio con jóvenes adolescentes de alto riesgo en Portugal encontró que un programa de habilidades socioemocionales mejoró significativamente el autoconcepto y redujo los problemas emocionales y de comportamiento comparado con grupo control

(Pereira et al., 2022). Un meta análisis que incluyó 17 ensayos controlados aleatorios encontró que los programas de resiliencia tienen un efecto moderado en aumentar la resiliencia en adolescentes, y que estos efectos pueden mantenerse hasta seis meses después de la intervención (Pinto, Laurence & Macedo, 2021).

Los resultados de esta investigación concuerdan con los estudios realizados en Latinoamérica que evidencian la efectividad de los programas educativos para robustecer la resiliencia en adolescentes., Heredia & Sunza Chan (2021) demostraron que las intervenciones estructuradas en situaciones de vulnerabilidad producen avances notables en cuanto a autoeficacia, habilidades de afrontamiento y apoyo social. De manera parecida, en este estudio se notaron aumento en los puntajes de los test aplicados para analizar la autoestima y resiliencia, además de una disminución del estrés emocional. Esto indica que las estrategias socioemocionales empleadas en los contextos escolares tienen un efecto positivo constante. Además, los hallazgos apoyan la conveniencia de incluir programas de resiliencia en el entrenamiento integral. En general, los datos corroboran la pertinencia y la factibilidad de aplicar estas intervenciones de manera continua.

Sin embargo, algunas diferencias entre los resultados esperados y los observados pueden deberse a factores contextuales propios de nuestra población de estudio. Por ejemplo, la diversidad socioeconómica y los distintos niveles de apoyo familiar entre los participantes pudieron influir en la magnitud de los cambios obtenidos. Asimismo, a diferencia de algunos estudios longitudinales, nuestra investigación se limitó a un diseño pretest-posttest sin seguimiento a largo plazo, lo que restringe la comprensión del impacto sostenido de la intervención.

Las limitaciones incluyen el tamaño relativamente pequeño de la muestra y la ausencia de un grupo control, lo que podría introducir sesgos o limitar la generalización de los resultados. Además, la dependencia de datos auto-reportados mediante los test puede estar sujeta a sesgo de deseabilidad social.

A pesar de estas limitaciones, los resultados son significativos, ya que brindan apoyo empírico para la implementación de programas educativos que promuevan la

resiliencia en contextos escolares similares. Fortalecer la resiliencia durante la adolescencia puede contribuir a mejorar el bienestar psicológico y el rendimiento académico, aspectos clave para un desarrollo saludable y mejores perspectivas futuras.

Conclusiones

Los resultados logrados en este estudio muestran que la implementación del programa de intervención educativa tuvo un impacto positivo y significativo en el fortalecimiento de los factores de resiliencia en los jóvenes, como se puede percibir en el porcentaje que aumento en las pruebas que evalúan la resiliencia y los niveles de autosuficiencia con una disminución del estrés emocional y el comportamiento de distracción, la evidencia de que el enfoque utilizado contribuyó efectivamente al desarrollo socioemocional de los estudiantes.

Una estrategia metodológica basada en diseños cuantitativos estructurados alrededor del pretest y posttest con un grupo donde se permitió evaluar los cambios cuantitativos, mediante los métodos de calidad complementaron y desarrollaron resultados cuantitativos y revelaron mejoras en la autorregulación emocional, el clima escolar y la interacción familiar.

Estos hallazgos ratifican la importancia de integrar programas educativos que se centran en las habilidades socioemocionales como parte de la capacitación escolar, especialmente durante la adolescencia, caracterizada por una serie de desafíos personales, académicos y socialmente. También se confirma que la importancia de los factores protectores, como el fortalecimiento de la estabilidad, previene situaciones de riesgo y promueve el bienestar integral de los estudiantes.

Finalmente, se recomienda la continuidad de los programas y su réplica en otras instituciones educativas para contribuir al desarrollo de una mayor política y práctica educativa humana, preventiva y orientada para fortalecer el potencial de los jóvenes.

Referencias

- Astorga, M. C. M., Finez-Silva, M. J., dos Anjos, E. M., Pérez-Lancho, M. C., Urchaga-Litago, J. D., & Vallejo-Pérez, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 183-190.
<https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1542/1339>
- Betancourt Zambrano, S. V., Macías Sánchez, K. G., Verdezoto Michuy, C. L., Carbo Chambe, C. J., & Verdezoto Michuy, M. N. (2021). *Cambios cognitivos y emocionales en la adolescencia: una mirada desde la psicología evolutiva. Polo del Conocimiento*
- Cyrułnik, B. (2006). *Los patitos feos: La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Gedisa.
- Delgado Ávila, O., & Suárez Pinto, E. N. (2018). Programa de intervención psicoeducativa para promover factores de resiliencia en adolescentes. Disponible en
<https://repository.ucc.edu.co/items/6b388d28-2a54-40f6-ba3f-c2cb47f36cd4>
- Chiha, C., Godin, M., Cossette, L., & Rousseau, C. (2023). School-based mental health promotion interventions for adolescents: A realist review. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1100562. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1100562>
- Gómez, F. A., Zelaya, V. V., Mamani, D. M. A., Vásquez, M. E. Z., & Maquera, Y. M. (2023). Resiliencia en adolescentes expuestos a contextos de riesgo psicosociales: una revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 5434-5445.
Disponible en <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4839/7338>
- Li, X., Wang, Y., Zhao, Z., et al. (2023). *Effectiveness of a universal resilience-focused intervention for children in the school setting: A cluster-randomized controlled trial*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39299585>
- Llistosella, M., Goni-Fuste, B., et al. (2023). *Effectiveness of resilience-based interventions in schools for adolescents: A systematic review and meta-analysis*. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1211113>
- Kyriazos, T. A., Karakonstantis, S., et al. (2021). *Stress management intervention to enhance*

- adolescent resilience: a randomized controlled trial*. Adolescents, 11-17 years old.
PubMed. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34671547>
- Heredia Soberanis, N. G. & Sunza Chan, S. P. (2021). *Intervención educativa para el desarrollo de resiliencia en adolescentes de contextos vulnerados en México*. *Etic@net*, 21(2), 433-450. <https://doi.org/10.30827/eticanet.v21i2.20970>
- Masten, A. S. (2014). *Ordinary Magic: Resilience in Development*. Guilford Press.
- Palacios, X. (2019). Adolescencia: ¿una etapa problemática del desarrollo humano?. *Revista Ciencias de la Salud*, 17(1), 5-8. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-72732019000100005&script=sci_arttext
- Pereira, M., Silva, F., Costa, S., et al. (2022). *Socioemotional Skills Program with a Group of Socioeconomically Disadvantaged Young Adolescents: Impacts on Self-Concept and Emotional and Behavioral Problems*. *Children*, 9(5). <https://www.mdpi.com/2227-9067/9/5/680>
- Pérez Pérez, P. D. R., Pérez Manosalvas, H. S., & Guevara Morillo, G. D. (2022). Factores de riesgo y desarrollo de resiliencia en adolescentes. *Revista Científica UISRAEL*, 9(2), 23-38. Disponible en http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2631-27862022000200023&script=sci_arttext
- Pinto, L., Laurence, F., & Macedo, A. (2021). *Resilience Programs for Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis*. *Journal of Adolescent Health*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34880812>
- Rivera Mamani, R. E. (2019). *Efectividad del programa de intervención en la resiliencia de las adolescentes mujeres de tercero de secundaria, Arequipa 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/6b67bca2-cca1-46f7-8efd-0f82da6f9c46>
- Smith, A., Jones, B., et al. (2019). *Randomized trial of a resilience intervention on resilience, behavioral strengths and difficulties of mainstreamed adolescent students with hearing loss*. *Journal of Child & Adolescent Psychology*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31670194>
- Steinberg, L. (2017). *Adolescence* (11th ed.). McGraw-Hill Education.

- Solano Fernández, E. (2021). *El embarazo a temprana edad, un análisis desde la adolescencia*. *Revista Cubana de Pediatría*, 93(4), 1–12. https://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000400018&script=sci_arttext
- UNICEF. (2018). *Construyendo resiliencia en las escuelas: Guía para docentes y directivos*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/<https://www.unicef.org/mexico/media/8581/file/UNICEF%20Manual%20de%20resiliencia.pdf.pdf>
- Vega-Cauich, A. A., & Caamal-Ciau, D. (2022). Intervención educativa para el desarrollo de la resiliencia en adolescentes de contextos vulnerados. *Revista Ética y Sociedad*, 24(1), 1–19. <https://revistaseug.ugr.es/index.php/eticanet/article/view/20970>

Contribución de autoría

ROLES	AUTORES QUE ASUMIERON EL ROL
Conceptualización	Jaritzza Gisella Párraga Álvarez, Antonio Clarencio Guzmán Ramírez
Curación de datos	Jaritzza Gisella Párraga Álvarez
Análisis formal	Jaritzza Gisella Párraga Álvarez
Investigación	Jaritzza Gisella Párraga Álvarez, Antonio Clarencio Guzmán Ramírez
Metodología	Jaritzza Gisella Párraga Álvarez
Supervisión	Antonio Clarencio Guzmán Ramírez
Redacción – borrador original	Jaritzza Gisella Párraga Álvarez
Redacción – revisión y edición	Jaritzza Gisella Párraga Álvarez, Antonio Clarencio Guzmán Ramírez

Declaración de conflictos de interés

El autor declara que no existe ningún conflicto de interés en la realización y publicación de este artículo.

Declaración de financiamientos

Este trabajo no recibió financiamiento externo. La investigación fue financiada con recursos propios del autor.