

Factores incidentes en resiliencia: estado emocional positivo, rendimiento académico y barreras en adolescentes, estudiantes de bachillerato

Abigail Fernández Sánchez, Claudia Rodríguez Leana, Claudia Macias Carrillo, Paola Adanari Ortega Ceballos

Resumen

Para observar la resiliencia se identifican cualidades del adolescente en un proceso de adaptación en su desarrollo, y así encontrar un sentido y crecimiento, aún en experiencias desfavorables. La resiliencia, desde la mirada de la psicología positiva de Seligman (2019), rompe con la visión negativa del proceso salud-enfermedad, y concuerda con procesos positivos del desarrollo humano; se centra en el bienestar emocional positivo, la persona mira hacia el pasado con satisfacción, orgullo y serenidad; al presente, con alegría, gozo, placer, satisfacción, y al futuro con optimismo, confianza y esperanza. Conlleva a una vida placentera, a veces con el uso de fortalezas para el logro. El significado de la vida involucra disfrutar de los momentos felices y también el hacer uso de las fortalezas para enfrentar una situación que podría rebasar los propios recursos. La importancia de dar soporte a los estudiantes tanto desde los vínculos motivadores y facilitadores como desde el hogar y las instituciones educativas podrá fortalecer en ellos la resiliencia para procurarse bienestar. El objetivo fue analizar las relaciones entre resiliencia con habilidades interpersonales, afrontamiento y estado emocional positivo, rendimiento académico y barreras en adolescentes, estudiantes de bachillerato. Estudio transversal y correlacional donde participaron 500 alumnos de dos preparatorias pública y privada. Los cuestionarios CEVJU-R y READ. fueron autoadministrados previo consentimiento y asentimiento informado; para evaluar junto con variables sociodemográficas, escalas de: resiliencia. Se aplicó estadística descriptiva, Alfa de Cronbach, correlación de Spearman, con el programa SPSS.

Palabras Clave:

Resiliencia; Estado Emocional; Barreras; Adolescentes.

Fernández Sánchez, A., Rodríguez Leana, C., Macias Carrillo, C., y Ortega Ceballos, P. A. (2024). Factores incidentes en resiliencia: estado emocional positivo, rendimiento académico y barreras en adolescentes, estudiantes de bachillerato. En N. Roque Nieto, A. R. Pérez Mayo, B. L. Rodríguez Bahena y C. Rodríguez Leana (Eds). *Estudios de salud desde la perspectiva transdisciplinar*. (pp. 93-103). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.156.c190>



Introducción

Al observar la residencia se identifican cualidades en el adolescente en un proceso de adaptación en su desarrollo, sin embargo, no se describen las barreras que el adolescente vive en sus formas de vida familiar y social, las presiones por el estilo de vida económica, el número de integrantes en una familia, la ausencia del padre o la madre, entre otras.

La mirada desde la psicología positiva rompe con la visión negativa del proceso salud enfermedad hice dirige hacia un desarrollo humano saludable que busca el bienestar emocional y que en algunos casos se puede mirar el pasado con satisfacción, orgullo y serenidad y estar presente la alegría, gozo, placer, satisfacción y al futuro con optimismo confianza y esperanza. Sin embargo al llegar a la adolescencia y primera etapa de la juventud la persona hace una revisión qué tal qué tanto le fue en su vida infantil y su inicio de la adolescencia es donde inician diversos cambios de riesgo en el cual tenía una dependencia de padres a las cuales el las veía saludable sin embargo cuando ya logra de emitir sus propios juicios visualiza la carencia de los procesos positivos del desarrollo humano que se convierte en factores de riesgo para vivir de forma independiente, no necesariamente una vida sana física y mental.

Significado de la palabra resiliencia. El vocablo resiliencia tiene su origen en el idioma latín, en el término *resilio* que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar.

El término fue adaptado a las ciencias sociales para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos (Rutter, 1993).

Algunas de las definiciones que han desarrollado diversos autores en torno a este tema: Habilidad para surgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva (1994). Historia de adaptaciones exitosas en el individuo que se ha visto expuesto a factores biológicos de riesgo o eventos de vida estresantes; además, implica la expectativa de continuar con una baja susceptibilidad a futuros estresores (1985, 1991, 1992). Enfrentamiento efectivo ante eventos y circunstancias de la vida severamente estresantes y acumulativos (1989). Capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas. La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez (1995).

La resiliencia distingue dos componentes: la resistencia frente a la destrucción, esto es, la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión; por otra parte, más allá de la resistencia, la capacidad para construir un conductismo vital positivo pese a circunstancias difíciles y de una forma socialmente aceptable (1994).

La resiliencia habla de una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida (1995).

Concepto genérico que se refiere a una amplia gama de factores de riesgo y los resultados de competencia. Producto de una conjunción entre los factores ambientales, como el temperamento y un tipo de habilidad cognitiva que tienen los niños cuando son muy pequeños (1993), y definen a los niños resilientes como aquellos que se enfrentan bien a pesar de los estresores ambientales a los que se ven sometidos en los años más formativos de su vida.

La resiliencia se ha caracterizado como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana, viviendo en un medio insano. Estos procesos tendrían lugar a través del tiempo, dando afortunadas combinaciones entre atributos del niño y su ambiente familiar, social y cultural. De este modo, la resiliencia no puede ser pensada como un atributo con que los niños nacen, ni que los niños adquieren durante su desarrollo, sino que se trataría de un proceso interactivo entre éstos y su medio, además de la historia de vida familiar (Diccionario Básico Latín-Español/Español-Latín. Barcelona, 1982).

La Enciclopedia de lengua Hispánica define resiliencia como: La resistencia de un cuerpo a la rotura por golpe. La fragilidad de un cuerpo decrece al aumentar la resiliencia. En español y francés resiliencia se emplea en el campo de la ingeniería civil únicamente para describir la capacidad de un material de recobrar su forma original después de someterse a una presión deformadora. La definición en el idioma inglés del concepto resilience es la tendencia a volver a un estado original o el tener poder de recuperación [*to rebound / recoil / to spring back*]. En Norteamérica se define como la propiedad que tiene una pieza mecánica para doblarse bajo una carga y volver a su posición original cuando ésta ya no actúa (Enciclopedia Salvat de la Ciencia y de la Tecnología, 1964).

En la vida cotidiana surge la resiliencia en procesos de vulnerabilidad y protección ambas palabras llevan una profundidad para describirlos, se considera importante distinguir entre lo que se denomina de esa adaptación y vulnerabilidad por una parte la vulnerabilidad es la etapa temprana de la vida y el medio ambiente ya sea adquirido o edad, en esta etapa de la vida puede haber pasado el niño o niña por ciertos comportamientos que se basan en evaluaciones de los padres profesores padres o entrevistadores que desvían de alguna forma el comportamiento promedio de nuestro grupo de referencia y los consideran como desadaptados por los comportamientos que presentan sin embargo este desajuste puede resultar adaptativo a las características de su familia en un momento determinado.

Los factores protectores pueden o no constituir un suceso agradable como se ha hecho evidente en varios estudios sobre experiencias tempranas de estrés en ciertas circunstancias

por lo tanto los eventos displacenteros o potencialmente peligrosos pueden fortalecer a los individuos frente a eventos similares. Un factor protector son las influencias que modifican mejoran o alteran la respuesta de una persona algún peligro que predispone a un resultado no adaptativo, sin embargo, esto no significa que tengan que constituir experiencias positivas o benéficas con respecto a los aspectos cruciales de la vida (Rutter, 1993).

Se han formado cinco clases que representan los factores que contribuyen a la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad social, nombradas como: aspiraciones para el futuro, factores de riesgo, barreras institucionales, exposición y apoyo social.

Entre la vulnerabilidad y la protección, algunos esquemas refieren un modelo compensatorio: los factores estresantes y los atributos individuales se combinan activamente en la predicción de una consecuencia o el estrés severo que puede ser contrarrestados por cualidades personales o por fuentes de apoyo.

El modelo del desafío: el estrés es tratado como un potencial estimulador de competencia.

Modelo de inmunidad: Hay una relación condicional entre estresores y factores protectores, tales factores modulan el impacto de estrés en calidad de adaptación, pero pueden tener efectos no detectables en ausencia del espesor.

En la última década, la resiliencia se ha convertido en un tema candente en el bienestar. Los desafíos en nuestra salud, trabajo y relaciones son inevitables; Ahora se acepta generalmente que aprender las habilidades para recuperarse de la adversidad es uno de los viajes de desarrollo personal más importantes que podemos tomar (Werner, 1993).

La autoestima adecuada proporciona bienestar psicológico a la persona: valía personal, seguridad, respeto por sí mismo y fuerza ante los retos. El trabajo, en la familia, como los amigos y la comunidad, quienes poseen un justo valor de sí mismos alcanzan los mejores logros. Por lo contrario, quienes sufren autoestima pobre, las personas se sienten inútiles frente a los problemas y están abocados al fracaso (González et al., 2017).

En concreto la autoestima empobrecida afecta a la persona negativamente en diversas formas: Puede llegar a causar depresión, alerta en el rendimiento escolar y laboral, deteriora las relaciones interpersonales, contribuye a la anorexia y la bulimia y está ligada al uso de alcohol y drogas.

Algunos autores mencionan que la autoestima del ser humano es una elevación y reconocimiento social. Así que tener inteligencia, fortuna, buena casa, automóvil son fuentes de una buena autoestima. Sin embargo, estudios recientes apuntan a motivaciones

no egocéntricas, concretamente esfuerzos hacia otros y posesión de ideales y valorespreciados.

El apoyo a la autoestima. Los niños son especialmente vulnerables a sentirse inferiores porque valoran excesivamente la comparación con sus amigos y compañeros, que tienden adscribirse como más fuertes, más listos, más guapos y con más recursos.

La personalidad contribuye un ajuste positivo ante la pérdida o el daño: visión ponderada de la propia vida, perseverancia, confianza en sí mismo, autonomía personal, sentido de la vida, menciona como un ego resiliente, un rasgo que refleja la habilidad individual para adaptarse a los cambios ambientales, destacando las oportunidades, adaptación de restricciones y crecimiento tras la adversidad. Lo que permite a la persona el crecimiento la capacidad de superación y crecimiento (Cabanyes, 2010).

Las personas con ego resilientes experimentan emociones positivas, así como demuestran mayor competencia emocional (autoconcepto, autocontrol y regulación de las emociones) orientación al futuro. La competencia y/o compromiso social, definida como, generar relaciones sociales estables, buena la comunicación, sentido de pertenencia y empatía son relevantes para la resiliencia. La orientación al futuro representa una marcada intencionalidad vivencial en una idea clara del significado de vida con un enfoque optimista y sentido de compromiso en la resolución de problemas y flexibilidad de adaptación ante situaciones negativas (Cabanyes, 2010).

Se afirma que la resiliencia puede estar por factores de riesgo y de protección, los factores de riesgo representan las variables personales y del entorno que aumentan la probabilidad de respuestas negativas ante situaciones adversas. Por su parte los factores de protección son de variables del sujeto y su contexto que potencian la capacidad de resistir a los conflictos y manejar el estrés. En esta dirección la cohesión familiar y la escuela ejercen un papel protector cuando muestran afecto, cohesión, apertura, compromiso, soporte, modelos positivos y la propia ausencia de factores de riesgo (Werner 1995).

Con lo anterior el propósito es analizar las relaciones entre resiliencia con habilidades interpersonales, afrontamiento y estado emocional positivo, rendimiento académico y barreras en adolescentes, estudiantes de bachillerato.

Metodología

Estudio transversal y correlacional donde participaron 500 alumnos de dos preparatorias pública y privada. La muestra se proyectó por 500 estudiantes de Cuernavaca, Morelos, previo consentimiento de los padres se aplicó el cuestionario autoadministrado.

Los cuestionarios CEVJU-R Salazar et al. (2010) y READ, Hjemdal et al. (2006), fueron autoadministrados previo consentimiento y asentimiento informado; para evaluar junto con variables sociodemográficas, escalas de: resiliencia. Para el procesamiento y análisis de datos, se utilizó el Programa Statistical Package for Social Science (SPSS) versión 22. Se aplicó estadística descriptiva, Alfa de Cronbach, correlación de Spearman.

Resultados

Los participantes tuvieron un rango de edad entre 14 y 19 años con un promedio de 16.72 (DE = 1.3) participaron hombres 28.2% y mujeres 71.8%.

Tabla 1. Variables incidentes emocionales

	Punto Mínimo	Punto Máximo	Punto Medio	Sig.
Habilidades Interpersonales	5.00	20.00	9.18	
Afrontamiento	8.00	29.00	14.78	p=.000
Estado emocional percibido	7.00	24.00	16.22	p=.000

Fuente: Estudiantes de escuela pública y privada

Entre los factores incidentes de resiliencia, Las habilidades interpersonales puntuaron por abajo de afrontamiento y el estado emocional positivo; cuando la percepción es baja se puede tomar como una barrera en la cual los adolescentes no tienen las experiencias y la madurez en habilidades interpersonales para afrontar o enfrentar situaciones adversas.

En el comportamiento de los factores protectores/subescalas de resiliencia puntuaron alto el estado emocional percibido que infiere en el afrontamiento obteniendo significancia estadística. [ver tabla 1]

Tabla 2. Diferencia de medias en componentes de resiliencia: convivencia familiar y compromiso social

	Punto Mínimo	Punto Máximo	Punto Medio	Sig.
Cohesión familiar	6.00	26.00	11.55	p =.000
Compromiso Social	5.00	24.00	11.12	p =.041
Compromiso Personal	4.00	17.00	7.87	p =.088
Recursos Sociales	4.00	20.00	6.64	p =.121
Orientación a metas	3.00	12.00	5.58	p =.067

Fuente: elaboración propia

El primer componente que puntuó mayor es la cohesión familiar adolescentes relacionado con la revisión de la literatura es la primera fase protectora del niño, niña la y el adolescente que se muestra en esta tabla 2 con un nivel de significancia.

Por otra parte, las barreras: Mala comunicación entre los miembros de la familia, falta de red de apoyo, violencia familiar y desempleo, entre otros.

Otro de los componentes es el compromiso social es la relación que tiene la adolescente con un grupo de pares en el cual hay competencias y ella se visualizan en este puntaje significativo.

Para el componente de compromiso personal, recursos sociales y orientación a metas las puntuaciones disminuyen podemos distinguir que en esta etapa la adolescencia, no tiene un peso mayor que la familia y el compromiso con su entorno. [ver tabla 2]

La resiliencia y el proceso de protección son aquellas circunstancias que modifican o equilibran los factores de riesgo de modo que se minimicen los posibles daños psicológicos y se facilita una adaptación exitosa al medio.

Mientras que el concepto de factor de riesgo se asocia a trastornos, los factores de protección están presentes en el proceso de resiliencia. Además de los componentes de la tabla 2, la familia, el ambiente social el entorno, los factores personales y la orientación a metas existen otros aspectos como los biológicos en ausencia de enfermedades anomalías o lesiones.

Las experiencias conflictivas pueden preparar al sujeto para el afrontamiento eficaz o posterior a una circunstancia adversa sin embargo las experiencias positivas que se deben de cultivar en los adolescentes desde la niñez están relacionadas con el apego seguro que ayuda a reducir los traumas infantiles y a recuperarse mejor tras su ocurrencia.

Tabla 3. Resultados de las correlaciones entre Resiliencia y Rendimiento académico

Rendimiento académico	Resiliencia		Sig.
		Correlation Coefficient	-0.90
Promedio	Acumulado	Sig.	p =.231
Promedio	Actual	Correlation Coefficient	-.157
		Sig.	p = .036

Fuente: estudiantes de nivel medio superior.

En relación con esta variable incidente básica o elemental que es la resiliencia y el rendimiento académico y tenemos dos datos sobresalientes en cuanto a su desempeño general no encontramos una significancia estadística sin embargo una correlación negativa en rendimiento académico y residencia.

Y en el promedio actual es significativo pero negativo la resiliencia y el rendimiento académico en este punto específico es de gran importancia tomar en cuenta como institución educativa el factor protector de resiliencia con una diversidad de actividades para el crecimiento integral, autoestima, mejora el rendimiento académico y personal de los y las adolescentes. [ver tabla 3]

Conclusión

Por lo tanto, la resiliencia se trata de cualquier condición o ambiente capaz de fomentar el desarrollo de individuos o grupos, e incluso de disminuir los efectos de situaciones desfavorables. Estos factores pueden ser tanto externos como: integración social, apoyo de alguien significativo, como internos: seguridad, empatía, confianza en uno mismo.

Los mecanismos de protección y la formación de resiliencia apuntan a procesos interactivos donde las variables intervinientes pueden modificar su importancia y significado Rutter (1993) señaló que aparece es un mecanismo de protección se puede invertir de sentido y convertirse en un factor de riesgo y viceversa. Por ejemplo, en el maltrato infantil puede desencadenar problemas futuros en el niño y tener varias conductas de riesgo por haber sido un niño de un hogar conflictivo, que inicialmente era un mecanismo protector la familia, entre otras (Uriarte, 2005).

El saber cómo desarrollar una autoestima sana (bienestar psicológico) es fundamental pues aumenta la capacidad de la persona de ser feliz, los mensajes de seres allegados incluso sus mensajes causales no verbales moldean constantemente la autoestima por lo tanto se recomienda:

Enfatizar lo positivo de los demás las palabras de aprobación por causas acertadas que otros hacen auténticas inyecciones de autoestima, un ejemplo la proyección de mensajes positivos y adecuados hacia otros, no sólo mejora la autoestima del que lo recibe sino también del que lo ofrece.

Henderson y Milstein (2003) mencionado por Uriarte (2005), afirman la relevancia de fortalecer la resiliencia desde la familia, la escuela y la comunidad. Ayudan a mitigar los factores de riesgo procedentes del ambiente, enriquece los vínculos sociales, fija límites claros y firmes en la acción educativa y enseñar las habilidades para la vida, y como

resultado se convive con afecto generando personas optimistas, responsables con alto grado de autoestima y autoeficacia.

Comprendiendo las necesidades del otro, se obtiene desde cualquier condición o ambiente capaz de fomentar el desarrollo de individuos o grupos, e incluso de disminuir los efectos de situaciones desfavorables, estos factores pueden ser tanto externos integración social, apoyo de alguien significativo, como internos seguridad, empatía, confianza en sí mismo.

Son diferentes necesidades, así como entre los hombres y las mujeres, los hombres aprecian comentarios positivos hacia su capacidad profesional, sus rasgos de carácter y desean manifestaciones de respeto; mientras las mujeres aceptan demostraciones de afecto y comentarios para su atractivo físico, tacto y delicadeza.

Evitar bromear a la otra persona, hay personas que son propensas a una autoestima pobre por lo tanto sufren cuando otros les gastan bromas, tomar en cuenta que la interpretación es diferente entre una persona y otra que puede ser agresiva, violenta, sarcástica por lo cual revisar qué tipo de broma hacemos, si son verbales y físicas en muchas formas y pues no visualizando el daño que se puede hacer tanto físico como psicológico (Melgoza, 2014).

Qué se recomienda usar con frecuencia palabras de aprobación y aliento.

Ser positivo en tus mensajes, evitar las comparaciones, no hacer bromas con sus limitaciones o defecto, prevenir la formación de la culpabilidad y no dejar el buen humor.

La importancia de dar soporte a los estudiantes tanto desde los vínculos motivadores y facilitadores como desde el hogar y las instituciones educativas podrá fortalecer en ellos la resiliencia y así procurarse el bienestar.

Referencias

- Cabanyes Truffino, J. (2010) Resiliencia una aproximación al concepto. *Rev. Psiquiatría y salud mental*, 3(4). 141-151
- Diccionario Básico Latín-Español / Español-Latín. (1982). Barcelona.
- Enciclopedia Salvat de la Ciencia y de la Tecnología. (1964).
- González Arratia, N., López Fuentes, I., Domínguez Espinosa, A C., & Valdez Medina, J L. (2017). Autoestima como mediador entre afecto positivo-negativo y resiliencia en una muestra de niños mexicanos. *Acta universitaria*, 27(1), 88-94. <https://doi.org/10.15174/au.2017.1140>
- Hjemdal, O., Friborg, O., Stiles, T.C., Martinussen, M. & Rosenvinge, J.H. (2006). A new rating scale for adolescent resilience: Grasping the central protective resources behind healthy development. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*: 39(2). 84-96.

- Meisels, S. J., & Shonkoff, J. P. (2000). Early childhood intervention: A continuing evolution. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (2nd ed., pp. 3–31). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511529320.003>
- Melgoza, J. (2014). *Mente positiva: guía práctica para cualquier situación*. Safeliz
- Salazar, I.C., Varela, M.T., Lema, L.F, Tamayo, A., & Duarte, C. (2010). Evaluación de prácticas relacionadas con la salud de jóvenes universitarios. *Revista de Salud Pública*.
- Seligman, M. (2019). *La auténtica felicidad*. Ed. Byblos.
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*. 14(8), 626-631.
- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J.M., Cangas, A.J., Bermejo, R., Ferrandiz, C., & López-Liria, R. (2019). Influence of Emotional Intelligence, Motivation and Resilience on Academic Performance and the Adoption of Healthy Lifestyle Habits among Adolescents. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16(28). <https://doi.org/10.3390/ijerph161628>
- Uriarte Arciniega J. de D. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-79
- Werner, E. E. (2000). Protective factors and individual resilience. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (2nd ed., pp. 115–132). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511529320.008>
- Werner, E. E. (1995). Resilience in Development. *Current Directions in Psychological Science*, 4(3), 81–85.

§

Incident factors in resilience: positive emotional state, academic performance and barriers in adolescent, high school students.

Fatores incidentes na resiliência: estado emocional positivo, desempenho acadêmico e barreiras em estudantes adolescentes do ensino médio.

Abigail Fernández Sánchez

Universidad Autónoma del Estado de Morelos | México
<https://orcid.org/0000-0003-0576-9719>
abigail.fernandez@uaem.mx

Claudia Rodríguez Leana

Universidad Autónoma del Estado de Morelos | México
<https://orcid.org/0009-0001-7929-0500>
claudia.rodriquezl@uaem.mx
Claudia Macias Carrillo

Universidad Autónoma del Estado de Morelos | México

<https://orcid.org/0000-0002-1484-9633>
claudia.macias@uaem.mx

Paola Adanari Ortega Ceballos

Universidad Autónoma del Estado de Morelos | México
<https://orcid.org/0000-0002-6989-727X>
paola.ortega@uaem.mx

Abstract

In order to observe resilience, qualities of the adolescent are identified in a process of adaptation in their development, and thus find meaning and growth, even in unfavorable

experiences. Resilience, from the viewpoint of Seligman's (2019) positive psychology, breaks with the negative vision of the health-illness process, and agrees with positive processes of human development; it focuses on positive emotional well-being, the person looks to the past with satisfaction, pride and serenity; to the present, with joy, happiness, pleasure, satisfaction, and to the future with optimism, confidence and hope. It leads to a pleasant life, sometimes with the use of strengths for achievement. The meaning of life involves enjoying happy moments and also making use of strengths to face a situation that might overwhelm one's resources. The importance of giving support to students both from motivational and facilitating links as well as from home and educational institutions may strengthen resilience in them to procure wellbeing. The objective was to analyze the relationships between resilience with interpersonal skills, coping and positive emotional state, academic performance and barriers in adolescent high school students. A cross-sectional and correlational study in which 500 students from two public and two private high schools participated. The CEVJU-R and READ questionnaires were self-administered after informed consent and assent; to evaluate, together with sociodemographic variables, scales of resilience. Descriptive statistics, Cronbach's alpha and Spearman's correlation were applied with SPSS software. Keywords: Resilience; Emotional State; Barriers; Adolescents.

Resumo

Para observar a resiliência, são identificadas qualidades do adolescente em um processo de adaptação em seu desenvolvimento e, assim, encontrar significado e crescimento, mesmo em experiências desfavoráveis. A resiliência, sob a perspectiva da psicologia positiva de Seligman (2019), rompe com a visão negativa do processo saúde-doença e concorda com os processos positivos do desenvolvimento humano; ela se concentra no bem-estar emocional positivo, a pessoa olha para o passado com satisfação, orgulho e serenidade; para o presente, com alegria, felicidade, prazer, satisfação, e para o futuro com otimismo, confiança e esperança. Isso leva a uma vida prazerosa, às vezes com o uso de pontos fortes para a realização. O sentido da vida envolve desfrutar de momentos felizes e também fazer uso dos pontos fortes para lidar com uma situação que possa sobrecarregar os recursos da pessoa. A importância de apoiar os alunos, tanto a partir de vínculos motivacionais e facilitadores quanto a partir de casa e das instituições educacionais, pode fortalecer sua resiliência para buscar o bem-estar. O objetivo foi analisar as relações entre a resiliência e as habilidades interpessoais, o enfrentamento e o estado emocional positivo, o desempenho acadêmico e as barreiras em estudantes adolescentes do ensino médio. Estudo transversal e correlacional envolvendo 500 alunos de duas escolas públicas e duas escolas particulares de ensino médio. Os questionários CEVJU-R e READ foram autoadministrados com consentimento prévio e informado; para avaliar, juntamente com variáveis sociodemográficas, escalas de resiliência. Foram aplicadas estatísticas descritivas, alfa de Cronbach e correlação de Spearman com o software SPSS.

Palavras-chave: Resiliência; Estado emocional; Barreiras; Adolescentes.