

Artículo publicado en la revista *LiberAddictus*.

Para consultar más artículos haga click en:

[www.infoadicciones.net](http://www.infoadicciones.net)

---

## **Una escala de percepción de resiliencia en el medio ambiente proximal: validez factorial y consistencia interna**

Su relación con el riesgo psicosocial acumulado en bases de datos de estudiantes mexicanos de educación básica, media superior y superior

*María Elena Castro, Jorge Llanes y Adriana Carreño<sup>1</sup>*

### **Antecedentes**

La vulnerabilidad psicosocial constituye una problemática de primer orden en la sociedad contemporánea. Los riesgos exponen a sufrir efectos negativos para el desarrollo humano pleno, así como expuestos a trastornos emocionales o a distorsionar su proyecto de vida, o iniciarse en situaciones adictivas o delincuenciales.

En los últimos veinte años, la literatura científica está dedicada al análisis y búsqueda de soluciones a esta problemática, y debe darse atención a los aspectos psicosociales desde diversas perspectivas, las cuales es posible ajustar a dos aproximaciones: una distal y otra proximal, que siendo conciliables son distintas en el abordaje de los problemas y en su impacto en las personas en la vida cotidiana, distinción que tiene gran relevancia para las intervenciones preventivas<sup>2</sup>.

En materia de prevención, la aproximación distal se refiere a todas aquellas medidas que se relacionan con las problemáticas psicosociales pero que no impactan el día a día de los pequeños colectivos de forma inmediata.

Las políticas públicas son el mejor ejemplo de medidas distales, su existencia es efecto de un complejo proceso, donde intervienen diferentes actores sociales y requieren de acuerdos institucionales que, con frecuencia, van acompañados de difíciles negociaciones para ajustar, en consenso, los puntos de vista de diversas ideologías e intereses sobre si el Estado va a aplicar tal o cual medida preventiva, con qué profundidad y seguimiento o con qué recursos, etcétera.

En cambio, las aproximaciones proximales dependen única y exclusivamente de nosotros mismos, por ello suelen ser las más efectivas para producir los cambios y las transformaciones necesarias para proteger a los individuos de los riesgos existentes. Las intervenciones preventivas ofrecen las herramientas

para enfrentar la adversidad aquí y ahora, de un modo concreto y directo. Estas herramientas psicosociales son una combinación de actitudes positivas y de apoyo: mensajes de vínculo intenso, independientemente del comportamiento. Mensajes que, tanto el sentido del humor como la espiritualidad y la escucha profunda, otorgan alivio frente a la adversidad vivida o sentida, y en su sencillez son una fuerza poderosa para lograrlo. Desde su medio proximal mucho puede hacerse para cambiar realmente la trayectoria del riesgo, e impedir que desemboque en un daño.

El diario acontecer, lo que sucede cotidianamente en la vida de las personas, en el hogar o el vecindario, en la escuela o el trabajo, es lo que realmente impacta. La combinación entre el conjunto de pensamientos, sentimientos y emociones, que produce la reacción de las personas con las que convive el individuo, es lo que puede neutralizar o exacerbar el propio nivel de adversidad y la práctica diaria de estas actitudes. La puesta en marcha de nuevos aprendizajes, para estar integrados en cuerpo/mente y espíritu, es lo que hace que las personas sean 'competentes' para vivir una vida de bienestar y desarrollo personal.

### **Resiliencia**

Existen muchas maneras de significar la adversidad y la resiliencia. En Inepar se ha conceptualizado los riesgos psicosociales en un constructo de 'riesgo acumulado' que es un conteo de eventos negativos que se acumulan en la vida de las personas (en el último año o en el último mes) y dan como resultado un estado de adversidad<sup>3</sup>, donde los fenómenos de resiliencia toman sentido.

Edith Grotberg, una de las más importantes especialistas en el tema, afirmó que la resiliencia es parte de la salud mental y de la calidad de vida; ésta se mide de acuerdo a la definición básica que ella proporciona: resiliencia es la capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido y transformado por experiencias de adversidad<sup>4</sup>. Esta autora precisó una fórmula para operacionalizar el concepto de resiliencia, ésta es una herramienta imprescindible para todo investigador que haya aplicado este concepto a la prevención de riesgos. La fórmula es: si tengo y soy/estoy, entonces puedo. Como ejemplo de aplicación está el Sistema de Transferencia Tecnológica Chimalli, donde se utilizó la formación de redes de apoyo en el medio proximal, para producir la sensación del 'tengo' porque hay personas a mi alrededor para las que soy importante, si practico técnicas de protección y habilidades para la vida descubro que puedo producir el 'soy/estoy' integrado, y ambos dispositivos —la solidaridad y la apertura a nuevos aprendizajes— dan como resultado el enfrentar con éxito la adversidad.

La resiliencia es un proceso, no una simple respuesta frente a la adversidad; tampoco es una mera dotación constitucional o genética, es algo que se construye de acuerdo al desarrollo humano y supone la interacción positiva con las personas en los ambientes proximales con quienes se desarrollan las personas. Siendo un proceso inherente a la vida, teje al individuo del

nacimiento a la muerte, e implica la apertura al devenir humano, siempre abierto<sup>5</sup>. Como dice Holling: “La resiliencia es la capacidad de hacer frente a los cambios y la adversidad y continuar con el desarrollo”<sup>6</sup>. Un punto clave es que tiene sentido únicamente en situaciones de adversidad.

La mayoría de los autores que han construido mediciones de resiliencia le dan importancia a las dimensiones psicológicas y del desarrollo, enfrentamiento de estrés o a las habilidades para la vida relacionadas con la autoestima, la empatía, la autonomía, el factor humor y la creatividad<sup>7</sup>.

Otro concepto clave para la aplicación de la resiliencia y su medición en la práctica preventiva es el asunto de las percepciones. Sentirse o no apoyado por el medio proximal es fundamentalmente un asunto de percepciones subjetivas; es cierto que esta apreciación se construye por actitudes, sentimientos, emociones y pensamientos, y por la sensación final que me hace sentirme apoyada o no, esto es un asunto de percepción.

### **Descripción de la escala de resiliencia**

La escala fue diseñada en 2004 como una sección del Inventario Riesgo Protección (IRPA)<sup>8</sup>, se utiliza para hacer diagnósticos de riesgo en comunidades escolares y, también, para evaluar el éxito de intervenciones preventivas en las poblaciones específicas que fueron sometidas a un plan de acción, en el marco de intervenciones preventivas de tipo psicosocial y el desarrollo de habilidades para la vida, para ser diseminadas a través de redes proximales en la escuela, en el barrio, en el trabajo o en el grupo de amigos. Se trata de intervenciones selectivas en comunidades llamadas ‘focos rojos’ porque se caracterizan por altos niveles de riesgo acumulado.

En la lógica del diseño de la escala se adoptó como marco teórico la ‘metáfora de la casita’<sup>9</sup> que se refiere a cuatro componentes básicos de cómo se construye en el ser humano la capacidad de enfrentar los riesgos y la adversidad: 1. Los *cimientos*, que se forman a través de los cuidados básicos y la relación de amor con los padres. 2. La *planta baja* que se constituye por la diaria interacción con la familia, los seres queridos y las redes de apoyo, lo que permite construir un sentido de la vida, un por qué y un para qué estar aquí. 3. El *primer piso* se refiere al desarrollo de habilidades, competencias para la vida, desarrollo de una autoestima adecuada y del sentido del humor. 4. El *techo* representa la capacidad de disfrutar, ser creativo y enfrentarse a nuevos aprendizajes.

Así, en el contexto de las intervenciones preventivas para dar significado a la tarea de las redes de apoyo, operacionalizamos las siguientes dimensiones básicas: la fortaleza interior y la autoestima; los vínculos significativos con padres y abuelos; la aceptación de maestros, amigos y vecinos, y el manejo del sentido del humor y de la vida espiritual. La persona responde eligiendo una opción que mejor refleje su percepción subjetiva en una gradación que va del 0 al 4 (0, nunca; 1, muy rara vez; 2, algunas veces; 3, con frecuencia; 4, casi siempre). Los ítems de la escala son los siguientes: 1. Estoy y/o estuve satisfech@ con el trato diario que recibí de al menos uno de mis abuelos o

parientes de esa generación. 2. Alguno de mis abuelos o parientes de esa generación estaba al cuidado de mi alimentación, mi salud, mis estudios, mi vida diaria. 3. Mis compañer@s de escuela (o trabajo) me aceptan y pueden separar mi persona de mi comportamiento. 4. Estoy satisfech@ con el trato diario que me dio (o me da) mi padre. 5. Estoy satisfech@ con el trato que me dio (o me da) mi madre. 6. Alguno de mis padres o parientes (o ambos) están (o estuvieron) al tanto de mi alimentación, mi saludo, mis estudios. 7. Mis padres me expresan con mucha claridad lo que es adecuado o inadecuado. 8. Mis vecinos o amigos me aceptan y pueden separar mi persona de los comportamientos que tengo. 9. Estoy satisfech@ con el trato diario que recibo de mis compañeros de trabajo y jefes. 10. Estoy o estuve satisfech@ con el trato que recibo o recibí de mis maestros. 11. Experimento un sentido profundo de agradecimiento con la vida. 12. Experimento un sentimiento espiritual que practico diariamente en forma de religión, meditación, rezos y comunicación con un ser superior. 13. Tengo la sensación de que tengo mucho que hacer con mi vida. 14. Me siento entusiasmada@ y alegre. 15. Me siento muy vinculado@ a mi padre y aunque él no esté, siento su presencia. 16. Me siento muy vinculado@ a mi madre y aunque ella no esté, siento su presencia. 17. Tengo al menos alguna persona en mi vida, que con sólo pensar en ella, experimento felicidad. 18. Tengo deseos de aprender muchas cosas nuevas para mejorar mi vida. 19. Mis compañer@s de escuela y trabajo reconocen mis aspectos positivos. 20. Identifico mis emociones negativas como el coraje, el enojo o la envidia. 21. Puedo manejar mis emociones negativas de tal manera que no me causan conflicto y no tenga consecuencias negativas (pleitos, malos entendidos o comportamientos riesgosos). 22. Identifico mis emociones positivas (amor, agradecimiento, tranquilidad, alegría o emoción). 23. Puedo manejar mis emociones positivas de tal manera que no me causan conflicto y no me traen consecuencias negativas (falta de correspondencia, incomprensión y aislamiento). 24. El clima que prevalece en mi casa es agradable y el buen humor, la risa y la alegría predominan. 25. Cuando enfrento situaciones difíciles, el buen humor me ayuda a enfrentarlas. 26. Al experimentar una dificultad grave la enfrento con fortaleza.

### **La validez factorial**

La escala se aplicó a 687 estudiantes universitarios en 2005. Se procesaron los datos con el paquete estadístico de SPSS para conocer los factores que se forman estadísticamente y conceptualizarlos de manera conveniente<sup>10</sup>. Como se observa en la tabla 1, la mayoría de los pesos factoriales son mayores a 0.48 y señalan claramente la existencia de factores que fueron conceptualizados, de acuerdo a la lógica del diseño en siete áreas de investigación, se agrupan los 26 reactivos de la escala de resiliencia en la siguiente forma: factor 1: fortaleza interior (5 reactivos); factor 2: autoestima (5 reactivos); factor 3: clima familiar (4 reactivos); factor 4: red de apoyo (4 reactivos); factor 5: vínculo con los padres (2 reactivos);

TABLA 1. ESCALA DE RESILIENCIA. MATRIZ DE COMPONENTES ROTADOS

| Reactivos  | Factores |        |        |        |        |        |        |
|--|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|  | 1        | 2      | 3      | 4      | 5      | 6      | 7      |
| Enfrento situaciones con buen humor                        | 0.697    | 0.153  | 0.122  | 0.059  | 0.046  | 0.073  | 0.045  |
| Experimento dificultad y la enfrento con fortaleza         | 0.673    | 0.148  | -0.022 | -0.025 | 0.097  | 0.084  | 0.039  |
| Manejo emociones negativas sin conflicto                   | 0.631    | 0.025  | -0.014 | 0.233  | 0.012  | 0.297  | 0.006  |
| Manejo emociones positivas sin conflicto                   | 0.500    | 0.138  | 0.063  | 0.247  | 0.187  | 0.484  | 0.019  |
| Clima agradable en casa                                    | 0.488    | 0.147  | 0.408  | 0.054  | 0.320  | -0.050 | 0.000  |
| Tengo mucho que hacer con mi vida                          | 0.032    | 0.799  | 0.067  | 0.022  | 0.061  | 0.110  | 0.035  |
| Deseo de aprender cosas nuevas                             | 0.071    | 0.644  | 0.168  | 0.026  | 0.088  | 0.374  | -0.005 |
| Me siento entusiasmado y alegre                            | 0.399    | 0.625  | 0.114  | 0.109  | 0.197  | 0.094  | 0.017  |
| Agradecimiento en mi vida                                  | 0.350    | 0.609  | 0.208  | 0.225  | 0.103  | -0.055 | 0.113  |
| Mis compañeros reconocen mis positividadades               | 0.257    | 0.468  | 0.129  | 0.304  | 0.062  | 0.267  | -0.133 |
| Estoy satisfech@ con el trato de mi madre                  | 0.095    | 0.130  | 0.704  | 0.126  | 0.223  | 0.019  | 0.107  |
| Alguien está al tanto de la alimentación y de los estudios | -0.041   | 0.144  | 0.624  | 0.068  | -0.086 | 0.302  | -0.071 |
| Mis padres expresan con claridad lo adecuado e inadecuado  | -0.014   | 0.126  | 0.616  | 0.227  | 0.135  | 0.067  | 0.017  |
| Estoy satisfech@ con el trato de padre                     | 0.243    | 0.008  | 0.562  | 0.146  | 0.377  | -0.080 | 0.024  |
| Los compañeros separan mi persona de mis errores           | -0.091   | -0.025 | 0.051  | 0.779  | 0.092  | 0.114  | 0.051  |
| Mis vecinos me aceptan y aceptan mis comportamientos       | 0.029    | 0.027  | 0.254  | 0.724  | 0.065  | 0.156  | 0.065  |
| Estoy satisfech@ con el trato diario                       | 0.244    | 0.204  | 0.105  | 0.574  | 0.032  | -0.092 | 0.074  |
| Estoy satisfech@ con el trato de los maestros              | 0.242    | 0.156  | 0.102  | 0.482  | 0.060  | 0.087  | -0.050 |
| Me siento vinculado a mi padre                             | 0.196    | 0.137  | 0.137  | 0.093  | 0.800  | 0.077  | 0.015  |
| Me siento vinculado a mi madre                             | 0.054    | 0.128  | 0.220  | 0.098  | 0.740  | 0.172  | 0.029  |
| Identifico las emociones negativas                         | 0.113    | 0.095  | 0.035  | 0.081  | 0.033  | 0.710  | 0.103  |
| Identifico las emociones positivas                         | 0.364    | 0.262  | 0.108  | 0.110  | 0.134  | 0.552  | 0.001  |
| Tengo una persona que me da felicidad                      | 0.069    | 0.309  | 0.259  | 0.050  | 0.316  | 0.402  | 0.056  |
| Abuelos o parientes alimentación, etcétera                 | -0.025   | -0.065 | -0.013 | 0.034  | -0.015 | 0.128  | 0.803  |
| Satisfecho con el trato de abuelos o parientes             | 0.240    | 0.036  | 0.437  | 0.044  | -0.053 | 0.007  | 0.591  |
| Sentimiento espiritual                                     | -0.010   | 0.345  | -0.110 | 0.084  | 0.305  | -0.050 | 0.480  |

Fuente: Inepar. Bases de datos, 2005.

factor 6: manejo de las emociones (3 reactivos); factor 7: vínculo con abuelos y otros familiares (3 reactivos).

### Consistencia interna

A la fecha la escala se ha aplicado en 10 muestras representativas de diferentes subsistemas educativos. En estas bases de datos se corrió el

análisis de consistencia interna con el coeficiente alfa, con el paquete estadístico SPSS<sup>11</sup>. Como se observa, la escala tiene un nivel alto de consistencia interna al ser respondida por los estudiantes de todos los niveles educativos. Estos coeficientes apoyan el uso de la escala desde preadolescentes hasta jóvenes de 18 años de edad o más.

En ocho de las diez muestras en las que se ha aplicado la escala, las medias de resiliencia son significativamente más bajas en los subgrupos de alto riesgo acumulado, como se observa en la tabla 3 (véase la siguiente página). En las muestras donde no se encontraron diferencias significativas con riesgo global acumulado, pero sí se detectaron diferencias en otras áreas de riesgo como consumo de sustancias, vulnerabilidad psicosocial y eventos predictores. Estos datos afirman la relación inversa que existe entre riesgo y resiliencia y se sostiene la hipótesis de que las intervenciones preventivas deben ayudar a elevar los niveles de resiliencia en los medio ambientes proximales de las personas en foco rojo psicosocial.

### **Conclusión**

Se cuenta con una escala con validez factorial y consistencia interna que puede ser usada en población estudiantil mexicana. En el futuro será importante su uso como instrumento de evaluación en estudiantes que sean sometidos a un plan de acción preventiva, con el propósito de evaluar si en efecto las intervenciones preventivas son susceptibles de modificar en ellos la percepción de apoyo que tienen sobre su entorno inmediato.

### **Notas**

- <sup>1</sup> Instituto de Educación Preventiva y Atención de Riesgos, A.C. (INEPAR).
- <sup>2</sup> Jessor R, Jessor SL. Problem behavior and psychosocial development: a longitudinal study of youth. Nueva York: Academic Press; 1977.
- <sup>3</sup> [www.inepar.edu.mx](http://www.inepar.edu.mx). Botón de investigación.
- <sup>4</sup> Grotberg, Edith. *Nuevas tendencias en resiliencia*. En: A Melillo, N Suárez Ojeda (Compilación). *Resiliencia. Descubriendo fortalezas*. Paidós: Buenos Aires; 2001.
- <sup>5</sup> Cyrulnik Boris. *Los patitos feos*, Barcelona: GEDISA; 2002.
- <sup>6</sup> Holling Buzz. What's Resiliency? Research for governance social-ecological systems. Sweden: Stockholm Resiliency Centre; 2008. p. 3
- <sup>7</sup> Salgado Lévano. *Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana*. Lima (Perú): Escuela Profesional de Psicología LIBERABIT, A.C.; 2005.
- <sup>9</sup> Vanistendael S., 2003
- <sup>10</sup> Solórzano N, Gaitán P, Uribe M, et al. *Estudio de riesgo-protección psicosocial en estudiantes de la Universidad Iberoamericana Ciudad de México 2005*. *LiberAddictus* 2007 septiembre-octubre: (99).
- <sup>11</sup> Statistical Package for the Social Sciences, es un programa estadístico informático utilizado en las ciencias sociales. Bajo sus parámetros, el

Inepar diseñó una rutina de análisis de datos en forma de sintaxis para correr los datos de cada una de las bases de datos.

| Niveles educativos                             | Número | Alfa   |
|--|--------|--------|
| 1. Sistema Abierto Preparatoria (DGB) Nacional | 10937  | 0.9175 |
| 2. Primaria Reynosa                            | 890    | 0.9688 |
| 3. Primaria Nuevo Laredo                       | 774    | 0.9525 |
| 4. Primaria Tampico                            | 794    | 0.9542 |
| 5. Ocho secundarias del Estado de México       | 293    | 0.9415 |
| 6. Nivel superior 2007, DF                     | 692    | 0.8809 |
| 7. Preparatoria privada, 2008, DF              | 437    | 0.8800 |
| 8. Universidad privada, 2008, DF               | 660    | 0.9022 |
| 9. Preparatoria privada, 2006, Interior        | 554    | 0.9098 |
| 10. Nivel Superior, 2006, Interior             | 525    | 0.9112 |

|  |       | Medias |        |        |       |       |         |         |         |         |         |
|--|-------|--------|--------|--------|-------|-------|---------|---------|---------|---------|---------|
|  |       | 1      | 2      | 3      | 4     | 5     | 6       | 7       | 8       | 9       | 10      |
| Escala de resiliencia                          | B. R. | 74.66* | 68.42* | 85.23  | 90.09 | 88.97 | 114.45* | 112.07* | 111.54* | 114.19* | 114.49* |
|  | M. R. | 72.50* | 44.50* | 75.62  | 82.75 | 86.94 | 112.95* | 109.40* | 109.59* | 107.66* | 113.52* |
|  | A. R. | 62.90* | 65.57* | 66.25  | 92.33 | 85.70 | 109.38* | 105.00* | 104.91* | 106.14* | 108.39* |
| Factor 1: Fortaleza interior                   | B. R. | 14.21* | 13.47  | 16.23  | 17.43 | 17.38 | 21.12   | 21.14*  | 20.84*  | 21.72*  | 21.35   |
|  | M. R. | 13.70* | 8.57   | 15.92  | 16.44 | 15.51 | 20.91   | 20.34*  | 20.29*  | 20.25*  | 21.17   |
|  | A. R. | 11.82* | 12.57  | 12.25  | 18.00 | 16.50 | 20.48   | 19.32*  | 19.93*  | 19.71*  | 20.22   |
| Factor 2: Autoestima                           | B. R. | 12.64* | 14.47* | 17.91* | 18.22 | 18.34 | 23.00*  | 22.15   | 22.35*  | 22.80*  | 23.18   |
|  | M. R. | 12.36* | 9.36*  | 12.85* | 16.44 | 17.22 | 22.80*  | 22.04   | 21.83*  | 21.84*  | 22.89   |
|  | A. R. | 10.72* | 12.71* | 14.25* | 18.67 | 16.50 | 21.86*  | 21.20   | 20.88*  | 21.86*  | 21.95   |
| Factor 3: Clima familiar                       | B. R. | 12.70* | 11.58  | 14.47  | 14.75 | 15.59 | 18.97   | 18.64   | 18.39*  | 18.74*  | 18.67   |
|  | M. R. | 12.15* | 8.07   | 12.38  | 13.75 | 15.76 | 18.69   | 18.13   | 18.25*  | 17.79*  | 18.78   |
|  | A. R. | 10.38* | 9.57   | 9.25   | 16.00 | 14.30 | 18.40   | 18.04   | 17.39*  | 17.66*  | 17.83   |
| Factor 4: Red de apoyo                         | B. R. | 10.80* | 9.53   | 12.22  | 12.75 | 12.48 | 17.49   | 17.15   | 18.26   | 17.55*  | 17.54   |
|  | M. R. | 10.82* | 6.07   | 12.31  | 11.25 | 13.20 | 17.40   | 16.86   | 16.77   | 16.74*  | 17.58   |
|  | A. R. | 9.41*  | 10.00  | 11.50  | 11.00 | 13.60 | 16.96   | 16.08   | 16.72   | 16.46*  | 16.76   |
| Factor 5: Vínculo con padres                   | B. R. | 5.30*  | 4.79*  | 6.30   | 7.22  | 6.47  | 9.21*   | 8.91*   | 15.84*  | 8.46*   | 8.82*   |
|  | M. R. | 5.01*  | 2.43*  | 5.31   | 7.06  | 6.39  | 8.98*   | 8.48*   | 8.88*   | 7.62*   | 8.47*   |
|  | A. R. | 4.32*  | 5.43*  | 5.00   | 8.33  | 5.50  | 8.73*   | 7.88*   | 8.66*   | 7.60*   | 7.83*   |
| Factor 6: Manejo de emociones                  | B. R. | 8.71*  | 8.13*  | 9.66   | 10.76 | 10.75 | 13.53*  | 13.29*  | 8.11*   | 13.35   | 13.67   |
|  | M. R. | 8.81*  | 4.71*  | 9.69   | 10.13 | 11.41 | 13.28*  | 13.02*  | 13.27*  | 13.01   | 13.35   |
|  | A. R. | 7.70*  | 8.57*  | 8.00   | 11.00 | 10.90 | 12.72*  | 12.32*  | 13.19*  | 13.20   | 13.10   |
| Factor 7: Vínculo con abuelos y espiritualidad | B. R. | 7.15*  | 6.45   | 8.43   | 8.97  | 7.96  | 11.14*  | 10.79   | 12.55*  | 11.57*  | 11.26   |
|  | M. R. | 6.72*  | 5.29   | 7.15   | 7.69  | 7.45  | 10.89*  | 10.53   | 11.05*  | 10.41*  | 11.28   |
|  | A. R. | 6.12*  | 6.71   | 6.00   | 9.33  | 8.40  | 10.23*  | 10.16   | 10.66*  | 9.66*   | 10.71   |

Nota. Los números de las medias corresponden a las bases de datos de la tabla 2.  
B. R. = Bajo riesgo, M. R. = Mediano riesgo, A. R. = Alto riesgo.

## **Bibliografía**

- Cyrułnik, Boris. *Los patitos feos*, Barcelona: GEDISA; 2002.
- Grotberg, Edith. "Nuevas tendencias en resiliencia". En: A Melillo, N Suárez Ojeda (Compilación). *Resiliencia. Descubriendo fortalezas*. Buenos Aires; Paidós: 2001.
- Holling, Buzz. *What's Resiliency? Research for governance social-ecological systems*. Sweden: Stockholm Resiliency Centre; 2008.
- Jessor R, Jessor SL. *Problem behavior and psychosocial development: a longitudinal study of youth*. NuevaYork: Academic Press; 1977.
- Salgado, Lévano. *Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: Una alternativa peruana*. Lima (Perú): Escuela Profesional de Psicología LIBERABIT, A.C.; 2005.
- Solórzano N, Gaitán P, Uribe M, et al. *Estudio de riesgo-protección psicosocial en estudiantes de la Universidad Iberoamericana Ciudad de México 2005. LiberAddictus 2007* septiembre-octubre; (99).
- Vanistendael S. "La felicidad es siempre posible". En: Mancieux M (Compilador). *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Barcelona: GEDISA; 2003.
- Instituto de Educación Preventiva y Atención de Riesgos (Inepar). Bases de datos 2000-2008. Disponible en: <http://www.inepar.edu.mx/Investigación/Bases de datos/>

más artículos en: [www.infoadicciones.net](http://www.infoadicciones.net)