



UNIVERSIDAD DE ALMERÍA
Facultad de Psicología

UNIVERSIDAD DE ALMERÍA



FACULTAD DE PSICOLOGÍA



**Trabajo Fin de Grado en Psicología
Convocatoria Septiembre 2018**

ESTUDIO SOBRE LA RELACIÓN ENTRE LA RESILIENCIA FAMILIAR Y EL ÁMBITO LABORAL

STUDY ON THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY RESILIENCE AND LABOR SCOPE

Leonor María Cirera Iribarne

Carmen María Salvador Ferrer

Resumen

El término de resiliencia se comprende como una energía enfrentada a la calamidad potencial de la adversidad (Luthar, Cicchetti y Becker, 2003; Masten y Obradovic, 2007). Actualmente, es explicada como un concepto de carácter relativo, dependiendo de la estabilidad entre aspectos relacionados con el ámbito familiar, laboral y social (Bandura, 2000; Day, 2000). El objetivo general de este estudio se centra en conocer la relación entre el desarrollo de la resiliencia en el entorno familiar respecto al ámbito laboral. Se llevó a cabo mediante un diseño de investigación de carácter cuantitativo, con una muestra total de 201 participantes de ambos sexos. Con el fin de medir de manera individual los tres constructos (estructura familiar, resiliencia y satisfacción laboral) se utilizó el cuestionario de evaluación de la estructura familiar (Olson, Portner & Bell, 1978), la escala de resiliencia (Wagnild y Young, 1988) y la escala de satisfacción laboral (Grajales y Araya, 1999). Los resultados determinaron que existe una relación estadísticamente significativa entre resiliencia versus satisfacción laboral, resiliencia versus estructura familiar y satisfacción laboral versus estructura familiar. Por tanto, se afirma que nos encontramos ante una relación positiva y directa, es decir, quien muestra un alto grado de resiliencia posee también una fuerte unión familiar y satisfacción laboral. Destacar, a su vez, la importancia que tiene ser resiliente para proporcionar un adecuado clima laboral (Rojas, 2010) y el desarrollo de la resiliencia familiar para desarrollar capacidades que proporcionen seguridad y equilibrio vital (Dantagnan, 2005).

Palabras clave: resiliencia, satisfacción laboral, resiliencia familiar, definición correlación.

Abstract

Resilience's term is understood as an energy faced to the calamity of the adversity (Luthar, Cicchetti and Becker, 2003; Masten and Obradovic, 2007). Nowadays, is explained as a concept of relative nature, depending on the stability between related aspects with familiar, labour and social scope (Bandura, 2000; Day, 2000). The general objective of this research is based on the understanding relation between development of resilience and the familiar environment in relation to labour environment. It was carried out through an investment pattern with a quantitative character, with a total sample of 201 participants from both genders. With the purpose of measure three constructs as individual elements (familiar structure, resilience and labour satisfaction) it was used the evaluation survey of familiar structure (Olson, Porter and Bell, 1978), the resilience scale (Wagnild and Young, 1988) and the labour satisfaction's scale (Grajales and Araya, 1999). The results that determined the existence of an statistic significant relation between resilience versus labour satisfaction, resilience versus familiar structure and labour satisfaction versus familiar structure. Therefore, it's confirmed that we found a positive and direct relation, that is to say, the ones showing a high grade of resilience owns too a high familiar union and labour satisfaction. Taking into account the importance of being resilient to provide an adequate working environment (Rojas, 2010) and the development of familiar resilience to develop abilities that provide vital security and equilibrium (Dantagnan, 2005).

Key words: resilience, labour satisfaction, familiar resilience, definition, correlation.

Índice

Introducción	5
Objetivos	11
Método	12
Muestra.....	12
Instrumentos	12
Procedimiento.....	15
Análisis de datos.....	15
Resultados.....	16
Análisis descriptivo	16
Análisis de correlación de Pearson.....	17
Conclusiones	18
Referencias.....	22

Introducción

El concepto resiliencia se entiende como una energía enfrentada a la calamidad potencial de la adversidad: no cabe la posibilidad de hablar de resiliencia sin haber experimentado condiciones de adversidad que desemboquen en unos resultados negativos hacia una persona o grupo (Luthar, Cicchetti y Becker, 2003; Masten y Obradovic, 2007). La adversidad es entonces concebida como el origen de la resiliencia, el sufrimiento que provoca esa adversidad se representa como la semilla de la superación y los obstáculos que interfieren en el proceso hacen referencia a todo el esfuerzo que se requiere para crear un camino sostenido hacia la cima que caracteriza a las personas y familias resilientes (Cyrulnik y Eguibar, 2003).

Según Kotliarenco et al. (1997), se interpreta por resiliencia la resistencia o aguante que posee un cuerpo a la rotura por un impacto. Así, la fragilidad de una figura disminuirá a medida que aumente la resiliencia.

Aquellos que se han dedicado a describir y construir el concepto de resiliencia en el ámbito de las ciencias sociales han encontrado que la destreza para, de una forma exitosa, enfrentarse de cara al estrés y a los sucesos adversos descende desde la interacción de los distintos elementos y hechos a lo largo de la vida del niño (Kumpfer y Alvarado, 1998). El ejemplo de esto se contempla en el carácter biológico y en las particularidades internas – fundamentalmente la inteligencia–, el locus de control interno o dominio; así como la intensidad, la permanencia y el número de eventos estresantes y/o desfavorables por las que haya transitado el niño. Esto se da principalmente en una época temprana. La familia, junto al ambiente de la comunidad en la que el niño se encuentra –en correspondencia a su crianza y las cualidades de apoyo y soporte que están presentes– también está considerada como un elemento muy importante y altamente significativo en la vida del niño. Por ello, se estima que la resiliencia puede convertirse en un semejante a la resistencia, a la inmunidad al estrés (Masten y Gamezy, 1985) y a la adversidad (Lemos, 2005).

Uno de los problemas dentro de la concepción de resiliencia radica en su definición, la cual se mantiene exenta de un acuerdo pleno. Sin embargo, sí existe consenso en que, en el momento de hacer referencia al concepto, se asume la existencia de una capacidad o positivo y práctico afrontamiento en réplica a la adversidad o dificultad (Luthar y Cushing, 1999). Bartelt (1996) valora esta noción difícil de apresar, así como de detallar alta y empíricamente en relación con mediciones de triunfo y frustración o desengaño situacional. Tras la reflexión de Bartelt (1996), la descripción de resiliencia se basa en igualar el término a un rasgo psicológico percibido como un elemento del *self* que habilita para vivir un desenlace victorioso tras circunstancias adversas. Este elemento, de manera paradójica, puede quedar desgastado o fortalecido ante la adversidad acontecida. En 1990, Richardson, Jensen, Neieger, y Kumpfer definen el concepto como un procedimiento de resistencia a circunstancias vitales dolorosas o estresantes concediendo seguridad y defensa, junto a las distintas capacidades de afrontamiento que, con anterioridad al hecho adverso, no posee el individuo (importante este matiz para gestionar las emociones y el estrés teniendo presente la difícil situación). La explicación aceptada en mayor medida sobre el término es de Garnezy (1991), el cual confía en que se trata de fenómeno diferenciado del resto porque obtiene resultados positivos a pesar de rodearse de amenazas comprometidas ligadas al desarrollo o la conciliación.

Más recientemente, Luthar (2003) expone el término bajo la idea de consistir en una adaptación positiva aun habiendo convivido con distintas adversidades vitales. De igual forma, Masten y Powell (2003) apuntan que el concepto de resiliencia hace referencia a distintos patrones adaptativos óptimos en un entorno rodeado de peligros o adversidades de peso. Esto provoca que la última definición comentada hasta ahora del concepto se establezca como un patrón construido por unas determinadas características dando lugar a un molde genérico más que a un diagnóstico específico. Para ello se piensa que lo más conveniente

sería pronunciar que un individuo presenta un patrón o modelo resiliente, o que muestra singularidades propias de la resiliencia. Por tanto, no se considera un aspecto del individuo debido a que una misma persona puede cambiar la manifestación de su conducta y patrones vitales con el transcurso del tiempo y las diferentes etapas en su existencia.

La Asociación Americana de Psicología -APA- (2009) define la resiliencia como un procedimiento de adaptación exitoso frente a la calamidad, la desgracia, el infortunio, el estrés, etc. Algunos ejemplos serían las trabas en relaciones interpersonales, los problemas familiares, enfermedad propia o de un ser querido, estrés laboral, graves dificultades económicas, entre otros.

Cabe subrayar que el principal problema, para concretar una definición de la palabra resiliencia, se basa en que no se trata de un constructo sencillo, añadiendo que cada persona puede tener una reacción subjetiva completamente diferente ante circunstancias de apariencia semejante. Además, varían los niveles de conciencia, respuesta y razón ante un acaecimiento.

Integrando este concepto en la investigación social, es importante explicar que los estudios basados en la resiliencia surgieron a través del reconocimiento de características acuñadas a supervivientes que habían vivido acontecimientos adversos de elevado peligro, la mayoría de ellos correspondían a una población de temprana edad. Greene y Conrad (2002) afirmaron también que la motivación hacia el estudio de la resiliencia nació a raíz del descubrimiento y publicación de los estudios destinados a conocer los factores de riesgo. En las dos últimas décadas, el estudio (con especial esmero y atención) de este fenómeno se ha guiado en un camino hacia el reconocimiento de las consecuencias de los factores de protección, es decir, establecieron el objetivo de conocer cómo los factores influyentes en la resiliencia contribuían a una adaptación positiva.

Partiendo de un punto de vista psicológico, es importante entender que la resiliencia brota como derivación tras la interacción con una imagen significativa. Esto trae consigo la idea de

que el papel que ejerce la relación con el otro durante el desarrollo del aparato psíquico resulta trascendental. En los últimos tiempos, la comprensión y seguimiento de procesos familiares en situaciones de dificultad y desgracia ha recibido un miramiento especial bajo el enfoque de las relaciones familiares junto al desarrollo de resiliencia individual y grupal (Hawley y DeHann, 1996). El objetivo básico del abordaje de la resiliencia en familias, tanto en el momento presente como a lo largo del tiempo, se construye con la idea de reconocer y reforzar los procesos clave que pueden desarrollarse para superar sucesos difíciles y acontecimientos estresantes (Hawley y DeHann, 1996; Walsh, 1998/2005).

En la actualidad, la resiliencia es explicada como un concepto de carácter relativo, dependiendo de la estabilidad activa entre aspectos relacionados con el ámbito personal, familiar y social, unido todo a determinados sucesos que forman parte del periodo vitalicio. Normalmente, los sucesos propios del ciclo vital están ceñidos a diferentes campos de adaptación psíquica. Este tipo de adaptación se ve condicionada e influenciada fuertemente por los desarrollos grupales que experimentamos, pues hay que tener presente que, de un modo inevitable, vivimos en una constante relación social (Bandura, 2000; Day, 2000). Asimismo, en el momento actual, los grupos de trabajo se han transformado en un eje fundamental dentro de la gestión estructural y organizativa, debido a que el trabajo en equipo, cooperativo y participativo, cada vez influye más en la práctica general de la constitución o entidad (Meneghel, 2009). Este motivo provoca que sea interesante, sobre todo para equipos de trabajo, el estudio del papel y la significación que hace la resiliencia en los mismos.

Después de este paso histórico por la definición de resiliencia y los estudios que se llevan a cabo, nos queda claro que el término hace referencia a toda adaptación positiva en presencia de situaciones rodeadas de calamidad o peligro (Luthar, 2003). A su vez, es relevante tener en cuenta el rol que ejerce la familia en el desarrollo resiliente, pues se trata de nuestra figura y ejemplo a seguir (Hawley y DeHann, 1996). Todo esto llevará consigo el establecimiento de

unas características resilientes (o no resilientes, dependiendo del caso) en la conducta del individuo. Como consecuencia, a medida que se desarrolle esta habilidad, se verá reflejado en las distintas áreas que creamos en nuestra vida como, por ejemplo, el área laboral que cada vez es más importante en ella el nivel de resiliencia para el desarrollo del trabajo en equipo (Meneghel, 2009).

Debemos tener en cuenta que durante el desarrollo de la infancia es el mejor momento para comenzar el proceso de ser resiliente junto a la familia. El papel de la familia es uno de los mayores responsables en este proceso, pues aun teniendo un temperamento ligado a factores biológicos y psicológicos, aprendemos mediante la observación a nuestros referentes (en caso de la familia se correspondería, en la mayoría de las ocasiones, a padre/madre, abuelo/abuela, tutor legal, etc.). Hay un aspecto atractivo dentro de la dinámica familiar que consideramos oportuno en este momento, ya que determina cualidades y competencias que podamos desarrollar a lo largo de nuestra vida. Este aspecto se basa en la participación del niño en su familia en todas aquellas actividades relacionadas con la toma de decisiones, aportación de opiniones, compartir puntos de vista, resolver conflictos usuales que surgen a menudo dentro de una organización familiar, etc. Una familia en la que se emplee un funcionamiento en el que los integrantes obtengan un rol responsable y, sobre todo, que las acciones de todos recaigan con el mismo peso, provocará un aprendizaje diferente al niño. Esto significa que existe una diferencia notable entre los niños que experimentan sus primeros años de vida rodeados de una correcta organización familiar a los que no. Sentimientos de unión, afecto, cariño, amor, confianza, libertad, etc., provocarán dentro de la familia un ambiente idóneo para trabajar la resiliencia, pues teniendo un contexto adecuado será más llevadero aprender a enfrentarse a situaciones adversas o de peligro. En el caso de una familia en la que no exista sentimiento de amor, confianza, unión, etc., va a suponer una gran barrera de cara a poder enfrentarse exitosamente a situaciones difíciles. Resulta entonces

lógico afirmar que un niño sin una buena estructura familiar y sin una resolución óptima ante los contratiempos, le resultará muy complicado hacerlo a medida que vaya pasando el tiempo. Cuando se encuentre en el desarrollo de su adolescencia o etapa adulta, serán aún más las barreras que se encontrará ante la resolución de conflictos por no haber tenido un entrenamiento previo en los primeros años de su vida.

No solo procede hacer mención a la estructura familiar, sino que el contexto educativo también juega un papel fundamental en el desarrollo de la resiliencia. El colegio se puede comprender como el segundo ambiente más importante al que nos afrontamos en nuestra infancia (Jové, 2017). Es aquí donde el niño se expone, posiblemente, a las primeras situaciones conflictivas de su vida como, por ejemplo, en las relaciones con el resto de los compañeros de clase. Dentro de esas relaciones interpersonales, la manera en la que el niño actúe estará relacionada con el ámbito familiar, pues un niño con elevada autoestima y apoyo familiar tendrá las suficientes herramientas para mantener buenas relaciones a pesar de que surjan conflictos o malentendidos. Esto es muy típico en los primeros años de colegio, donde multitud de infantes no consiguen desarrollar las competencias adecuadas en cuanto a la situación de disputas o enfrentamientos. Para que esto minorice es importante, tanto en la familia como en el colegio, desarrollar la comprensión y una adecuada apreciación hacia la inteligencia emocional.

Desde la Psicología Positiva encontramos el camino hacia la reflexión de qué podemos mejorar o cambiar para conseguir una mayor estabilidad vital (Seligman, 1996). Esta disciplina que surge en los años 90 se basa en fomentar las cualidades positivas del ser humano y dejar a un lado todas aquellas connotaciones negativas que nos envuelven. En referencia a todas las personas con un bajo nivel de resiliencia en su etapa adulta, es aconsejable partir desde esta psicología para comenzar un proceso que los lleve a desarrollar distintas capacidades y competencias, entre ellas la resiliencia. Así, su satisfacción laboral -

como se mencionaba antes, ámbito muy valorado en la mayoría de los humanos- ascenderá y, con ello, también lo hará el equilibrio general de su propia vida.

El primer paso ideal en este proceso se basa en tomar conciencia de la realidad que sostenemos en nuestra historia vital y decidir si queremos emprender ese cambio o no. Una vez tomada esta decisión, veremos en qué momentos o situaciones nos topamos con barreras internas que provocan un desenlace sin éxito, que nos llevará posteriormente a sentir desánimo, decepción, tristeza, etc. Siendo afortunados, contamos con profesionales que aportarán la ayuda que estimen oportuna dependiendo de la situación en la que nos encontremos y, de la misma manera, lo harán las personas que nos rodean (familia, amigos, compañeros, etc.).

Sintetizando lo anterior, resulta trascendente para la Psicología Positiva y profesionales, dejar clara la idea de que una persona adulta no resiliente y con una baja satisfacción laboral puede dar un giro por completo a su vida para desarrollar cualidades resilientes y unas competencias adecuadas a su entorno, con el fin de conseguir la victoria se sentirse plenamente en equilibrio.

Objetivos

El objetivo general de este estudio se centra en conocer la relación entre el desarrollo de la resiliencia en el entorno familiar respecto al ámbito laboral.

Entre los objetivos específicos se encuentran: Primero, conocer la relación entre la estructura familiar y la resiliencia. Segundo, analizar la relación entre estructura familiar y satisfacción laboral.

Método

Muestra

Se ha llevado a cabo el tipo de muestreo aleatorio simple, resultando una investigación de carácter cuantitativo, descriptivo. A su vez, se ha ejecutado mediante un diseño de investigación transversal correlacional. La muestra de este estudio está compuesta por un total de 201 participantes de ambos sexos (87 hombres, que representa un 43,3% de la muestra, y 114 mujeres que corresponde a un 56,7%) residentes en la provincia de Almería, cuyas edades oscilan entre 17 y 69 años, con una media de 35,62 años. Haciendo referencia a la situación laboral de la muestra, prácticamente el 70% del total está trabajando en la actualidad (en la antigüedad en el puesto el 7,5% lo mantienen desde hace menos de 1 año, un 21,4% conservan su trabajo desde hace 1 hasta 5 años, el 15,4% de los empleados llevan desde 6 a 10 años trabajando, el 11,5% lo sostienen desde 11 a 15 años, un 5,9% desde 16 a 20 años y un 8,9% de los trabajadores lo hacen desde hace más de 20 años) el 18% se encuentra buscando empleo de forma activa, un 9% se encuentra desempleado, sin buscar empleo, tan solo el 1% está jubilado y el 2% se encuentra en una situación de discapacidad sin posibilidad de trabajar. Dentro de la clasificación del nivel de estudios, el 57,2% del total de la muestra tienen estudios superiores (universitarios/formación profesional superior), el 22,4 % responden a estudios secundarios (bachiller/formación profesional), un 16,9% entran dentro de la enseñanza secundaria obligatoria y, por último, el 3,5% no tienen estudios o la enseñanza primaria incompleta.

Instrumentos

Con el objetivo de crear una única herramienta de medida diseñada exclusivamente para el estudio presente hemos utilizado tres escalas distintas, las cuales pretenden medir de manera individual tres constructos heterogéneos: estructura familiar, resiliencia y satisfacción laboral.

Cuestionario de evaluación de la estructura familiar (CESF).

En primer lugar, con la pretensión de evaluar la estructura o sistema familiar, se ha establecido una escala compuesta por tres ítems. Esto sucede tras la adaptación acorde a los objetivos propios del caso del Cuestionario de Evaluación del Sistema Familiar -CESF- de Olson, Portner y Bel. Es una escala tipo Likert (1= “Casi nunca”, 2= “Pocas veces”, 3= “Algunas veces”, 4= “Muchas veces” y 5= “Casi siempre”) con ítems como: “1. *Dentro de su estructura familiar, cuando se presenta la situación en la que alguno de los miembros necesite ayuda, ¿se solicita con confianza?*”) que miden, de manera emocional, la estructura o sistema familiar. La primera pregunta hace referencia a la confianza dentro del núcleo familiar, la segunda se basa en la confianza y unión a la hora de que todos puedan aportar su visión para llevar a cabo la toma de decisiones (normas y deberes) y, la última, hace hincapié en el sentimiento de unión familiar. Los resultados más elevados indicarán una mayor estructura y unión familiar.

El coeficiente de fiabilidad (alfa de Crombach) de la escala de la estructura familiar es 0.66.

Escala de resiliencia.

Para realizar la medida el grado de resiliencia se ha utilizado la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young. En 1988 fue construida y más tarde revisada por los mismos autores en 1993. Compuesta por 25 ítems (como, por ejemplo: “3. *Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.*”), los cuales puntúan en una escala tipo Likert de siete puntos donde: 1, es máximo desacuerdo; 7, significa máximo de acuerdo. La tarea de los participantes radica básicamente en indicar el grado de conformidad con el ítem expuesto, pues el cómputo completo de los ítems es calificado positivamente; los más altos puntajes indicarán mayor resiliencia y viceversa. La ER (Wagnild y Young, 1988) está estructurada mediante dos factores generales: Factor I, conocido como competencia personal, compuesto

por 17 ítems que hacen referencia a autoconfianza, independencia, invencibilidad, decisión, dominio, perspicacia y constancia; y, Factor II, denominado aprobación de la vida y de uno mismo, representado por ocho ítems que reflejan adaptabilidad, equilibrio, plasticidad y una perspectiva equilibrada de la vida; junto a una aceptación coherente de lo que vivimos con tranquilidad a pesar de los diferentes acontecimientos adversos que puedan suceder (Wagnild y Young, 1988). Estos factores representan distintas características de resiliencia que se resumen en:

- A) Confianza en sí mismo: Capacidad para creer en sí mismo y en sus habilidades (ítems 6, 9, 10, 13, 17, 18, 24).
- B) Ecuanimidad: Denota una apariencia balanceada de la propia existencia y experiencias, tomar los acontecimientos con calma y moderando actitudes ante los posibles contratiempos (ítems 7, 8, 11, 12).
- C) Perseverancia: Perseverancia ante la desgracia o el decaimiento, poseer autodisciplina y una fuerte aspiración hacia el éxito (ítems 1, 2, 4, 14, 15, 20, 23).
- D) Satisfacción personal: Concebir el significado de la vida y cómo se contribuye a esta (ítems 16, 21, 22, 25).
- E) Sentirse bien solo: Significado de libertad, somos únicos, importantes y muy especiales (ítems 5, 3, 19).

El coeficiente de fiabilidad (alfa de Crombach) de la escala de resiliencia es 0.92.

Escala de satisfacción laboral.

La escala se compone de 22 ítems referidos a distintas actitudes, aptitudes y estados dentro del ámbito laboral (como, por ejemplo: “10. Disfruto de las actividades sociales en relación con el trabajo”), resultando una modificación de la Escala del Grado de Satisfacción en el trabajo entre empleados universitarios de Grajales y Araya (1999). Hay ítems destinados a conocer la motivación y satisfacción del trabajador hacia su empleo (oportunidad de

perfeccionamiento, tener mejor estatus y progresar, ayudar en sociedad, etc.), otros dedicados a las relaciones entre compañeros de trabajo y cargos superiores (si los compañeros estimulan a realizar mejor el trabajo, es agradable trabajar con ellos, tengo un jefe comprensible y alaba el trabajo bien hecho, etc.) y, un último grupo ofrecidas para controlar cómo se perciben las tareas laborales y las condiciones y entorno (tareas rutinarias, una estructura institucional que desalienta la propia originalidad, siento inseguridad en el trabajo, etc.). Las respuestas se establecen en un rango del uno al cinco donde, 1: “totalmente en desacuerdo”, 2: “medianamente en desacuerdo”, 3: “no lo tengo definido”, 4: “medianamente de acuerdo” y 5: “totalmente de acuerdo”.

El coeficiente de fiabilidad (alfa de Crombach) de la escala de satisfacción laboral es 0.87.

Procedimiento

Se ha aplicado la herramienta de medida explicada en el apartado anterior de manera individual, mediante la aplicación de Google Encuestas por correo electrónico en un periodo de tiempo de diez días durante el mes de abril.

Análisis de datos

Una vez obtenidos los datos de la muestra se han extendido a un libro de Excel (formato .xlsx) para después exportarlos y tratarlos creando una base de datos con el programa estadístico informático Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

Tras haber corregido los ítems que se han definido de forma inversa, se lleva a cabo un análisis descriptivo de las variables cuantitativas. Para este tipo de variables se ha calculado máximo, mínimo, media y desviación típica; que son el grado de resiliencia y el grado de satisfacción laboral.

Por último, para conocer el objetivo planteado en esta investigación, se calculan las correlaciones entre las puntuaciones obtenidas en las escalas de resiliencia, satisfacción laboral y estructura familiar, mediante el coeficiente de correlación de Pearson.

Resultados

Análisis descriptivo

Dentro de la estructura familiar se obtiene un mínimo de 1 y un máximo de 5; lo cual significa que nadie ha puntuado con cero los tres ítems de la escala de estructura familiar, con una media de 3.24 (DT = .74). En la escala de resiliencia se ha obtenido un mínimo de 1 y un máximo de 7, con una media de 5.53 (DT = .73), próxima a la puntuación máxima. Por último, la satisfacción laboral presenta un resultado mínimo de 1 y un máximo de 5 (se alcanza el máximo grado de satisfacción laboral que permite esta escala), con una media de 3.81 (DT = .57)

Tabla 1.

Estadísticos descriptivos (media, desviación típica, mínimo y máximo).

Estadísticos

	Estruc. Familiar	Resiliencia	Satis. Laboral
Media	3.24	5.53	3.81
Desviación estándar	.74	.73	.57
Mínimo	1.00	1.00	1.00
Máximo	5.00	7.00	5.00

En resumen, se observan unos resultados elevados en contraste con la puntuación máxima de cada escala utilizada. En la estructura familiar se observa una media de 3.24 frente al valor máximo que es 5, dentro de la medición de la resiliencia se alcanza una media de 5.53 frente a un valor máximo de 7 y, en la escala de satisfacción laboral, se obtiene una media de 3.81 frente a su máximo que es 5. Por tanto, en las tres escalas, sucede algo similar: los valores medios se acercan más al máximo que al mínimo.

Análisis de correlación de Pearson

Para conocer la relación entre estas tres variables (estructura familiar, grado de resiliencia y satisfacción laboral) se han determinado los coeficientes de correlación de Pearson. Los valores de dichas correlaciones se recogen en la siguiente tabla (Tabla 2):

Tabla 2.

Correlación de Pearson entre resiliencia, satisfacción laboral y estructura familiar.

		Correlaciones		
		Resiliencia	Satis. Laboral	Estruc.Familiar
Resiliencia	Correlación de Pearson	1		
Satis.Trabajo	Correlación de Pearson	.49**	1	
Estruc.Familiar	Correlación de Pearson	.44**	.37**	1

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01.

La correlación entre resiliencia versus satisfacción laboral resulta estadísticamente significativa ($r = .49, p < .00$). Presenta además un resultado positivo que indica la relación directa entre estas dos variables, por tanto, las personas que muestren un mayor grado de resiliencia presentarán también un alto grado de satisfacción laboral (o viceversa).

La correlación entre resiliencia versus estructura familiar resulta también estadísticamente significativa ($r = .44, p < .00$). El resultado es positivo al igual que en la correlación anterior, indicando esto una relación directa entre las dos variables: a medida que una persona presente un mayor grado de resiliencia, presentará también una adecuada estructura familiar (sucede también de forma inversa).

La correlación entre estructura familiar versus satisfacción laboral es estadísticamente significativa ($r = .37, p < .00$), dato que confirma una relación positiva y directa entre ambas variables. Conforme el grado de estructura familiar aumente (siendo así una familia más unida y con confianza), crecerá de igual modo el grado de satisfacción laboral.

A modo de síntesis, se contempla la posibilidad de una relación entre las variables establecidas en este estudio. Esto quiere decir que la persona que resulta ser resiliente demuestra alta satisfacción laboral y viceversa. También sucede lo mismo con la persona que corrobora ser resiliente presentando una idónea estructura familiar y viceversa. Ocurre de manera similar en los casos donde la persona presenta un nivel adecuado de satisfacción laboral lo hace también en la estructura familiar y viceversa.

Conclusiones

Teniendo en cuenta el objetivo general del estudio que consiste en conocer si existe o no relación entre el desarrollo de la resiliencia en el entorno familiar respecto al ámbito laboral, la información obtenida muestra una relación entre las variables estudiadas. Según los resultados obtenidos, quien muestra un alto grado de resiliencia posee también una fuerte unión familiar y satisfacción laboral.

Considerando los objetivos específicos que hacen referencia a conocer si existe relación entre estructura familiar y la resiliencia, al mismo tiempo que analizar la correlación entre estructura familiar y satisfacción laboral, enlazándolo con los resultados conseguidos, afirmamos que sí hay relación entre la estructura familiar y la resiliencia y, de igual modo, entre estructura familiar y satisfacción laboral.

Resultados semejantes a los de este estudio se pueden apreciar en la investigación de Pérez (2013) que presenta un cómputo de variables independientes que influyen en el nivel de satisfacción vital. La muestra está formada por 609 estudiantes de grado y Máster de las

Facultades del área de educación (Pérez, 2013). Entre las variables independientes que más peso sostienen en relación con el grado de satisfacción general de la vida destacan la satisfacción en el trabajo y la satisfacción dentro del ámbito familiar. En menor medida, pero teniéndolo presente, también repercute el nivel de resiliencia, la experiencia de haber vivido algún acontecimiento adverso, afrontarlo y resolverlo exitosamente (Pérez, 2013). Estas tres variables mantienen una relación positiva y significativa con el grado de satisfacción general de la vida.

Según el estudio de Díaz y Barra (2017) centrado en conocer la relación entre resiliencia y satisfacción laboral con una muestra de 119 profesores de colegios subvencionados de la comuna de Machalí, demuestra que hay una relación positiva significativa entre ambas variables.

Tras la investigación realizada por Athié y Gallegos (2009) en una muestra de 60 mujeres, con el objetivo de conocer si hay algún tipo de relación entre la resiliencia y los factores de funcionamiento familiar, se revela que hay una correlación positiva y significativa entre los factores de resiliencia (adquisición de habilidades, independencia, asumir situaciones adversas, etc.) y los factores de funcionamiento familiar (roles, autoridad, unión, poder, etc.) (Athié y Gallegos, 2009).

Otro estudio que confirma los resultados obtenidos en este es el de García (2016). Con la pretensión de conocer la influencia de la estructura y funcionalidad familiar en la resiliencia de adolescentes (García, 2016), con una muestra de 393 estudiantes, las conclusiones exponen que la influencia de la funcionalidad dentro de la familia es un 18.1% hacia los niveles de resiliencia. Es decir, la estructura y funcionalidad en la familia sostienen un gran peso en el grado de resiliencia de cualquier persona.

Comentando ahora las *limitaciones* que se han dado en nuestra investigación, nos llevan a crear la necesidad de un cambio hacia un enfoque multimétodo que haga uso de las escalas

utilizadas, pero con otras herramientas cualitativas. A su vez, podría ampliarse el número de la muestra para que sea aún más representativa y, de igual modo, extender la investigación a otras situaciones geográficas. Otro aspecto importante que limita este estudio es el haberlo realizado mediante una investigación transversal (principalmente por el poco tiempo que se ha contado para la construcción del trabajo) en vez optar por un método longitudinal que hubiera aportado datos en diferentes periodos temporales y, de esa manera, hubiere sido posible observar y analizar cambios mucho más profundos en las distintas variables estudiadas y las relaciones entre las mismas.

A continuación, se presenta la *perspectiva de futuro* de este trabajo. Se sugiere, en primer lugar, un estudio más profundo de la estructura y unión familiar junto con la relación en los niveles de resiliencia. De esta manera, se verá notablemente la diferencia y será posible aportar un plan de intervención para conseguir un crecimiento en la dinámica familiar y, así mismo, de la resiliencia. A su vez, conviene fomentar el estudio de la resiliencia en relación con la estructura familiar y satisfacción laboral, con objetivo de conseguir una estabilidad vital en importantes ámbitos que nos conforman. Esta última idea es importante trasladarla a las familias y entornos educativos, pues son los dos contextos principales a los que nos enfrentamos en la primera etapa de nuestra vida. Es entonces cuando conviene fomentar un desarrollo resiliente y darle el valor que requiere. A través de esto, consideramos oportuno el hecho de aumentar el número de variables estudiadas en futuras investigaciones creando, por ejemplo; distintos estudios comparativos entre una población infantil y otra adolescente, o una población adolescente frente a una adulta y ver qué diferencias se producen en el grado de resiliencia familiar y satisfacción laboral o escolar.

Siguiendo con la última idea, pero esta vez de un modo práctico, implicará que el concepto de resiliencia no se trate de una manera abstracta sino experiencial, basándose en las propias experiencias de cada individuo y, por tanto, de un aprendizaje constante. Con esto,

el término sería tratado de otra manera y, sobre todo, trabajado desde otro enfoque. Esta idea es de especial importancia de cara a la parte práctica del término, pues se trabajaría dándole la importancia que tiene desde el comienzo de nuestra historial vital.

Deteniéndonos en las *implicaciones prácticas* del estudio, estableceremos, en primer lugar, la importancia que tiene ser resiliente dentro del ámbito laboral. Una de las principales características que se otorga a la persona resiliente es la flexibilidad ante los cambios, siendo conscientes del periodo de adaptación que conllevan, afrontándolos de un modo optimista con el fin de aprender y mejorar (Rojas, 2010). Esta flexibilidad, junto a la perseverancia, optimismo y conciencia de las propias capacidades que se poseen, hacen el cómputo ideal para conseguir un clima laboral favorable. Es lógico que esto repercuta de manera positiva al trabajo, independientemente del sector, pues desde la Psicología Positiva Aplicada se destaca la capacidad para resolver conflictos de cualquier tipo, la conciencia emocional y la comunicación como algunos componentes relevantes que contribuyen a que un equipo de trabajo funcione adecuadamente. Por ello, es destacable mantener la importancia que se debe ante el desarrollo de la resiliencia tanto de manera individual como en el ámbito laboral, pues el hecho de aprender a gestionar y canalizar convenientemente las distintas emociones que un suceso pueda provocarnos favorece creando un ambiente óptimo de trabajo. Desde otro ángulo, es esencial aclarar que el desarrollo de la resiliencia familiar hay que trabajarlo desde la infancia. Hay que mostrar especial interés a los primeros años de vida del niño, ya que es el periodo en el que se dedican a aprender imitando todo lo que ven en sus referentes (Dantagnan, 2005). En ese momento se crea el apego y los vínculos emocionales hacia las personas que lo rodean. Este aspecto resulta interesante a la vez que importante, pues si esta etapa se consolida con unos vínculos estables, coherentes, fiables y seguros, nos encontramos en la salida hacia una carrera en la que la resiliencia se podrá trabajar de una manera firme y

consciente, necesaria para hacer frente a todas las necesidades y circunstancias que presenta la sociedad que nos engloba en el momento presente.

Por último, para dar fin a este estudio, conviene lanzar un mensaje a todos los lectores de agradecimiento y, sobre todo, de ánimo a seguir el camino indicado cultivando amor, empatía y unión familiar que nos lleve a tener las herramientas suficientes para superar situaciones adversas con una sonrisa, valentía y fuerte satisfacción personal.

Referencias

Athié, D. A., y Gallegos, P. (2009). Relación entre la resiliencia y el funcionamiento familiar. *Psicología Iberoamericana*, 17(1), 5-13.

Bernal, J. G., Castel, A. G., Navarro, M. M., y Torres, P. R. (2002). Determinantes de la satisfacción laboral: una evidencia empírica para el caso español. Zaragoza: *Universidad de Zaragoza*. Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales.

Cyrlunik, B., Aúz, T. F., y Eguibar, B. (2003). *El murmullo de los fantasmas: volver a la vida después de un trauma*. Madrid, España: Gedisa.

Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia: parentalidad, apego y resiliencia*. Madrid, España: Gedisa.

Díaz, C., y Barra, E. (2017). Resiliencia y satisfacción laboral en profesores de colegios municipales y particulares subvencionados de la comuna de Machalí. *Estudios pedagógicos*, 43(1), 75-86.

Fiorentino, M. (2008). La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. *Suma psicológica*, 15(1), 96-112.

Galiana, D. (2015). *Análisis de la felicidad, resiliencia y optimismo como factores emocionales en la inserción laboral de los universitarios* (Tesis doctoral). Universidad Miguel Hernández, Elche.

García, M. C., y Domínguez, 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), 64-75.

Hawley, D. R., y DeHaan, L. (1996). Toward a definition of family resilience: Integrating life-span and family perspectives. *Family process*, 35(3), 283-298.

Iglesias, E. B. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 11(3), 15-20.

Jové, R. (2017). *La escuela más feliz*. Barcelona, España: La Esfera de los Libros.

Kotliarenco, M. A., Cáceres, I., y Fontecilla, M. (1997). *Estado de arte en resiliencia*. Londres, Inglaterra: Organización Panamericana de la salud.

Kumpfer, K. L., y Alvarado, R. (1998). *Effective family strengthening interventions*. Washington, DC: Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention.

Lemos, V. (2005). La personalidad infantil como moduladora del impacto de un proyecto de intervención dirigido a la promoción de resiliencia en niños en riesgo ambiental por pobreza. *Avances en Investigación en Ciencias del Comportamiento en Argentina*, 1, 259-286.

Luthar, S., Cicchetti, D. y Becker, B. (2003). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child development*, 71(3), 543-562.

Martínez-Pampliega, A., Castillo, I. I., y Sanz Vázquez, M. (2010). Validez estructural del FACES-20Esp: Versión española de 20 ítems de la Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 1(29), 148-163.

Masten, A. S., y Garmezy, N. (1985). Risk, vulnerability, and protective factors in developmental psychopathology. *In Advances in clinical child psychology*, 1, 1-52.

Masten, A. y Obradovic, J. (2007). Competence and Resilience in Development *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13-27.

Meneghel, I. (2009). *La resiliencia en el desarrollo de la organización saludable*. Castellón de la Plana, España: Universitat Jaume.

Meneghel, I., Salanova, M., y Martínez, I. M. (2013). El camino de la Resiliencia Organizacional – Una revisión teórica. *Aloma: Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 31(2), 14-22.

Pérez-Escoda, N. (2013). Variables predictivas de la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *In Comunicación presentada al XVI Congreso Nacional/II Internacional Modelos de Investigación Educativa de AIDIPE*, 1, 4-6.

Rojas, L. (2010). *Superar la adversidad: el poder de la resiliencia*. Madrid, España: Espasa.

Ruiz, R., de la Vega, R., Poveda, J., Rosado, A., y Serpa, S. (2012). Análisis psicométrico de la Escala de Resiliencia en el deporte del fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 143-151.

Saavedra, E. (2004). *Resiliencia y ambientes laborales nocivos*. Universidad Católica del Maule. Recuperado de http://www.resiliencia.cl/investig/Saavedra_Resiliencia_ALN.pdf.

Shaffer, A., Coffino, B., Boelcke, K., y Masten, A. S. (2007). From urban girls to resilient women: Studying adaptation across development in the context of adversity. En B. J. R. Leadbeater, y N. Way. (Ed.), *Urban Girls Revisited: Building Strengths: Building strengths* (pp. 53-72). New York, NY: NYU Press.

Wagnild, G., y Young, H. M. (1990). Resilience among older women. *Journal of Nursing Scholarship*, 22(4), 252-255.

Zavala, G., y Pilar, G. (2016). *Influencia de la estructura y funcionalidad familiar en la resiliencia de adolescentes en situación de pobreza*. Universidad Católica San pablo.

Recuperado de <http://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/UCSP/14911>.