

Interacción y Perspectiva
Revista de Trabajo Social
Vol. 6 N° 2 pp. 144-155
Julio-Diciembre

Dep. Legal ppi 201002Z43506
ISSN 2244-808X
Copyright © 2016

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN

Estudio sobre resiliencia y satisfacción vital: un análisis comparado entre población española e inmigrantes ecuatorianos

Pedro de la Paz Elez*, Esther Mercado García**, Vicenta Rodríguez Martín***

Resumen

El aumento de las migraciones internacionales, sus implicaciones personales y sociales conlleva un nuevo panorama de estudio sobre los factores resilientes de la población inmigrante tras el proceso migratorio. El objetivo de este trabajo es analizar y evaluar la correlación entre la resiliencia y la satisfacción vital en una muestra de población española y población inmigrante ecuatoriana en las distintas dimensiones que la conforman. Se realizó un estudio cuantativo a través de técnicas descriptivas y bivariables. Los resultados manifiestan que a mayor resiliencia mayor satisfacción vital. Se pone de manifiesto la profundización sobre los procesos generadoras y la satisfacción vital para favorecer acciones de intervención social.

Palabras clave: satisfacción vital, resiliencia, inmigración, integración, trabajo social.

Abstract

Study on resilience and life satisfaction: A comparative analysis between Spanish and Ecuadorian immigrant population

Increased international migration, their personal and social implications involves a new overview of study on factors resilient immigrant population after the migration process. The aim of this paper is to analyze and evaluate the correlation between resilience and life satisfaction in a sample of Spanish and Ecuadorian immigrant population in the different dimensions. Descriptive and bivariate techniques carried on a quantitative research method. The results show that greater resilience greater life satisfaction. It reveals the deepening of generating processes and life satisfaction to promote social intervention actions.

Keywords: life satisfaction, resilience, immigration, integration, social work

Recibido 24-07 -2016 / Aceptado 07-08-2016

* Trabajador Social. Doctor en Migraciones. Profesor Ayudante, Universidad de Castilla-La Mancha, Facultad de Ciencias Sociales de Talavera de la Reina, España. Correo electrónico: pedro.delapaz@uclm.es, teléfono: +34925721010 ext. 5655.

** Trabajadora Social. Doctora en Trabajo Social. Profesora Colaboradora, Universidad de Castilla-La Mancha, Facultad de Ciencias Sociales de Talavera de la Reina, España. Correo electrónico: esther.mercado@uclm.es, teléfono: +34925721010 ext. 5690.

*** Trabajadora Social y Psicóloga. Doctora en Psicología. Profesora Titular de Escuela Universitaria, Universidad de Castilla-La Mancha, Facultad de Ciencias Sociales de Talavera de la Reina, España. Correo electrónico: Vicenta.rodriguez@uclm.es, teléfono: +34925721010 ext. 5690.

Introducción

Las migraciones son un proceso complejo y multifactorial que concierne tanto a la sociedad de origen como a la de destino debido a los efectos de emigración, inmigración y retorno que producen repercusiones demográficas, económicas, sociales y culturales (Pereda y Pereida, 2009).

El corolario resultado de este fenómeno provoca secuelas impactantes y traumáticas debido a la ruptura de lazos personales, familiares y comunitarios, los cuales, pueden desencadenar en angustia, crisis, fobias y estrés crónico, entre otras (Achotegui, 2008). La experiencia personal migratoria envuelve un importante esfuerzo de acomodación a nuevos contextos que no sólo involucra al propio sujeto sino a su entorno inmediato. En este sentido, "la resocialización implica la adaptación de las personas migrantes a nuevas formas de producción o de vida cotidiana e incluso de complejidad de su identidad" (Pereda y Pereira, 2009:4).

Este proceso de reajuste y el desarrollo de las capacidades, que tienen las personas para hacer frente a los nuevos desafíos y problemas, es lo que se denomina resiliencia (González et al., 2013).

A la luz de la revisión de la literatura efectuada (Telias, 2012; Ong et al., 2010; Quiceno, et al., 2011), ésta se concibe como constructo dinámico, de interacción entre el sujeto y el entorno, producida en un periodo de tiempo determinado que implica cambios y nuevas conductas que afectan a su progreso y satisfacción vital (Greene y Conrad, 2002; Lifton, 1993). Algunos autores como Friberg et al. (2006) señalan que las personas que muestran niveles de resiliencia altos son capaces de enfrentarse de manera más óptima a situaciones estresantes y dolorosas y, como consecuencia, presentan una mayor satisfacción vital.

El proceso migratorio, ineludiblemente, facilita que las personas incrementen factores de resiliencia para superar adversidades y adaptarse al país de destino pero, además, conlleva nuevos procedimientos a la hora de dar respuesta a las necesidades y/o situaciones de esta población. Es por ello que "la intervención con personas inmigrantes está marcada por una perspectiva de riesgos y debilidades [...] no son muchos los inmigrantes que se dirigen a servicios profesionales para hacer frente a sus necesidades, sino que activan sus propias capacidades resilientes; el sentido que el proyecto migratorio aporta a sus vidas, sus creencias y valores personales, así como sus redes familiares y sociales, entre otras" (Anleu y García, 2014:897).

Se hace latente que en el proceso de actuación con el colectivo de personas en situación de inmigración, los/as profesionales deben mitigar los factores de riesgo y, acentuar los agentes resilientes para reducir el estrés personal y poder valorar el nivel de satisfacción vital. A este respecto, el proceso desde la resiliencia implica "medirlo y evaluarlo y tras ello, proponer maneras de promocionar y activar procesos de resiliencia en las personas, grupos y comunidades" (Palma y Hombrados, 2013:92). Por ello, el Trabajo Social precisa de investigar y conocer nuevas técnicas que orienten al examen de las fortalezas personales (Villalba, 2006).

Método

La investigación se base en un estudio cuantitativo mediante la utilización de un cuestionario autoadministrado para medir la escala de satisfacción vital. Esta encuesta se diseñó a partir de las aportaciones de diversas investigaciones (Laparra,

1999; Navarro y Larrubia, 2006; Raya, 2006 y Subirats, 2004), en las que se analizaron diferentes factores o dimensiones de la resiliencia, tales como: competencia para el trabajo/relación grupal; capacidades empáticas y de adaptación; optimismo y fortaleza personal; competencias para las relaciones familiares y con amigos; capacidades analíticas y satisfacción vital (Véase, De la Paz, 2014 para una mayor profundización). Además, se incluyeron otros ítems asociados a los recursos económicos, de vivienda y sanidad. Sólo en el caso de la población inmigrante se introdujo otra categoría vinculada con la situación administrativa en la que se encontraban.

Este estudio se hizo en un municipio de 90.000 habitantes en la provincia de Toledo (España) en donde reside un alto porcentaje de población inmigrante ecuatoriana. El total de la muestra fueron 546 personas (382 españoles y 164 ecuatorianos). Teniendo en cuenta las limitaciones del padrón, que impiden la selección aleatoria de la muestra, se llevó a cabo un muestreo no probabilístico en dos etapas. En la primera etapa se realizó un muestreo por cuotas (de sexo y edad) para asegurar que la composición de la muestra coincide con la constitución de la población en relación a las dimensiones de análisis. Este muestreo permite extrapolar los datos a toda la población ya que "garantiza que todas las submuestras están representadas en su debida proporción" (Morales, 2012:4). En la segunda etapa, los elementos de la muestra se seleccionaron según la conveniencia o juicio de los investigadores. En este caso se efectuaron rutas aleatorias definiendo itinerarios de las calles de la ciudad para buscar la representatividad de todas las zonas residenciales. Se utilizaron como criterios de control el sexo, la edad (mayores de 18 años), la nacionalidad y el empadronamiento (Malhotra, 2004).

La recogida de información primaria se ejecutó en dos fases; una primera, que exploraba la estructura dimensional de la resiliencia, utilizando, exclusivamente, la muestra de población española y, una segunda, que examinaba sólo población inmigrante ecuatoriana acorde a criterios de fiabilidad y validez de la escala depurada.

El análisis de datos se realizó mediante técnicas descriptivas y bivariantes apoyado en el paquete estadístico *SPSS 23.0*. Adicionalmente, para evaluar la fiabilidad de los ítems (usados para medir las dimensiones/factores de la resiliencia y la satisfacción con la vida), se empleó el α ordinal (recomendado por Gadermann et., 2012) para escalas tipo Likert, entre dos y siete opciones de respuesta que fue calculado con el programa *R 3.0.2*.

Las técnicas descriptivas univariantes caracterizaron la población sociodemográfica y técnicas bivariantes compararon y contrastaron la influencia de las dimensiones de la resiliencia mediante la aplicación de ANOVAS de un factor/pruebas robustas de igualdad de medias de Welch y análisis de correlaciones (Rho de Spearman).

Resultados

Se presentan los principales hallazgos en relación a la satisfacción vital entre la población española y la población inmigrante ecuatoriana. Pese a que se han tenido en cuenta las diversas categorías de análisis señaladas anteriormente; se quiere hacer constar que no se ha examinado el ítem (satisfacción con su trabajo actual). Esta decisión se ha sustentado en base a que algunos sujetos encuestados se encontraban en una situación de inactividad laboral o desempleo y, dado que algunos participantes

no respondieron a esta pregunta, se ha considerado no analizarla para evitar sesgos en la interpretación de los datos.

Población española

Se muestra que la correlación (ver Tabla N° 1), entre las distintas facetas de la satisfacción vital es positiva, registrándose la más alta incidencia entre la satisfacción con la vida en general y en el área económica ($r_s = 0,58, p < 0,05$); mientras que la menor, se corresponde a la proporcionada entre la satisfacción con el nivel de bienestar personal y social y con la red social ($r_s = 0,33, p < 0,05$)¹.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y correlaciones entre las distintas facetas vinculadas con la satisfacción vital

Concepto	Mínimo	Máximo	M	DT	α ordinal	Correlación (Rho de Spearman)			
						S1	S2	S3	SG
S1. Satisfacción con la red social	1,00	5,00	3,95	0,80	0,78	1,00			
S2. Satisfacción con el nivel de bienestar personal y social	1,00	5,00	3,40	0,84	0,73	0,33*	1,00		
S3. Satisfacción en el área económica	1,00	5,00	3,20	0,99	0,80	0,35*	0,54*	1,00	
SG. Satisfacción con la vida en general	1,00	5,00	3,43	1,00	n.a.	0,45*	0,41*	0,58*	1,00

Nota: * $p < 0,05$; n.a.: no aplicable
Fuente: Elaboración propia.

En base a la existencia de asociación o no, entre los cinco factores o dimensiones de la resiliencia y la satisfacción con la red social, con el nivel de bienestar personal y social, con el área económica y con la vida en general, la siguiente tabla (ver Tabla N°2) expresa que las competencias para el trabajo/la relación grupal (factor 1) correlacionan positivamente y significativamente, aunque de forma débil con las tres facetas consideradas y la satisfacción con la vida en general.

En relación a las capacidades empáticas y de adaptación sólo se asocian de manera efectiva la satisfacción con la red social ($r_s = 0,19, p < 0,05$) y la vida en general ($r_s = 0,14, p < 0,05$). El optimismo y fortaleza personal (factor 3) y las capacidades analíticas (factor 5) registran coeficientes de correlación positivos y elocuentemente

¹ Comprobada la fiabilidad de las escalas empleadas para medir estas facetas (con α ordinales superiores a 0,7 en los tres casos), se procede a calcular la puntuación de cada una de ellas como la media aritmética de los ítems que la integran. Por su parte, la "satisfacción con la vida en general" se mide a través de un único ítem incluido con esa finalidad en el cuestionario y, por tanto, no procede analizar el α ordinal al no tratarse de una escala multi-ítem.

distintos de cero, en relación a la satisfacción con la red social, el nivel de bienestar personal y social y, la vida en general.

De las cinco dimensiones de la resiliencia, las competencias para las relaciones familiares/con amigos (factor 4) son las que presentan una reciprocidad más intensa con dos de las variables (red personal, red social y área económica) y la satisfacción con la vida en general ($r_s = 0,31, p < 0,05$).

Tabla 2. Relación entre factores/dimensiones de la resiliencia y las distintas facetas vinculadas con la satisfacción vital en la muestra de población española

Dimensión	Correlación (Rho de Spearman)			
	Satisfacción con la red social	Satisfacción con el nivel de bienestar personal y social	Satisfacción en el área económica	Satisfacción con la vida en general
Factor 1. Competencias para el trabajo/la relación grupal	0,11*	0,11*	0,13*	0,14*
Factor 2. Capacidades empáticas y de adaptación	0,19*	0,08	0,00	0,14*
Factor 3. Optimismo y fortaleza personal	0,20*	0,13*	0,07	0,12*
Factor 4. Competencias para las relaciones familiares/con amigos	0,38*	0,17*	0,21*	0,31*
Factor 5. Capacidades analíticas	0,16*	0,23*	0,08	0,19*

Nota: * $p < 0,05$

Fuente: Elaboración propia.

En base a las evidencias encontradas, se pone de manifiesto que el análisis y el trabajo en este tipo de competencias resultan esenciales para que las personas mejoren su satisfacción vital.

Población ecuatoriana²

² La agrupación realizada en el caso de la muestra de población inmigrante ecuatoriana es idéntica a la descrita anteriormente, con la particularidad de que el ítem sobre cómo se sienten de satisfechos con "su

Se observa que la correlación entre las distintas facetas vinculadas con la satisfacción vital, la población inmigrante ecuatoriana muestra un patrón similar al de la población española. Los coeficientes de correlación son positivos (ver Tabla Nº 3)³; si bien, la magnitud de los mismos, tiende a ser menor en la muestra de población inmigrante ecuatoriana. De hecho, hay una correspondencia poco significativa entre la satisfacción con la vida en general y la red social ($r_s = 0,09, p > 0,05$).

Tabla 3. Estadísticos descriptivos y correlaciones entre las distintas facetas vinculadas con la satisfacción vital en la muestra de población inmigrante ecuatoriana

Concepto	Mínimo	Máximo	M	DT	α ordinal	Correlación (Rho de Spearman)			
						S1	S2	S3	SG
S1. Satisfacción con la red social	1,00	5,00	4,14	0,97	0,88	1,00			
S2. Satisfacción con el nivel de bienestar personal y social	1,00	5,00	3,61	0,79	0,68	0,31*	1,00		
S3. Satisfacción en el área económica	1,00	5,00	3,08	1,03	0,77	0,17*	0,48*	1,00	
SG. Satisfacción con la vida en general	1,00	5,00	3,52	1,08	n.a.	0,09	0,42*	0,47*	1,00

Nota: * $p < 0,05$; n.a.: no aplicable

Fuente: Elaboración propia.

Al analizar la relación entre las dimensiones de la resiliencia y la satisfacción vital (ver Tabla Nº4), se observa que las competencias para el trabajo/la relación grupal (factor 1) correlacionan positiva y significativamente con la satisfacción con la red social, el nivel de bienestar personal y social y la vida en general. Además, el tamaño de estos tres coeficientes de correlación es mayor que el registrado en el caso de la muestra de población española, lo que sugiere que la importancia de esta primera dimensión de la resiliencia y en la mejora de la satisfacción vital, es mayor para la población inmigrante frente a la población española.

Las capacidades empáticas y de adaptación (factor 2) y las competencia para las relaciones familiares/con amigos (factor 4) sólo se asocian de manera positiva y significativa con la satisfacción con el nivel de bienestar social y la vida en general.

Adicionalmente, se comprueba que la magnitud de los coeficientes de correlación entre las competencias para las relaciones familiares/con amigos y las distintas facetas

situación legal-administrativa en la que se encuentra”, se incorporaba dentro de la dimensión que mide la satisfacción con el nivel de bienestar personal y social.

³ Se evaluó la fiabilidad de las escalas empleadas para la medición de las tres facetas (con α ordinales comprendidos entre 0,68 y 0,88) y se calculó la puntuación en cada una de ellas como la media de los ítems que la integran.

vinculadas con la satisfacción vital es menor para la población inmigrante que para la muestra de población española.

El optimismo y fortaleza personal (factor 3) mantiene una asociación positiva con las dimensiones analizadas y con la satisfacción con la vida en general. En cambio, las capacidades analíticas (factor 5) no se relacionan positivamente con la satisfacción vital en general ($r_s = 0,15, p > 0,05$).

Tabla 4. Relación entre factores/dimensiones de la resiliencia y las distintas facetas vinculadas con la satisfacción vital en la muestra de población inmigrante ecuatoriana

Dimensión	Correlación (Rho de Spearman)			
	Satisfacción con la red social	Satisfacción con el nivel de bienestar personal y social	Satisfacción en el área económica	Satisfacción con la vida en general
Factor 1. Competencias para el trabajo/la relación grupal	0,21*	0,31*	0,13	0,41*
Factor 2. Capacidades empáticas y de adaptación	0,07	0,18*	0,05	0,20*
Factor 3. Optimismo y fortaleza personal	0,12*	0,21*	0,16*	0,19*
Factor 4. Competencias para las relaciones familiares/con amigos	0,14	0,16*	-0,01	0,16*
Factor 5. Capacidades analíticas	0,19*	0,25*	0,18*	0,15

Nota: * $p < 0,05$

Fuente: Elaboración propia.

A la luz de las evidencias encontradas, es posible señalar que, mientras que en la muestra de población española, el incremento de la satisfacción vital se asocia principalmente con mayores competencias para las relaciones familiares/con amigos (factor 4). Por el contrario, para la de población inmigrante ecuatoriana, la satisfacción con la vida se relaciona más intensamente con las competencias para el trabajo/la relación grupal (factor 1). Esta circunstancia puede estar relacionada con los objetivos y las causas que motivaron el proceso migratorio y la cercanía o lejanía de la red social y familiar de apoyo.

Discusión

La resiliencia es considerada como un constructo multidimensional (Echeburúa et al., 2005; Seligman y Czikszentmihaly, 2000; Serrano et al., 2013; Vera, 2006). Las experiencias y vivencias de los acontecimientos de la vida, en muchas ocasiones, producen secuelas que acompañan a las personas toda su vida (Echeburúa y Corral, 2007). Sin embargo, se hallan casos opuestos, en los que las adversidades, traumas y dificultades, son vividos como crecimiento personal en el que las personas son capaces de afrontar los conflictos con mayores garantías de éxito y adaptándose a nuevas realidades (Vázquez, et al., 2009).

De acuerdo con Vera et al. (2006) la resiliencia es un proceso dinámico y evolutivo que se expresa de forma diferente dependiendo del entorno, las creencias, la cultura, el ciclo vital y los acontecimientos por los que atraviesan las personas. No obstante, implica la interacción de factores resilientes y contextos favorecedores para su desarrollo (Grotberg, 2002).

Si bien, no se puede afirmar taxativamente las causas por las que las personas desarrollan estos factores; las habilidades de adaptación, la baja susceptibilidad, el afrontamiento y el entrenamiento efectivo, las conductas positivas de la vida, el especial temperamento y las habilidades cognitivas son características resilientes que sostienen el afrontamiento de los acontecimientos de la vida y los factores de estrés (Urrea et al., 2014). De igual modo, los recursos personales, familiares y sociales, los aspectos problemáticos y desafíos pueden considerarse como elementos protectores, en su gran mayoría (Terranova et al., 2014).

Al ser un proceso gradual, además, deben analizarse las dimensiones del apoyo externo, la fortaleza interior y las competencias personales (Palma y Hombrados, 2012). Por todo ello, se considera ineluctable profundizar en contenidos favorecedores, procesos generadores de resiliencia y de satisfacción vital tanto de las poblaciones migrantes como de las poblaciones nacionales para disminuir el estrés del proceso migratorio, favorecer la recuperación y la integración de colectivos con proyectos de vida diferentes. A este respecto, parece incuestionable que "a mayor resiliencia mayor satisfacción con la vida" (Limonero et al., 2012).

Este trabajo adquirirá mayor relevancia en la medida que se incorporen otras variables de análisis tales como: pertenencia a grupos de autoayuda o ayuda mutua (Germain, 1990) y/o el neuroticismo o la extraversión que influyen sobre la satisfacción vital (Garaigordobil et al., 2009), y que se tengan en cuenta los discursos de los y las profesionales que intervienen en este proceso.

Conclusiones

Esta indagación fortalece el alcance presente en relación al estudio de la resiliencia como factor protector y su vinculación con la satisfacción vital. Su desarrollo en el proceso de intervención es crucial a la hora del trabajo con personas y, además,

requiere que los y las profesionales desarrollen nuevos roles y funciones enfrentándose a los desafíos en la práctica creciente de la complejidad social.

Los resultados de este estudio junto con la revisión de la literatura efectuada, faculta el establecimiento de varias conclusiones que permite delinear algunas características en relación a la resiliencia y a la muestra estudiada. En primer lugar, para el grupo de población española existe una baja relación entre los factores de resiliencia y la satisfacción con la vida en general. Las capacidades empáticas y de adaptación se vinculan con la satisfacción con la red social. El optimismo, la fortaleza personal y las capacidades analíticas son importantes para este grupo en la relación a la red social, el nivel de bienestar personal y social y la vida en general. Si bien, las competencias para las relaciones entre familiares y amigos, que se corresponden con la red personal y social, y el área económica juegan un papel importante en la satisfacción con la vida. En segundo lugar, este mismo grupo poblacional confiere un mayor nivel de satisfacción con la vida en general a las competencias relacionadas con familiares/con amigos y las relaciones con la red social y área económica. En tercer lugar, para la población inmigrante ecuatoriana no existe una correspondencia entre la satisfacción con la vida y la red social. Se evidencia una mayor vinculación con las competencias para el trabajo/la relación grupal. En cuarto lugar, para este grupo poblacional, las capacidades empáticas y de adaptación junto con las competencias para las relaciones familiares/con amigos se relacionan con la satisfacción del nivel de bienestar social y la vida en general. Si bien, concierne menor énfasis a competencias para las relaciones familiares/con amigos y las distintas facetas vinculadas con la satisfacción vital.

Para finalizar y en consonancia con Roque et al. (2009) "el marco teórico de la resiliencia es inacabado"; por lo tanto, se abre un nuevo campo no sólo de indagación sino también de intervención para los trabajadores y las trabajadoras sociales.

Referencias bibliográficas

- Achotegui, Joseba (2008): "Estrés límite y salud mental: El síndrome del inmigrante con estrés crónico múltiple". **Revista Internacional On-Line: Avances en Salud Mental Relacional (Advances in relational mental health) 7**, pp. 1-22.
- Anleu H., Claudia M^a, & García M., Cristina (2014). "Aportaciones para un enfoque resiliente del Trabajo Social con personas inmigrantes. Un estudio de caso". **En I Congreso Internacional de Facultades y Escuelas de Trabajo Social**, pp. 897-904.
- De la Paz E., Pedro (2014). La resiliencia como cambio de paradigma en Trabajo Social [Tesis Doctoral. Documento no publicado]. Universidad Pontificia Comillas. Madrid.
- Echeburúa, Enrique, de Corral, Paz, & Amor, Pedro J. (2002): "Evaluación del daño psicológico en víctimas de delitos violentos". **Psicothema**, 14(Supl), pp. 139-146.

- Echeburúa, Enrique, & de Corral, Paz (2007). "Intervención en Crisis en Víctimas de Sucesos Traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué?" **Behavioral Psychology/Psicología Conductual**, 15, pp. 373-387.
- Friborg, Oddegeir, Hjemdal, Odin, Rosenvinge, Jan H., Martinussen, Monica, Aslaksen, Per M., & Flaten, Magne A. (2006). "Resilience as a moderator of pain and stress". *Journal of Psychosomatic Research*, 61(2), pp. 213-219.
- Gadermann, Anne M, Guhn, Martin, & Zumbo, Bruno D. (2012). "Estimating ordinal reliability for Likert-type and ordinal item response data: A conceptual, empirical, and practical guide". **Practical Assessment, Research & Evaluation**, 17(3), pp. 1-13.
- Garaigordobil, Maite, Aliri, Jone, & Fontaneda, Iraide (2009). "Bienestar psicológico subjetivo: diferencias de sexo, relaciones con dimensiones de personalidad y variables predictoras". **Behavioral Psychology/Psicología Conductual**, 17(3), pp. 543-559.
- Germain, Carel B. (1990). "Life forces and the anatomy of practice". **Smith College Studies in Social Work**, 60(2), pp. 138-152.
- González María M., Vázquez, Octavio & Álvarez, Pablo (2013). "El análisis de la resiliencia en personas que constituyen parejas mixtas en Andalucía". **Cuadernos de Trabajo Social**, 26(2), pp. 275-284.
- Greene, Roberta & Conrad, Ann (2002). "Basic assumptions and terms". En R. Greene (ed.), **Resiliency an Integrated Approach to Practice, Policy and Research** (pp. 29-62). Washington, DC, National Association of Social Workers. Nasw Press.
- Grotberg, Edith, H. (2002). "Nuevas tendencias en resiliencia". En A. Meillo y E. N. Suárez Ojeda (comps.), **Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas** (pp. 19-30). Buenos Aires. Paidós.
- Laparra, Miguel (1999). El espacio social de la exclusión. El caso de Navarra [Tesis Doctoral]. Departamento de Trabajo Social. Universidad de Navarra.
- Lifton, Robert J. (1993). **The Protean self-human resilience in an age of fragmentation**. Basic Books New York. University of Chicago Press.
- Limonero, Joaquín, Tomás, Joaquín, Fernández, Jordi, Gómez, María, J., & Ardilla, Amor (2012). "Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: predictores de satisfacción con la vida". **Behavioral Psychology / Psicología Conductual**, 20(1), pp. 183-196.
- Malhotra, Naresh. K. (2004). **Investigación de mercados. Un enfoque aplicado**. México. Plarson Prentice Hall.
- Masten, Anna. S. (1994). "Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity". In Wang, M. C. & Gordon, E. W. (Eds.),

Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects (pp. 3-25). Hillsdale, New Jersey. Lawrence Erlbaum.

- Morales, Pedro (2012). Tamaño necesario de la muestra: ¿Cuántos sujetos necesitamos? En: <http://www.upcomillas.es/personal/peter/investigacion/Tama%FloMuestra.pdf>.
Fecha de consulta: 15/12/2015
- Navarro, Susana & Larrubia, Remedios (2006). **Indicadores para medir situaciones de vulnerabilidad social. Propuesta realizada en el marco de un proyecto europeo**. Estudios de Arte, Geografía e Historia. Málaga. UMA.
- Ong, Anthony D., Zautra, Alex J., & Reid, M. Carrington (2010). "Psychological resilience predicts decreases in pain catastrophizing through positive emotions". **Psychological Aging**, 25(3), pp. 516-523.
- Palma, M^a de las Olas, & Hombrados, Isabel (2013). "Trabajo Social y resiliencia: revisión de elementos convergentes". **Portularia, Revista De Trabajo Social**, 13(2), pp. 89-98.
- Pereda S., Estitxu, & Pereira T., Roberto (2009). Resiliencia e Inmigración. En: <http://www.psiquiatria.com/bibliopsiquis/handle/10401/4861>. Fecha de consulta: 12/02/2016
- Quiceno, J.Margarita, Vinaccia, Stefano, & Remor, Eduardo (2011). "Programa de Potenciación de la Resiliencia para Pacientes con Artritis Reumatoide". **Revista de Psicopatología y Psicología Clínica**, 16(1), pp. 27-47.
- Raya, Esther (2006): **Indicadores de exclusión social. Una aproximación al estudio aplicado de la exclusión**. Bilbao. Universidad del País Vasco.
- Roque H., M^a del Pilar., Acle T., Guadalupe & García M., Mirna (2009). "Escala de resiliencia materna: un estudio de validación en una muestra de madres con niños especiales". **Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica**, 27 (1), pp. 107-132.
- Seligman, Martin & Czikszentmihaly, Mihaly (2000). "Positive Psychology". **American Psychologist**, 55(1), 5-14.
- Serrano P., M^a Dolores, Garrido A., M. Notario P., Bartolomé G., R., Solera M., M. & Martínez V., V. (2013). "Validity of the Connor-Davidson resilience scale (10 items) in a population of elderly". **Enfermería Clínica**. Jan-Feb; 23(1), pp.14-21
- Subirats, Joan (Dir). (2004). **Pobreza y exclusión social, un análisis de la realidad española y europea**. Colección de Estudios Sociales, 16. Madrid: Fundación La Caixa. En: www.estudios.lacaixa.es. Fecha de consulta: 15/01/2016.

- Telias D., Max (2012). "Resiliencia, identidad y reconocimiento. Nuevas aproximaciones del concepto a los aportes de George Mead y Axel Honneth". **Revista Trabajo Social**, 82, pp.43-52.
- Terranova, Lina Ma., Acevedo, Victoria E., & Rojano, Ramón (2014). "Intervención en terapia familiar comunitaria con diez familias caleñas de la ladera oeste". **Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud**, 12(1), pp. 309-324.
- Urra P., Javier, Escorial M., Sergio, & Martínez A., Rosario (2014). "Development and psychometric properties of the Resistance to Trauma Test (Trauma)". **Psycothema**, 26(2), pp.215-221.
- Vázquez V., Carmelo, Castilla B., Cristina, & Hervás T., Gonzalo (2009). "Reacciones frente al trauma: vulnerabilidad, resistencia y crecimiento". En E. G. Fernández-Abascal (Dir.), **Emociones positivas** (pp. 375-392). Madrid. Pirámide.
- Vera P., Beatriz (2006). "Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología". **Papeles del Psicólogo**, 27, pp. 3-8.
- Vera P., Beatriz, Carbelo B., Begoña, & Vecina J., Ma. Luisa (2006). "La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático". **En:** <http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1283>. Fecha de consulta: 19/03/2016.
- Villalba Q., Cristina (2006). "El enfoque de la resiliencia en Trabajo Social". **Acciones e Investigaciones Sociales**, Extra (1), pp. 446-498.