



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“NIVEL DE RESILIENCIA EN CLIENTES ADULTOS DE UN CENTRO DE ENTRENAMIENTO FÍSICO DE TRUJILLO.”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Diana Elizabeth Isabel Falcon Jave

Asesor:

Mg. David Aranaga Zavaleta

Trujillo - Perú

2022

TABLA DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO	3
ÍNDICE DE TABLAS	5
RESUMEN	6
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO II. MÉTODO	27
CAPÍTULO III. RESULTADOS	31
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	36
REFERENCIAS	41
ANEXOS	46

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Índice de Resiliencia Total en clientes adultos de un centro de entrenamiento físico de Trujillo</i>	31
Tabla 2 <i>Niveles de dimensión Identidad en clientes adultos de un centro de entrenamiento físico de Trujillo</i>	32
Tabla 3 <i>Niveles de dimensión Atonomía en clientes adultos de un centro de entrenamiento físico de Trujillo</i>	33
Tabla 4 <i>Niveles de dimensión Satisfacción en clientes adultos de un centro de entrenamiento físico de Trujillo</i>	34
Tabla 5 <i>Niveles de dimensión Autoeficacia en clientes adultos de un centro de entrenamiento físico de Trujillo</i>	35

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo principal determinar el nivel de resiliencia en clientes adultos de un centro de entrenamiento físico de Trujillo. Esta investigación fue de tipo descriptiva, con un diseño no experimental transaccional y de enfoque cuantitativo. En donde la muestra estuvo compuesta por 95 participantes de un centro de entrenamiento físico de Trujillo, los cuales fueron seleccionados mediante un muestreo probabilístico por conveniencia. Se utilizó como instrumento de evaluación la Escala de Resiliencia (SV-RES) por Villalta (2008) y fue adaptada en Perú por Greta Aldave (2018). Los resultados señalaron que el 63.15% de los evaluados presentan un nivel promedio de resiliencia total, mientras que el 21.05% presenta un nivel alto y un 15.80% tiene un nivel bajo, esto se ve reflejado cuando los adultos demuestran que tiene una resiliencia media y son totalmente flexible a los cambios, afronta los problemas con confianza y creatividad, es optimista y ve los obstáculos como oportunidades para crecer de manera regular.

Palabras clave: Resiliencia, clientes, adultos, centro de entrenamiento físico

NOTA DE ACCESO

No se puede acceder al texto completo pues contiene datos confidenciales

REFERENCIAS

- Baruth, K., & Carroll, L. (2002). A formal assessment of resilience: The Baruth Protective Factors Inventory. *Journal of Individual Psychology*, 58(3), 235- 244
- Barco, B., López, E., Martínez, C., Castaño, E. & Martín, A. (2009). *Atención Plena e inteligencia emocional. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 271 -278. Disponible en <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3498/349832320029>
- Bernal, C. A. (2000). *Metodología de la Investigación*. Colombia: Ed. Pearson.
- Boston University. (2015). *Metodología de la Investigación*. Recuperado el 15 de Febrero de 2016, de de: http://www.upsin.edu.mx/mec/digital/metod_invest.pdf
- BSI Group. (2012). ¿Qué es la resiliencia organizacional? Obtenido de Bsigroup.com: <https://www.bsigroup.com/es-ES/Nuestrosservicios/Resiliencia-Organizacional>
- Cabanyes, J. (2010). Resiliencia: una aproximación al concepto. Obtenido de Elsevier: <http://www.elsevier.es/es-revista-revista-psiquiatria-saludmental-286-articulo-resiliencia-una-aproximacion-al-conceptoS1888989110000741#bib17>
- Connor, K. y Davidson, J. (2003). Development of new Resilience Scale: The ConnorDavidson Resilience Scale (CD-RISC). *Magazine Depression and Anxiety*, 18 (2), 76-82.
- Equipo de Universia. (2015). Importancia de ser resilientes en el trabajo. Obtenido de <http://noticias.universia.edu.pe/consejosprofesionales/noticia/2015/08/17/1129891/importancia-resilientestrabajo.pdf>
- Expansión.com. (2016). Resiliencia Empresarial: Así la implementan las mejores organizaciones. México. Recuperado el 20 de junio de 2018, de https://expansion.mx/emprendedores/2016/04/25/resiliencia-empresarial.asi-la-implementan-las-mejoresorganizaciones?internal_source=PLAYLIS
- Fergus S, Zimmerman M. Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Healt.* (2005) 26: 399-419

- Francia, J. (2018). El impacto de la resiliencia en el ámbito laboral. *Aptitus*. Recuperado el 15 de junio de 2018, de <https://aptitus.com/blog/gestion-laboral/impacto-la-resiliencia-ambitolaboral/>
- Gallardo V., A. (2013). Área de investigación: Administración de Recursos Humanos. RESILIENCIA DEL TRABAJADOR A LAS NUEVAS CONDICIONES DE TRABAJO. Ciudad de México, México: Departamento de Administración, Unidad Azcapotzalco - Departamento de Administración, Unidad Azcapotzalco.
- Gentopolis. (2016). Obtenido de Resiliencia Organizacional estrategia empresarial: <https://www.gestiopolis.com/resiliencia-organizacionalestrategia-mundo-empresarial/>
- González Sala Francisco, Gimeno Collado Adelina, Meléndez Moral Juan Carlos, Córdoba Iniesta Ana. La percepción de la funcionalidad familiar: Confirmación de su estructura bifactorial (2018). *Escritos de Psicología*. 2018; 5(1): 34-39.
- Hernández S., R., Fernández, C., & Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hills.
- Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación (Sexta Edición ed.)*. México: McGraw Hills.
- Huamani H., L., & Huamani Ch., J. (2017). “Satisfacción laboral y capacidad de resiliencia en enfermeras de centro quirúrgico H.R.H.D.E.”. Tesis para segunda Especialidad. Arequipa, Perú: UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA.
- Huaruco, L. (2015). ¿Qué busca el mercado laboral en los trabajadores de hoy? *Gestión*. Recuperado el 10 de Julio de 2018, de <https://gestion.pe/tendencias/management-empleo/busca-mercadolaboral-trabajadores-hoy-72579>
- Jackson D, Firtko A, Edenborough M. Personal resilience as a strategy for surviving and thriving in the face of workplace adversity: A literature review. *J Adv Nurs*. (2007), 60(1):1-9.
- Koen M, Van C, Wissing M. The prevalence of resilience in a group of professional nurses. *Health SA Gesondheid* 2015; 16(1).

- Korc, M., Hubbard, S., Suzuki, T., & Jimba, M. (2016). Salud, resiliencia y seguridad humana: avanzando hacia la salud para todos. Obtenido de Centro Japonés para el Intercambio Internacional:
[http://www.jcie.org/researchpdfs/HealthHumSec/guide/HHS-2016- esp.pdf](http://www.jcie.org/researchpdfs/HealthHumSec/guide/HHS-2016-esp.pdf)
- Kotliarenco, M., Cáceres, I. y Álvarez, C. (1996). Resiliencia: Construyendo en Adversidad. Chile: CEANIM. Recuperado de
<http://www.resiliencia.cl/investig/Res-CAdiversidad.pdf>
- Kotliarenco, M. (1997). La pobreza desde la mirada de la Resiliencia. Revista El Observador. Chile: SENAME
- León, P. (2013). Resiliencia organizacional: Una aproximación (Tesis de licenciatura). Bogotá: Universidad del Rosario.
- López, I. V. (2012). Niveles de resiliencia en los docentes de primaria de las instituciones públicas de Ventanilla y Callao (Tesis Magistral). Lima: Universidad San Ignacio de Loyola.
- Madariaga, J. (2014). Nuevas Miradas sobre la Resiliencia. Barcelona: Gedisa S.A. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/386033537/Nuevas-MiradasSobre-La-Resiliencia-Ampliando-Ambitos-y-Practicas-Jose-MariaMadariaga>
- Masten A. Ordinary magic. Resilience processes indevelopment. American Psychologist (2001); vol 6: 227-238.
- Medina, C. (2012). La resiliencia y su empleo en las organizaciones. Gestión y estrategia, 29-39.
- Mendoza, J. (2017). Las 7 habilidades que exige hoy el mercado laboral. (El Comercio, Entrevistador)
- Meneghel, I., Salanova, M., & Martinez, I. (2013). El camino de la resiliencia organizacional - Una revision teorica. Revista de Psicologia ALOMA, 13- 24.
- Moscoso, S. (2018). Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia (SV-RES) para adultos mayores en Lima metropolitana. Revista Búsqueda. 5 (21), 165 – 181.

- Napán, J. E. (2017). *Estrés Laboral y Resiliencia Laboral en los trabajadores del Despacho Presidencial - Lima, 2016* (Tesis de maestría). Lima: Universidad César Vallejo
- Nappan P., J. (14 de Junio de 2017). *Estrés Laboral y Resiliencia Laboral en los trabajadores del Despacho Presidencial - Lima, 2016*. Tesis Magistral. Lima, Perú: Universidad Cesar Vallejo.
- OIT. (2016). *Empleo y trabajo decente para la paz y la resiliencia*. Ginebra: Organización Mundial del Trabajo. Obtenido de http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_norm/---relconf/documents/meetingdocument/wcms_358381.pdf
- Perez C., K. M. (2017). *Engagement y Resiliencia en trabajadores de empresas contratistas de telecomunicaciones en Lima Norte 2017*. Tesis Licenciatura. Lima: Universidad Cesar Vallejo.
- Piñeros, M. (2013). *La resiliencia: una competencia laboral transversal para las organizaciones actuales*. Universidad pedagógica y tecnológica de Colombia, 7-14.
- Revilla, E. (2015). *Resiliencia Organizacional y Educación: Una transición paradigmática bajo la visión humanista*. Anuario del sistema de educacion en Venezuela, 55 - 65.
- Saavedra, E., Salas, G., Cornejo, C. y Morales, P. (2015). *Resiliencia Y Calidad De Vida: La Psicología Educativa En Dialogo Con Otras Disciplinas*. Recuperado de https://www.academia.edu/30916758/LIBRO_2015_DIGITAL.pdf
- Salanova, M., Llorens, S., & Martínez, I. (2016). *Aportaciones desde la Psicología Organizacional Positiva para desarrollar organizaciones saludables y resilientes*. Papeles del Psicólogo / Psychologist Papers, 37(3), 177-184.
- Tapia E., G. (2017). *“Estrés laboral y resiliencia en choferes de una empresa de transportes interprovincial del distrito de Santa Anita, 2017”*. Tesis Licenciatura. Lima: Universidad Cesar Vallejo.
- Uriarte, J. (2005). *La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del Desarrollo*. Revista de Psicodidáctica, 10(2), 61-80. Recuperado el 12 de Julio de 2018, de <http://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>

Véliz, F. (2014). Resiliencia Organizacional. Obtenido de Gedisa.com:
<http://www.gedisa.com/gacetilla.aspx?cod=910042>

Wagnild, G. y Young, H. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the
Resilience Scale. Magazine Journal of Nursing Measurement, 2 (1), 165-178

Wears R, Perry S, Anders S, Woods. D. Resilience in the Emergency Department(2020).
Disponible en URL:
[https://www.researchgate.net/publication/297371141_Resilience_in_the_e
mergency_department](https://www.researchgate.net/publication/297371141_Resilience_in_the_emergency_department). Fecha de acceso diciembre 2018