UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

TÍTULO

TÉCNICAS DE LOGOTERAPIA PARA FORTALECERLA RESILIENCIA DE LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO "B" DE LA ESCUELA "18 DE NOVIEMBRE" PERIODO 2017-2018.

Tesis previa a la obtención del grado de Licenciada en Ciencias de la Educación; Mención: Psicología Educativa y Orientación.

AUTORA:

Diana Verónica Pardo Ochoa

DIRECTORA:

Dra. Blanca Lucía Iñiguez Auquilla Mg. Sc.

LOJA – ECUADOR

2018

CERTIFICACIÓN

Dra. Blanca Lucía Iñiguez Auquilla Mg. Sc.

DOCENTE DE LA CARRRERA DE PSICOLOÍGA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN DE LA FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

CERTIFICA:

Haber dirigido, asesorado, revisado y orientado con pertinencia y rigurosidad científica en todas sus partes, en concordancia con el mandato del Art. 139 del Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, el desarrollo de la tesis de licenciatura en Ciencias de la Educación, mención Psicología Educativa y Orientación, titulada: **TÉCNICAS DE LOGOTERAPIA PARA FORTALECER LA RESILIENCIA DE LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO "B" DE LA ESCUELA "18 DE NOVIEMBRE" PERIODO 2017-2018.** De autoría de la Srta. Diana Verónica Pardo Ochoa. En consecuencia, el informe reúne los requisitos, formales y reglamentarios, por lo que se autoriza su presentación y sustentación ante el tribunal de grado.

Loja, 29 de marzo de 2018.

Dra. Blanca Lucía Iñiguez Auquilla Mg. Sc.

DIRECTORA DE TESIS

AUTORÍA

Yo Diana Verónica Pardo Ochoa, declaro ser autora del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.

Autora: Diana Verónica Pardo Ochoa
Firma:
Cédula: 110498289-5
Fecha: Loja, 01 de junio de 2018

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DE LA AUTORA, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO

Yo, Diana Verónica Pardo Ochoa, declaro ser la autora del presente trabajo de tesis titulada **TÉCNICAS DE LOGOTERAPIA PARA FORTALECER LA RESILIENCIA DE LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO "B" DE LA ESCUELA "18 DE NOVIEMBRE" PERIODO 2017-2018,** como requisito para optar al grado de Licenciada en Ciencias de la Educación; Mención: Psicología Educativa y Orientación; autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre el mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido en el Repositorio Digital Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad

La Universidad Nacional de Loja no se responsabiliza por el plagio o copia de tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja al primer día del mes de junio de dos mil dieciocho.

Firma:

Autora: Diana Verónica Pardo Ochoa

Cédula: 1104982895

Dirección: Loja, La Dolorosa, Avenida Villonaco y Demetrio Aguilera Malta

Correo Electrónico: dvpardoo@unl.edu.ec.

Celular: 0988979885

DATOS COMPLEMENTARIOS

Director de Tesis: Dra. Blanca Lucía Iñiguez Auquilla Mg. Sc.

Tribunal de Grado:

Presidenta: Dra. Sonia Marlene Sizalima Cuenca, Mg. Sc.

Primer Vocal: Dr. Manuel Lizardo Tusa Tusa Ph.D.

Segundo Vocal: Lic. Raquel Oampo Ordóñez Mg. Sc.

AGRADECIMIENTO

Sea propicia la ocasión para expresar mi sincero agradecimiento a la Universidad Nacional de Loja, a la Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación, especialmente a la Carrera de Psicología Educativa y Orientación, al personal docente que por medio de sus conocimientos impartidos en clase y prácticas han permitido lograr adquirir nuevos conocimientos para nuestra vida profesional y de forma especial a mi directora de tesis por su constante apoyo, motivación y conocimiento científico que han sido fundamentales para la concreción de esta tesis.

A las autoridades y estudiantes de la Escuela 18 de Noviembre por su colaboración activa para la realización del presente trabajo, por las experiencias compartidas a lo largo de la investigación, pero sobre todo por la contribución al conocimiento mutuo.

La Autora.

DEDICATORIA

"Cuando bebas agua, recuerda la fuente"
Proverbio chino.

Con infinito amor, dedico el presente trabajo investigativo, al dador de vida y de mis sueños quien me dio fuerza y coraje para alcanzar mis metas.

A Teresa y Carlos mis dos grandes amores, aquellos pedazos de cielo que con esfuerzo y sabiduría me guiaron hasta este momento, siempre llenando mi vida de risas y lágrimas, siendo los promotores principales de lo que ahora soy como persona, mis valores, mis principios, mi carácter, mi empeño, mi perseverancia, mi coraje para conseguir mis objetivos, porque gracias a ellos sé que la responsabilidad se la debe vivir como un compromiso de dedicación y esfuerzo.

Al mejor regalo de mi vida, mi hermana, mi segunda madre, *Alicia,* por cada lágrima que secó, por cada carcajada y broma compartida, pero sobre todo por educarme con amor incondicional y no soltar mi mano aun cuando debía. A mis siempre preciosos *Carmen* y *Darwin*.

Diana Verónica.

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN											
BIBLIOTECA: FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN											
TIPO DE DOCUMENTO	AUTORA TITULO DE LA TESIS	FUENTE	FECHA- AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO						OTRAS DESAGREGACIONES	OTRAS OBSERVACIONES
				NACIONAL	REGIONAL	PROVINCIA	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIO O COMUNIDAD		
Tesis	Diana Verónica Pardo Ochoa TÉCNICAS DE LOGOTERAPIA PARA FORTALECER LA RESILIENCIA DE LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO "B" DE LA ESCUELA "18 DE NOVIEMBRE", PERIODO 2017-2018.	UNL	2018	Ecuador	Zona 7	Loja	Loja	San Sebastián	San Sebastián	CD	Licenciada en Ciencias de la Educación; Mención: Piscología Educativa y Orientación

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS

UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL CANTÓN LOJA

CROQUIS DE LA INVESTIGACIÓN ESCUELA "18 DE NOVIEMBRE"

ESQUEMA DE TESIS

i PORTADA

ii CERTIFICACIÓN

iii AUTORÍA

iv CARTA DE AUTORIZACIÓN

v AGRADECIMIENTO

vi DEDICATORIA

vii MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

viii MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS

ix ESQUEMA DE TESIS

a. TÍTULO

b. RESUMEN
ABSTRACT

c. INTRODUCCIÓN

d. REVISIÓN DE LITERATURA

e. MATERIALES Y MÉTODOS

f. RESULTADOS

g. DISCUSIÓN

h. CONCLUSIONES

i. RECOMENDACIONES
- PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

j. BIBLIOGRAFÍA

k. ANEXOS
- PROYECTO DE TESIS
- OTROS ANEXOS

a. TÍTULO

TÉCNICAS DE LOGOTERAPIA PARA FORTALECER LA RESILIENCIA DE LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO “B” DE LA ESCUELA “18 DE NOVIEMBRE”, PERIODO 2017-2018.

b. RESUMEN

La tesis denominada: **TÉCNICAS DE LOGOTERAPIA PARA FORTALECER LA RESILIENCIA DE LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO "B" DE LA ESCUELA "18 DE NOVIEMBRE", PERIODO 2017-2018.** El objetivo fue fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de educación general básica paralelo "B", de la Escuela "18 de Noviembre", periodo 2017-2018, utilizando técnicas de logoterapia. El enfoque de investigación es cuantitativo; el diseño es pre-experimental, los métodos que utilizaron fueron: científico, descriptivo, analítico-sintético e inductivo-deductivo; en cuanto al instrumento se usó una Escala de Resiliencia, en una muestra de 35 adolescentes, de tipo no probabilística. De acuerdo a los resultados se conoce que, el 49% posee un nivel bajo de resiliencia, 23 % resiliencia media, el 6% media alta y solamente el 14% posee niveles altos. Al aplicar y evaluar las técnicas de logoterapia se dedujo que la mayoría de los adolescentes incrementaron sus de niveles de resiliencia así 17% mantienen niveles bajos, 11% media, 29% media alta y finalmente 43% niveles altos, por lo que se recomienda la aplicación de técnicas logoterapéuticas para el fortalecimiento de la resiliencia en adolescentes.

ABSTRACT

The thesis denominated: LOGOTHERAPY TECHNIQUES TO STRENGTHEN THE RESILIENCE OF THE STUDENTS OF THE TENTH YEAR OF BASIC PARALLEL EDUCATION "B" OF THE SCHOOL "NOVEMBER 18", PERIOD 2017-2018. The objective was to strengthen the resilience of the tenth year students of the basic general education "B" parallel, of the School "November 18", period 2017-2018, using logotherapy techniques. The research approach is quantitative; the design is pre-experimental, the methods they used were: scientific, descriptive, analytic-synthetic and inductive-deductive; As for the instrument, a Resilience Scale was used in a sample of 35 adolescents, of a non-probabilistic type. According to the results, it is known that 49% have a low level of resilience, 23% have medium resilience, 6% have a high level of resilience, and only 14% have high levels of resilience. When applying and evaluating the logotherapy techniques, it was deduced that the majority of adolescents increased their levels of resilience, so 17% maintain low levels, 11% average, 29% high average and finally 43% high levels, so it is recommended application of logotherapeutic techniques for the strengthening of resilience in adolescents.

c. INTRODUCCIÓN

La complejidad de los seres humanos implica, día a día existe la eterna tarea de tomar decisiones a cada instante; así como también se encuentran expuestos a múltiples situaciones agradables, desagradables, alegres y otras dolorosas, siendo la resiliencia justamente aquella capacidad innata que permite que los seres humanos afronten, acepten y se sobrepongan de forma positiva a eventos de difícil asimilación. Más aún cuando la adolescencia es una etapa de transición en la que se suscitan muchas dificultades, por ello nació la idea de investigar ¿De qué manera las técnicas de logoterapia permiten fortalecer la resiliencia en adolescentes de décimo año de EGB de la Escuela 18 de Noviembre?.

Las variables en estudio son la resiliencia y las técnicas de logoterapia. Para el efecto se planteó como tema, técnicas de Logoterapia para fortalecer la Resiliencia de los estudiantes de décimo año de Educación General Básica paralelo "B" de la Escuela "18 de Noviembre", periodo 2017-2018; y como objetivo general, fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de educación general básica paralelo "B", de la Escuela "18 de Noviembre", periodo 2017-2018, utilizando técnicas de logoterapia, de este objetivo general se derivan los objetivos específicos que aportaron al cumplimiento de la investigación fueron:

- Fundamentar los referentes teóricos y metodológicos que permitan explicar y comprender la resiliencia y logoterapia en adolescentes.
- Determinar el nivel de resiliencia que presentan los estudiantes de décimo año de Educación General Básica paralelo "B", de la Escuela "18 de Noviembre", periodo 2017-2018.
- Elaborar un programa psicoeducativo basado en técnicas de logoterapia para fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de Educación General Básica paralelo "B", de la Escuela "18 de Noviembre", periodo 2017-2018.
- Aplicar el programa psicoeducativo basado en técnicas de logoterapia para fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de Educación General Básica paralelo "B", de la Escuela "18 de Noviembre", periodo 2017-2018.
- Validar la efectividad del programa psicoeducativo basado en técnicas de logoterapia para fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de Educación General Básica paralelo "B", de la Escuela "18 de Noviembre", periodo 2017-2018.

Otro aspecto importante que integra es la revisión de literatura en donde se profundiza el análisis de las variables como: la resiliencia, su definición, desarrollo de la resiliencia, la resiliencia en la adolescencia, características de la resiliencia, factores de riesgo y protección,

y los pilares de la resiliencia; y de la segunda variable se hace un breve análisis de la logoterapia desde su definición, los aspectos filosóficos, principios básicos, la visón del ser humano desde la logoterapia, manifestaciones del espíritu según la logoterapia, sistema de valores de la Logoterapia, técnicas de logoterapia, logoterapia a nivel grupal, características de la logoterapia de grupo, aportes y metodologías específicas de logoterapia de grupo, recursos complementarios para la logoterapia grupal y algunas orientaciones para afrontar la adversidad; se realiza también una explicación acerca de lo que significa un programa psicoeducativo, mismo que es parte importante de la propuesta de intervención.

Esta tesis se enmarcó en un diseño de investigación pre-experimental, se buscó medir la variable (resiliencia) antes y después de aplicar programa psicoeducativo (estímulo) para observar resultados sobre el grupo de adolescentes de décimo año de educación general básica de la Escuela "18 de Noviembre; se desarrolló en un enfoque cuantitativo, utilizando el método científico que lo integran los métodos analítico-sintético, inductivo, deductivo y descriptivo; se utilizó también el instrumento psicométrico denominado Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, la cual permitió la medición del nivel de resiliencia, posteriormente se utilizó la estadística descriptiva para el análisis e interpretación de los datos.

Esta investigación se desarrolló en los meses de abril de 2017 a enero de 2018, partiendo de la debida elaboración del proyecto hasta la elaboración del informe final de tesis, la propuesta se llevó a cabo en la Escuela "18 de Noviembre" de la ciudad de Loja. Se llevó a cabo la elaboración de un programa psicoeducativo basado en técnicas logoterapeúticas para fortalecer la resiliencia en los estudiantes del décimo año de EGB "B" de la institución en mención, posteriormente se aplicó el mencionado programa psicoeducativo para finalmente validar la efectividad de la aplicación del programa psicoeducativo para fortalecer la resiliencia en los adolescentes.

Cabe mencionar que la parte central de la investigación es el diseño y aplicación de la propuesta, actividades que fueron desarrolladas de manera sistemática y con el respectivo conocimiento de las técnicas de Logoterapia mismas que permitieron demostrar que hubo un incremento del nivel de resiliencia: 17% mantienen niveles bajos, 11% media, 29% media alta y finalmente 43% niveles altos, por lo que este tipo de actividades fortalecen la ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción, a más de la espiritualidad y sentido de vida de los adolescentes.

Se concluye que, en el diagnóstico obtenido se evidencia que la mayoría de los estudiantes del décimo año de EGB “B”, presentaron niveles de resiliencia bajo y medio, sin embargo posterior a la aplicación del programa psicoeducativo basado en técnicas de logoterapia estos niveles aumentaron a media alta y alta, motivo por el cual se cree de gran relevancia que en lo posterior se siga aplicando el programa psicoeducativo a favor de fortalecer la resiliencia y esta a su vez puede considerarse como complemento de educación holística de los adolescentes.

d. REVISIÓN DE LITERATURA

Técnicas de Logoterapia

Antes de iniciar con el análisis de las técnicas de logoterapia, es meritorio realizar una introducción breve sobre el enfoque logoterapéutico, debido a que para emplear dichas técnicas es necesario poseer un conocimiento amplio para lograr un buen uso y éxito de las mismas.

Antecedentes

La fundadora de la Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia S.C la Dra A. de García (2011):

> La Logoterapia fue creada por el médico y psiquiatra vienés de origen judío Viktor Emil Frankl, quien fue perseguido y capturado al igual que su familia por la Alemania Nacionalista durante la Segunda Guerra Mundial por motivos raciales y religiosos, para ser confinados a los campos de internamiento nazi. Sus padres, hermano, esposa quien estaba embarazada y le practicaron un aborto, perecieron en dichos campos (p. 1).

Frankl (1991) señala que permaneció encerrado durante tres años en estos lugares de hacinamiento en donde la barbarie nazi hacía uso de la violencia física, psicológica, explotación laboral, hambruna, climas extremos, enfermedades, experimentos humanos en vivo en los campos de concentración. Y en los campos de exterminio acontecían asesinatos masivos en cámaras de gas, crematorios, fusilamiento y ahorcamiento, extinguiendo así la luz de la existencia de millones de personas incluidos niños, adolescentes, hombres, mujeres (algunas gestantes), personas con discapacidades y ancianos.

En este indigno escenario nació la Logoterapia, en el valor y lucha de Viktor Frankl por encontrar un significado al sufrimiento al que había sido sometido junto a sus seres queridos y a pesar de haber padecido un conjunto de enfermedades infecciosas y contagiosas (tifus) Frankl, ayudó a los demás prisioneros de guerra, ofreciendo sus servicios profesionales con la asistencia de sus colegas recluidos, alentándolos con cánticos, poemas, recuerdo de obras teatrales y buen humor que es el componente de supervivencia, en los escasos ratos libres que disponían.

Viktor Emil Frankl después de esta experiencia límite, propaga y extiende esta doctrina terapéutica a nivel mundial. Actualmente la Logoterapia es conocida como la Tercera Escuela

Vienesa de Psicoterapia, creada entre los años treinta y cincuenta, parte del movimiento humanista existencial que tiene fundamentos filosóficos. Esta doctrina psicológica proporciona cambios terapéuticos significativos mismos que se puede aplicar de manera individual y grupal, así como también en poblaciones infantiles, adolescentes, adultas, tercera edad y psiquiátricas.

Definición

Para el redactor de la revista Psicología y Mente Fifueroba (2017) La logoterapia es:

> Una psicoterapia que propone que la voluntad de sentido es la motivación primaria del ser humano, una dimensión psicológica inexplorada por paradigmas psicoterapéuticos anteriores, y que la atención clínica a ella es esencial para la recuperación integral del paciente. La logoterapia fue fundada y desarrollada por el psiquiatra vienés Viktor Frankl habla de los valores y el sentido de la vida. Lo que hace Frankl es entender la diferencia de la motivación respecto a la terapia como expresión de su actitud ante la vida y separarlo de su trastorno principal, de su neurosis. Por primera vez usa el término "logoterapia" en 1926 para hablar de su método terapéutico, en una conferencia de la Asociación académica para la psicología médica. Es claro que la concepción de este autor se ve marcada y reforzada por su estadía personal durante varios años en los campos de concentración nazis de exterminio a judíos (p.14).

Viktor Frankl, uno de los principales representantes del análisis existencial. En estas intervenciones, que tienen como objetivo la consecución de significado vital, tuvo una gran influencia la filosofía existencialista, un tipo de terapia con un marcado carácter filosófico que se centra en la búsqueda de significado vital ante el vacío existencial, causante de síntomas psicológicos, emocionales y físicos. De esta forma el autor de esta psicoterapia se centra en que las personas siempre podemos dar un sentido a nuestras vidas, independientemente de las circunstancias en que nos encontremos; esta búsqueda de significado constituye la principal motivación vital. Además, siempre tenemos un cierto grado de libertad, puesto que podemos decidir al menos qué actitud adoptamos ante la adversidad.

Agrega Leite (2013) que sin duda que la logoterapia es actualmente "empleada en el campo clínico, en el ámbito social, educativo y organizacional, porque la Logoterapia es una "Filosofía de Vida" y "Actitud ante la Vida" basada en la Libertad, la responsabilidad, la voluntad, el sentido, la autorrealización y la autotrascendencia" (p.2). Lo que permite que ésta teoría sea puesta en práctica en varios aspectos del contexto social, siempre y cuando se comprendan los aspectos de dicha teoría.

Aspectos Filosóficos

Uno de los seguidores del creador de la Logoterapia como lo es Fizzotti (2012) explica que, durante la segunda del siglo XX, Frankl, optó por dejar de usar el nombre completo de su enfoque <<Análisis Existencial y Logoterapia>> que era el nombre inicial de su enfoque y usando solamente el término de Logoterapia, con ello buscaba que su enfoque no se confunda con otros como el Daseinanalisys desarrollado por Ludwig Binswanger, Daseinanalitik de Medard Boss y el Análisis existencial de J. Paul Sartre todos estos basados en los principios de Heidegger.

Sin embargo en su obra Logoterapia y Análisis Existencial, aclara que, la base fundamental de la Logoterapia es el análisis existencial como una orientación antropológica de investigación mientras que la logoterapia en sí sería un método de tratamiento.

Por su parte Gandos (2017) manifiesta que el análisis Existencial es el fundamento teórico de la Logoterapia y se centra en una investigación teórica del ser humano acerca de la existencia del ser de forma individual y concreta en el mundo. De esta se desprende algo denominado como Logo-teoría, que sería el conjunto de conocimientos sobre el ser humano, que busca una comprensión integral de la persona como un ente Bio-Psicosocio-Espiritual.

Luna (2016) define a este análisis existencial como:

> Una orientación que busca indagar en diversas preguntas como: ¿Qué es el Ser Humano? ¿Quién es este Ser Humano? ¿Qué lo motiva o qué lo mueve? ¿Para qué existo? ¿Hacia a dónde voy? ¿Cómo se enferma? ¿Cómo se limita? (p.58).

Dichos aspectos giran en torno a la Logoterapia, dado que hoy en día en la sociedad en la que nos desenvolvemos al parecer no tiene mucha importancia hablar de ello, porque parece que cada día nos deshumanizamos más y más. Los aspectos que Frankl (1986) de esta teoría postula son:

Antropología Implícita.	Es volver consiente nuestra visión inconsciente del Ser Humano, es decir, la idea que tenemos del hombre en general y del hombre en concreto. No de forma intelectual, sino humana. La visión inconsciente que tenemos de los seres humanos influye directamente en la interacción con ellos, el volver consciente este aspecto es poder entrar en contacto con la persona, dejando de lado los prejuicios para movilizar algunos aspectos personales del terapeuta. Se da en un proceso activo y relacional.

Antropología Explicita.-	Es una orientación de una investigación sobre la persona, que involucra la comprensión de los aspectos biológicos, psicológicos y espirituales (noéticos), tanto en el sujeto sano como en el enfermo. Tiene como base las ideas de Max Scheler, mismo que aporta con tres ideas del Ser Humano a lo largo de la historia desde una antropología religiosa (concibe al hombre como espiritual, creación a imagen y semejanza de un Dios espiritual), antropología filosófica racional (concibe al hombre como un ser racional) y una antropología científica y evolutiva (concibe al hombre como un animal evolucionado y corticalizado). Sin Embargo manifiesta que no había una filosofía antropológica que relacione estas tres dimensiones.
Antropología Integral de Frankl	Frankl en 1986 fue evidentemente influenciado por las ideas de Scheler, pretendió y logró dotar de una antropología integral a la psiquiatría, una nueva forma de ver al ser humano que sea holística, personalista existencial involucrando aspectos biológicos, físicos (ciencia), psicológicos, emocionales (fenomenología) y espirituales también llamada dimensión noética por Frankl (muchas veces olvidadas por la ciencia) explica que lo espiritual es aquello que diferencia a cada ser humano haciéndolo una persona única e irrepetible con características propias que no poseen su origen en el ámbito material pero que si se expresan a través de lo psicofísico; por ello núcleo de la logoterapia se enfoca estimular estos aspectos auténticos de la persona como por ejemplo la libertad, conciencia noética, responsabilidad, voluntad o conocida por otros seguidores de este autor como manifestaciones del espíritu.

Fuente: *Una nueva mirada a la Logoterapia.*.
Elaborado por: Diana Verónica Pardo Ochoa, 2017.

Es por ello que actualmente se afirma que el ser humano no está aislado del mundo y no podría estarlo, es una unidad integral, ser único en relación con el mundo, consciente, libre, responsable, y orientado hacia la búsqueda de valores y sentidos de valores. Al ser humano se lo separa en dimensiones biológicas, físicas, sociales pero por mera intención de estudio pero en la realidad es imposible separarlo.

Principios Básicos

Dentro de la logoterapia se tratan tres supuestos filosóficos que son fundamentales para su desarrollo tal como lo explica a continuación Martínez (2014):

- ✓ ***La libertad de voluntad*** (antropología): que explica que todo hombre es capaz de tomar sus propias decisiones, por lo que es libre de escoger su propio destino y no convertirse en una marioneta a merced del mismo, o del inconsciente colectivo (pandeterminismo)
- ✓ ***La voluntad de sentido*** (psicoterapia): expresa la preocupación de Frankl ante los métodos psicológicos enfocados en la percepción del "componente exterior", desvirtuando la idea del animatismo presente en el ser humano que lo hace único ante el reino vegetal y animal (psicologismo)
- ✓ ***El sentido de vida*** (filosofía): que para la Logoterapia es un factor incondicional que no se pierde bajo ninguna circunstancia, pero puede escaparse de la comprensión humana. La Logoterapia es una percepción positiva del mundo (p.35).

Estos supuestos giran siempre en torno al Ser (su esencia). Desde el propio hecho de ser una persona y tener una esencia, estamos diseñados para construir entornos sociales desde los significados mismas que se reflejan en nuestras acciones diarias, en como amamos, como soñamos, como creemos, como sentimos y hasta como recibimos un insulto u otro tipo de agresión; todo lo que implica la existencia y cómo creo mi existencia, a partir de mi persona. La Logoterapia, por lo general, es incluida dentro la categoría de la psicología humanista, o bien es identificada dentro de la psiquiatría fenomenológica, o la psiquiatría existencial. Sin embargo, en opinión de diversos autores como en el caso de Ortiz, Asencio, Cano y Triglia (2016) aseguran que, la logoterapia es el único de muchos sistemas teóricos que ha logrado desarrollar técnicas psicoterapéuticas propiamente dichas.

Cabe mencionar además que la Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia (2015), aclara que 1994 V.F. contrasta su visión de ser humano con la teoría de necesidades jerárquicas planteada por Maslow. Esto al considerar que la distinción establecida entre necesidades superiores e inferiores olvida que cuando las necesidades inferiores no son satisfechas, se hace más urgente la necesidad de sentido, motivo por ende, no se necesita que dichas necesidades estén satisfechas para acceder a otras de orden superior; sino lo que realmente es indispensable para esta autorrealización sería una autoconciencia del ser con una escala de valores y un sentido de vida constante.

Entonces, como esencia de lo explicado se entiende que, la Logoterapia es primero un sistema antropológico creado por un neuropsiquatra el Dr. Viktor Emil Frankl, basado en fundamentos científicos, psicológicos, filosóficos y antropológicos que constituyen una Antropología Filosófica integral cuerpo, mente, espíritu, mundo (Logo-Teoría), desde la cual

se deriva un sistema terapéutico de orientación humanista-existencial (Logo-terapia) que se puede aplicar frente a problemas físicos (Médicos), psicológicos, como un método de autoconocimiento, como prevención y acompañamiento; mismos que se revelan a lo largo de este trabajo investigativo.

Visión del Ser Humano desde la Logoterapia

Según la explicación que da la Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris (2014) conforme a la logoterapia: La persona constantemente está interactuando en las dimensiones física, psíquica y espiritual o noética y representa una unidad en sí, para que el hombre encuentre el sentido de vida debe explorarse en la dimensión espiritual misma que permanece intacta a pesar de estar atravesando enfermedades u otras situaciones de dolor, es decir, desde esta dimensión de la persona, esta puede adoptar una u otra actitud frente a los condicionantes físicos y psíquicos, aunque la parte física o psíquica enferme, la dimensión espiritual se mantiene sana y es libre para decidir y confrontar estos condicionantes o factores de riesgo a los que se encuentre expuesto.

Queda claro que la logoterapia trabaja con esta dimensión de la persona noética. "El terapeuta ayuda al paciente a ser consciente de la responsabilidad libertad que implica la vida misma por lo que el paciente es libre para decidir qué hacer con ella" (Asencio, 2014, p. 11). Así también dentro de la responsabilidad humana expresa Frankl (1992): "Ser persona significa ser absolutamente distinto de todo otro ser, porque sólo hay una oportunidad para cada situación ésta no se volverá a repetir" (p.45). Es decir, el logoterapeuta tiene la función de acompañar al paciente o usuario para que éste pueda ver todo el abanico de posibilidades que tiene ante sí con responsabilidad, considerando al individuo como un ser único, irrepetible, distinto de los demás e insustituible y por ello nadie puede afrontar las tareas de la misma forma en que lo hace uno mismo.

Manifestaciones del espíritu según la Logoterapia

Dentro de la logoterapia se identifican algunas manifestaciones del espíritu Fabry (1984) en su obra Logoterapia aplicada a la vida se permite explicar que los fenómenos humanos son manifestaciones de la dimensión espiritual del hombre y, por tanto, son bases del análisis existencial y la logoterapia. Algunas de estas manifestaciones además de la voluntad del

sentido son la libertad, responsabilidad, conciencia, el amor, el sufrimiento y autotrascendencia. A continuación, se resumen cada una de ellas.

Libertad	Fizzotti (1994) al respecto manifiesta que: "El hombre por su dimensión espiritual es capaz de distanciarse tanto de disposiciones internas como de posiciones externas" (p. 147). Por ello, el hombre es un ser esencialmente libre. Lo espiritual posee libertad partiendo de esa distancia ante situaciones y disposiciones, que posibilita una decisión a favor o en contra de las mismas. Por la libertad, el hombre decide sobre sí mismo y es algo más que un producto de un genotipo y fenotipo. Pero sin esta base natural el hombre no puede ejercer su libertad. En otras palabras, la conducta del hombre no es dictada por sus condiciones (internas y externas) sino por las decisiones que toma. El hombre decide, sea consciente o no de ello, si se resiste a esas condiciones o si se somete.
Responsabilidad	Es así que el poseer sentido de responsabilidad invita al hombre a ser consciente principalmente del presente y de aquellas cosas que se pudieran estar haciendo mal o causando sufrimientos con el fin de enmendarlos, o dicho de otra forma, al ser humano le corresponde estrictamente, decidir su existencia como responsabilidad social, ante su consciencia y ante Dios. El ser humano es responsable de la respuesta existencial a las preguntas que le plantea la vida, es decir: llevar a cabo las posibilidades de sentido que le ofrecen las diversas situaciones. La libertad y la responsabilidad son los requisitos para encontrar sentido, pero será de forma personal e íntima debido a que ésta yace en su conciencia y espíritu.
Conciencia	Para Lukas (2002) La conciencia podría definirse la conciencia como: "la facultad de descubrir y localizar ese único sentido que se esconde detrás de cada situación" (pg. 103). De esta forma, el hombre ha de vivir entre la incertidumbre y el riesgo: la conciencia le deja la duda de haber fallado el verdadero sentido. El hecho de que la conciencia sea falible exige de parte del hombre una actitud de humildad para reconocer que los otros pueden estar en lo cierto mientras que uno mismo puede estar equivocado.
El Amor	Según Lukas (2013) explica que,"El amor constituye la única manera de aprehender a otro ser humano en lo más profundo de su personalidad. Nadie puede ser totalmente conocedor de la esencia de otro ser humano si no le ama" (p.119).

	Es decir, que el verdadero amor no se limita ni al aspecto exterior ni psíquico de la persona humana; sino que se debe alcanzar a la persona espiritual profunda y ensamblándose a ella en plenitud espiritual, permitiéndonos establecer un contacto directo y profundo con la dimensión espiritual de la persona que amamos, lo que nos permite descubrir su singularidad y potencialidad.
Sufrimiento	A pesar de que los periodos de sufrimiento sean inevitables por ser parte de la vida, ser humano se encuentra en la plena libertad de elegir siempre su actitud frente al sufrimiento, así entonces se refugiará en los brazos del fracaso y de la tristeza o por el contrario trascenderá, así lo ratifica Frankl (1946) en una de sus frases "Todo puede serle arrebatado a un hombre, menos la última de sus libertades humanas: el elegir su actitud en una serie de situaciones dadas, de elegir su propio camino" (p.31).
Autotrascendencia	Asencio (2014) apunta constantemente a que la persona está hecha para salir de sí misma y se realiza cuando trasciende su propia realidad y se abre al mundo. Facilita el giro existencial, que "es la disposición personal necesaria para la realización plena del Sentido Existencial, y esta realización sí depende de la persona y su relación dialógica" (Viau, 2015, p.1). Cuando la persona se abre a una situación determinada, esta situación demanda a la persona alentándola a reconocer y actuar conforme a lo solicitado. Al encontrar la persona un sentido a su existir, se siente feliz, adquiere resistencia al sufrimiento y es capaz hasta de dar su vida. La felicidad es la consecuencia indirecta de la autotrascendencia, el ser humano al entregarse con interés afectivo y desinteresado a personas necesitadas o circunstancias admirables va sintiendo felicidad en su existencia, pero si se abre a los demás con la finalidad de conseguir la felicidad, ésta se aparta de él.

Fuente: Aportes de la Logoterapia de grupo a la práctica clínica en la comunidad terapéutica.
Elaborado por: Diana Verónica Pardo Ochoa, 2017.

Sistema de Valores de la Logoterapia

Todos los seres humanos de una u otra forma desarrollamos un cúmulo de valores que constantemente estamos practicando, al respecto Luna (2012) opina: "La persona vive en tensión, buscando valores y es aquí donde encuentra significados existenciales". En la actualidad, los mensajes sociales proponen una huida del sufrimiento y la búsqueda de la felicidad por caminos independientes del sentido y sobre todo de los valores, por ende, ignora

la oportunidad de crecimiento que ofrecen las experiencias difíciles, pues si actúa con autodeterminación y responsabilidad alcanzará la autorrealización y más allá la autotrascendencia. Así pues, explica Frankl (1991) que los valores son la base para la búsqueda del sentido de vida o felicidad, mismos que se clasifican en valores creacionales (contribución interna del ser humano al mundo a través de su trabajo, servicio o transformación de la realidad), valores experienciales (se los obtiene a partir de lo que se recibe del mundo en forma de experiencia estética, religiosa, arte, verdad y amor) y valores actitudinales (la actitud de compasión, valentía y buen humor frente a la triada trágica de sufrimiento, culpa y muerte).

En general la Logoterapia al ser parte de la psicoterapia existencial concibe a la persona como un ente en constante relación, ya sea con el mundo físico o corporal, o el mundo social e interpersonal, o el mundo personal, íntimo y psicológico, o inclusive con las dimensiones espirituales del mundo, se constituye como un enfoque postmoderno, que acentúa el estudio de la construcción que hacemos cotidianamente de lo que llamamos realidad. Es claro que él sugiere que en una época en la que nos caracteriza una falta de sentido, la educación ha de poner el empeño no solo en proporcionar ciencia, sino también en afinar la conciencia de manera que la educación sea además una educación a la responsabilidad, donde la tarea de educar sea humanizar, con la esperanza de lograr la tan ansiada salud y transformación del mundo y de la vida; pero sobre todo permitirle al individuo reconocer el sentido concreto de cada situación para que éste elegir responsable y conscientemente. Entonces obtendríamos que el compromiso de la logoterapia se orienta a educar en valores, actitudes y sentido de vida, para hacer del ser humano un ser íntegro.

Tipos de Logoterapia

Se pueden distinguir dos tipos de logoterapia la específica y la no específica, según Lemus (2015) la primera hace referencia al tratamiento de las neurosis noógenas crisis y vacíos existenciales. El objetivo de esta terapia es que el sujeto inicie la búsqueda de sentido de vida, significado del dolor, en el descubrimiento de los valores o significados de una situación determinada, para adoptar actitudes positivas y realice elecciones con responsabilidad. La segunda puntualmente trata obsesiones compulsiones, fobias y problemas sexuales.

Principales técnicas de la Logoterapia

Según la Real Academia Española una técnica es "la manera en que un conjunto de procedimientos, materiales o intelectuales, es aplicado en una tarea específica, con base en el conocimiento de una ciencia o arte, para obtener un resultado determinado" (p.1).

Por otro lado, Paredes y Díaz del Castillo (2015) refieren que los procedimientos técnicos de la logoterapia, son herramientas que favorecen a la consecución de los objetivos trazados. Con estas técnicas la logoterapia pretende que el usuario "se alejé" de su problema y sea capaz de ver otras alternativas, procurando abrir su abanico de posibilidades. Se realizan ejercicios de tipo vivencial de acuerdo a cada tema específico, enfatizando los aspectos corporales, emocionales, cognitivos, existenciales e inter-personales (p.28-30).

Las técnicas más destacadas y conocidas que se puede aplicar en la logoterapia según Frankl (1992) y utilizadas en las actividades de la propuesta de intervención son:

La intención paradójica: El terapeuta induce al paciente a intentar voluntariamente aquello que trata de evadir de manera ansiosa; el resultado suele ser la desaparición del síntoma.

La derreflexión: Se anima al consultante a olvidarse de su padecimiento para superar la tendencia a la preocupación y a la hiperreflexión.

El autodistanciamiento: El "compañero existencial" como se le llama al cliente aprende a verse a sí mismo más allá de su padecimiento, con la posibilidad de separar a su neurosis para así apelar a la propia voluntad de sentido para mediante la fuerza de oposición del logos dirigirse a él. Mantener el dominio de sí mismos con plena conciencia y libertad para asumir una actitud libre y responsable, en lugar de actuar con impulsividad ante situaciones adversas, con el fin de visualizar el abanico de opciones a elegir en cuanto a las actitudes.

El diálogo socrático: Se pretende ayudar al interlocutor a sacar las verdades que existen en su interior, el terapeuta no induce, manipula o impone su visión, tan sólo promueve el autoconocimiento, porque el diálogo verdadero es cara a cara.

La modificación de actitudes: Se hace énfasis en comportamientos claves a practicar para más tarde dejar de atender a las actitudes dañinas y poder ver a las nuevas, como motivadores del cambio (p.159).

Si se tiene en cuenta que Viktor Frankl llevó su teoría que ya había comenzado a desarrollar anteriormente a la práctica en un campo de concentración alemán, podremos comprender el porqué de dicho enfoque: al desprenderse de todo lo material, de sus logros, de sus problemas, de todo aquello por lo que ha luchado en la vida, comprende que sólo le queda su esencia, su génesis, su logos. De esta forma podrá ver detalles, cualidades, recursos y características de

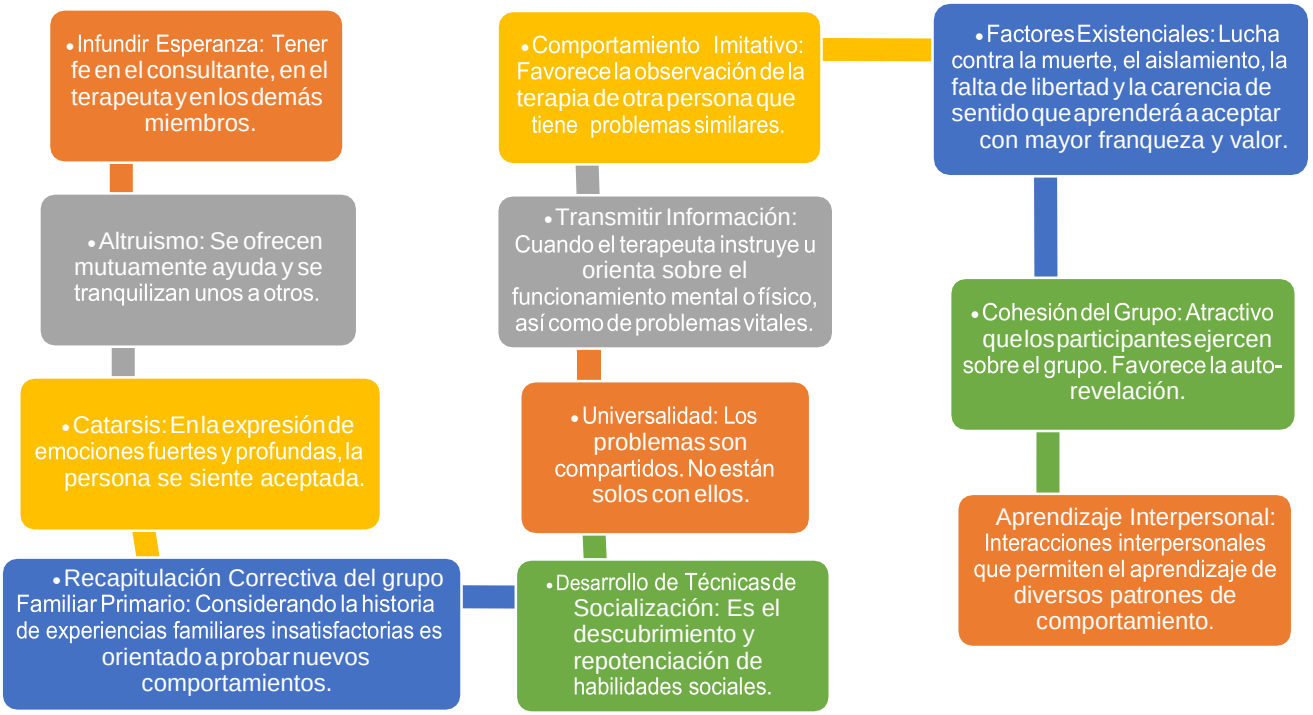
uno mismo que nunca pensó ver o encontrar, se fijará en aspectos de la vida realmente importantes; con el tiempo la persona logrará trascender y ver un verdadero sentido en su vida y se sentirá feliz de estar vivo.

Logoterapia a nivel grupal

La Logoterapia Grupal es la aplicación de los fundamentos logoterapéuticos, técnicas y dinámicas de contacto existencial, que preparan la movilización y potenciación de los recursos espirituales destinados a un grupo de personas; "en donde las relaciones de cliente-cliente y terapeuta-cliente colaboran dentro la manifestación de las potencialidades noéticas, la reconciliación con lo psicofísico y en general el cambio, crecimiento o alivio personal" (Martínez, 2015, p. 158). Dando como resultado que la persona tome contacto directo con su dimensión espiritual y ésta acontece en su guía y soporte en el camino de su vida, modificando su cosmovisión centrada en lo negativo y teniendo una actitud positiva y de trascendencia.

Características de la logoterapia de grupo

Al respecto Signorelli (2016) menciona que la terapia de grupo es una manifestación de la concepción del hombre como ser en el mundo con los otros, que no sólo se relaciona con otro ser, sino con múltiples seres que le devuelven con las diversas perspectivas otra mirada de sí mismo, los otros amplían la perspectiva del propio ser y el despliegue de un sinnúmero de posibilidades. La terapia de grupo se constituye en el ser juntos en el amor, a continuación se recogen las características de la logoterapia de grupo:



Fuente: Acerca de la logoterapia grupal. Rispo, 2014.
Elaborado por: Diana Verónica Pardo Ochoa, 2017.

Aportes y metodologías específicas de la Logoterapia de grupo

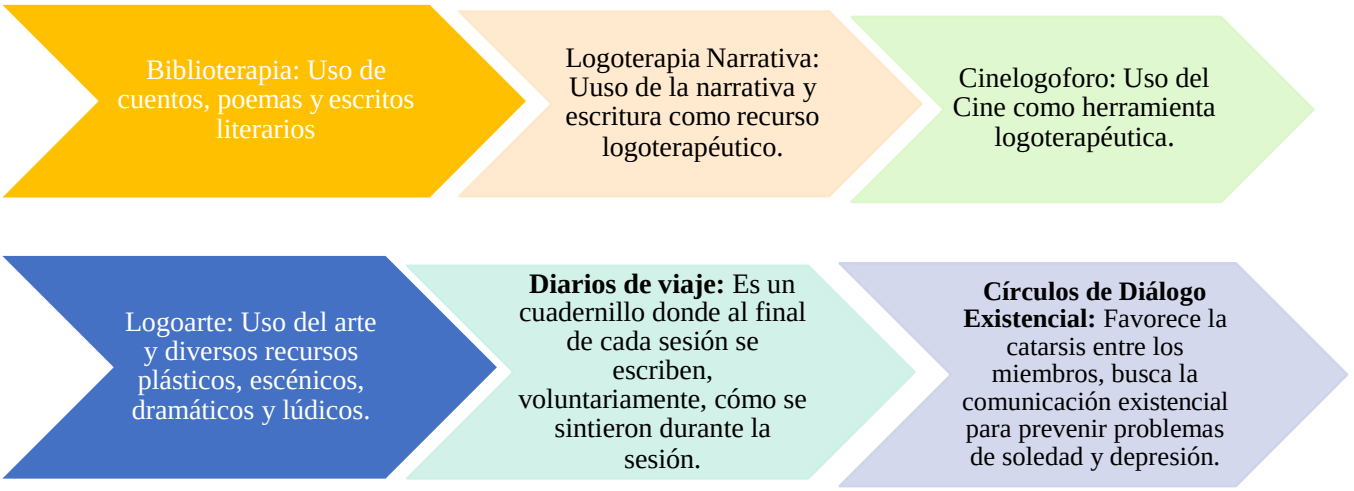
Resulta evidente palpar que la logoterapia de grupo, se encuentra en pleno desarrollo, sin embargo, existen diversas metodologías desarrolladas y aplicadas de manera exitosa. En últimos años se han desarrollado diversas metodologías de grupo desde la Logoterapia de Viktor Frankl.

Al momento de trabajar de forma grupal Luna (2016) identifica claramente tres tipos de grupos: los grupos estructurados (varias actividades a un grupo de personas a través de un ciclo de temas con sesiones previamente establecidas el, guía del grupo es quien conduce siempre las sesiones con rigor hacia las normas y objetivos planteados), los grupos semi-estructurados (a diferencia de los anteriores en estos grupos los temas de cada sesión van apareciendo gradualmente conforme las necesidades de los usuarios, el terapeuta conduce la sesión hacia los objetivos pero tienen más participación los miembros del grupo o usuarios) y los grupos no estructurados o abiertos (es un encuentro grupal en donde no existen objetivos preestablecidos en la estructura del grupo, ni ciclos temáticos, ni técnicas metodológicas para la dinámica del mismo. Es una sesión de grupo, no estructurada, ni rígida, en donde se utilizan diferentes técnicas entre ellas: biblioterapia, cuentería, derreflexión, logodrama, ensoñación

logoterapéutica, logocanciones, diálogo socrático diarios de viaje y otros que se consideren necesarios.

Recursos complementarios para la logoterapia grupal

Es importante destacar la posibilidad de utilizar otros recursos complementarios para el trabajo logoterapéutico en grupo para la consecución de los objetivos planteados, para ello según Martínez y Luna (2016) hacen referencia de algunos:



Fuente: Herramientas y recursos de la logoterapia grupal. Martínez E. y Luna A, 2016.
Elaborado por: Diana Verónica Pardo Ochoa, 2017.

Es necesario recalcar que dichos recursos deberán ser utilizados de acuerdo a las necesidades de la población a la que se aplicará y a los objetivos planteados por el terapeuta.

Orientaciones para afrontar la adversidad

En el estudio realizado por Reyes (2013) donde se muestran los resultados de la intervención en una comunidad terapéutica de personas con problemas de salud mental con la aplicación de la logoterapia de grupo hace referencia a un cúmulo de acciones y posturas que han adoptado los seres humanos en situaciones de dolor, personas que han logrado sobreponerse y responder con dignidad a sufrimientos inevitables. Fankl (1992) comparte algunos arquetipos propios tras su experiencia en los campos de concentración para mantener la propia dignidad y buscar un sentido en medio de la adversidad y el sufrimiento, mismas que se recogen en la siguiente tabla.

Cultivar la vida interior	La persona con una vida interior intensa soporta mejor el sufrimiento. Ante la desolación y el sufrimiento, la persona encuentra refugio en el hecho de poseer un mundo interior rico que le permite contar con un espacio positivo interno frente al exterior negativo y aterrador.

Tener un espacio para estar con uno mismo en soledad:	Tiene que ver con la anterior porque posibilita el cultivo del espacio interior. Sin espacio ni soledad para mirar dentro, la vida interior resulta más difícil de conseguir, así lo ratificó (Frankl, 1988) luego de su experiencia en los campos de concentración.
Sentido del humor	Tomarse las cosas con humor proporciona distanciamiento de los padecimientos al verlos desde una perspectiva ridícula (Frankl, 1994).
Imaginación guiada	Ayuda a focalizar la atención en imágenes positivas del pasado y a tomar conciencia de que nada puede quitárnoslas a más de fortalecernos.
Comunicación con otros	El sentido del compañerismo y la comunicación de los sentimientos a otros aportan momentos especiales, lo que ayuda a salir de la soledad sabiendo que hay más personas en la misma situación o incluso peor.
Dar sentido al sufrimiento viéndolo como la oportunidad de un logro	Se trata de dar sentido al sufrimiento planteándolo como una prueba o un desafío que se ésta experimentando, o como la oportunidad de adquirir sabiduría, que da lugar a un sentido de trascendencia.
Buscarle sentido a la propia vida	Principalmente a través de los valores (existenciales, creativos y de actitud). Frankl (1994) relaciona la búsqueda del sentido o "voluntad de sentido".
Tomar conciencia de la libertad interior y de la capacidad de elección	La persona que se quiere llegar a ser se puede lograr solo por decisión propia, libre y responsable, decidir la actitud que se toma ante lo que se está pasando brinda una posibilidad de realización personal porque constituye una forma de poner en acción la propia libertad interior, o tomar la iniciativa.
Autotrascendencia	Tiene que ver con apuntar a algo "más allá de uno mismo". En palabras de Frankl (1986) "la capacidad humana de autotrascendencia denota el hecho de que el ser humano siempre apunta y se dirige a algo o alguien distinto de sí mismo en la medida en que vivimos u expansivamente nuestra autotrascendencia nos convertimos realmente en seres humanos" (p.75-76). Todas las personas podemos poner en marcha estos u otros recursos interiores del ser humano de orden y espiritual pues contamos con fortalezas y potencialidades para desarrollarnos, en lugar de rendirnos, en situaciones de vulnerabilidad o de adversidad.

Por consiguiente, la logoterapia acompaña al ser humano a través de la utilización de herramientas que le permitan superar, el vacío existencial y la pobreza espiritual. Favoreciendo así, la búsqueda de sentido de vida y vivir de acuerdo a su escala de valores o sus fortalezas,

considerando que son experiencias y potencialidades intransferibles de cada ser humano por el valor y la posibilidad de desarrollo trascendental.

Es importante mencionar que todas las orientaciones proporcionadas por el creador del enfoque logoterapéutico han sido utilizados en todas y cada una de las actividades del programa psicoeducativo para fortalecer la resiliencia en adolescentes.

Programa psicoeducativo

Para Erausquin (2014) en el ámbito educativo referirse a "programa" es referirse a la orientación como parte esencial del proceso educativo, de finalidad preventiva y de desarrollo se dirige a todos, o por lo menos a grupos de sujetos, y su acción es en todos los ámbitos tales como: aprendizaje, proceso de enseñanza, atención a la diversidad, acción tutorial, orientación vocacional, misma que implica que se planifique, diseñe, ejecute y evalúen resultados. El contexto es determinante, mientras que la finalidad es de enriquecimiento y potenciación de la comunidad, grupo o individuos. La actividad es planificada, racional, continua y proactiva. Se inicia a partir de las necesidades de los usuarios, detectadas por ellos mismos o con la ayuda de expertos externos a la comunidad escolar. La relación puede ser de colaboración. La unidad básica, en el contexto escolar, puede ser el aula, o puede realizarse, en contraturno, con docentes, con alumnos, con padres, o en interrelación de diversos sub-proyectos o programas. La actividad se estructura por objetivos a lo largo de un continuo temporal.

Según Arévalo (2013) "El objetivo del programa de atención psicoeducativa es apoyar a los estudiantes y proponer proyectos de impacto social que beneficien a la comunidad que, por circunstancias de diversa índole, presentan problemas, enfermedades y/o trastornos, tanto de carácter psicológico, conductual y emocional que afectan su desenvolvimiento e inmersión en el ámbito social, lo que limita sus posibilidades de terminar con éxito sus estudios y de insertarse en la vida profesional".

Por lo tanto, la psicoeducación consiste en un proceso a través del cual el individuo, la familia, la comunidad y todas las personas que en cierta forma tienen contacto, se informan, concientizan, convencen, se fortalecen y se educan acerca de un problema de salud mental, transformándose en los principales actores del proceso de salud pasa superarlo y solucionarlo, así, de esta forma, poder generas condiciones apropiadas para dicha audiencia sin limitarlos.

El logro de estos objetivos está en relación a la capacidad del psicoeducador de promover, desarrollar y fortalecer en los individuos o grupos, la autoestima, la responsabilidad, la

disposición por el autocuidado y la autonomía creciente pero, sobre todo, canalizar, descubrir y potencializar las competencias, habilidades, destrezas, etcétera, que han sido afectadas o limitadas por la enfermedad o trastorno psicológico, y con dicha intervención, solucionar esta situación.

Tales elementos establecen una verdadera pauta de desarrollo y superación del ser humano aún en las situaciones consideradas más difíciles e imposibles de resolver, siendo concebidas como primordiales para alcanzar los ideales de la intervención psicoeducativa.

El desarrollo de los programas psicoeducativos están dirigidos a escolares y al contexto donde se ubica la institución, para la adaptación y realización de los mismos y garantizarles un futuro donde puedan ser productores activos a las demandas que se generan en la sociedad.

Resiliencia

Antecedentes

El estudio científico de la resiliencia como herramienta para fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes, así como el desempeño proactivo e ideal dentro y fuera de las instituciones educativas es de especial relevancia para los profesionales de la psicología general, educativa, infantil, geriátrica, clínica, psiquiatras e incluso de los profesionales de medicina y principalmente de la educación. El hecho de que estos profesionales tengan un amplio conocimiento de la resiliencia como una herramienta esencial en el ser humano, permite que se potencie esta capacidad innata para afrontar las adversidades de la vida cotidiana, por ende, se aumentarán los factores de protección para los estudiantes.

Actualmente se puede constatar en la sociedad en la que habitamos la presencia de diversos factores de riesgo y de protección siendo mayoritariamente factores de riesgo en algunos casos, principalmente en la etapa evolutiva de la adolescencia desencadenando una deshumanización constante, es decir la poca importancia a la espiritualidad del ser, fijando su atención en gratificaciones superfluas que lo único que implica es dolor emocional sufrimiento o crisis existenciales; pero esto no significa que no se puedan crear y desarrollar factores de protección para mejorar el desarrollo integral y mejorar la calidad de vida de las personas. Por ello se hace imprescindible que todos los sujetos que forman parte de la comunidad escolar, y en particular los miembros de los departamentos de consejería estudiantil (DECE), afronten decididamente los nuevos retos de la educación actual y que contribuyan a formar personas capaces de participar activamente en la sociedad, sujetos preparados para afrontar con posibilidades reales

de éxito las inevitables dificultades de la vida.

Partiendo de las investigaciones significativas tanto a nivel nacional como internacional en relación a la resiliencia en el estudio desarrollado por Uriarte y Suazo (2010) que destacan el papel de la educación formal de los maestros en compañía de un equipo interdisciplinario que sería los psicopedagogos, trabajadores sociales, entre otros que trabajan en la construcción de la resiliencia, fundamentalmente de estudiantes procedentes de entornos desfavorecidos y en riesgo de exclusión social.

Cabe destacar que en todas las personas (estudiantes y docentes), hay aspectos o factores de resiliencia a partir de los cuales es posible ayudar a superar las dificultades y afrontar el futuro con confianza y optimismo. En nuestra nación otro estudio que hace referencia una vez más a la resiliencia es la de Arias (2013) en su tesis denominada "Resiliencia y rendimiento académico" señala claramente que en la etapa de la adolescencia principalmente en las edades entre 10 y 14 años, la capacidad de resiliencia toma mayor fuerza, porque es en esta etapa donde se ensayan nuevas formas de relacionarse con sus pares y su entorno, así como la adquisición de nuevos valores. Se cree fundamental desarrollar programas psicoeducativos que permitan fortalecer dicha resiliencia en estas etapas cruciales.

Sin embargo no se han encontrado estudios en donde se logren articular la variable de resiliencia y logoterapia; más que la investigación llevada a cabo por Majón (2017) en Bolivia, en donde se selecciona a un grupo de estudiantes de nivel medio para medir el nivel de resiliencia antes y después de una intervención logoterapeútica, los resultados arrogaron que antes de dicha intervención el 65% obtuvo un nivel bajo; mientras que después de la intervención se obtiene que solamente el 10% mantiene un nivel bajo, siendo este un resultado positivo de la intervención logoterapeútica.

Llegados a estas instancias de investigación, al palpar una relevante consideración y falta de investigación acerca de la logoterapia en relación al ámbito educativo se considera conveniente y viable incluir actividades basadas en logoterapia con el fin de fortalecer la resiliencia en adolescentes y por ende dotar de las oportunidades y espacios necesarios para que las personas logren conectarse o hallar su esencia a través del amor y de la compasión por sí mismos y por la de los demás. Es importante declarar que el presente trabajo investigativo se sustenta fundamentalmente en la corriente psicológica humanista desde la postura del neuropsiquiatra Viktor Frankl quien propone un enfoque existencial y filosófico antes que médico, este enfoque denominado Análisis Existencial y Logoterapia se basa en el sentido de

la vida. En donde el ser humano debe trascender, descubrir y encontrar la plenitud de sus logros en un estado permanente del amor propio reflejado en el amor a los demás, entendiendo que la felicidad no es estatus, sino un estado de conciencia que nos permite vivir plenamente.

La presente investigación parte del minucioso trabajo de conocer cómo al aplicar técnicas de logoterapia se puede fortalecer y por ende elevar los niveles de resiliencia en los adolescentes, es decir, la logoterapia como una forma de psicoterapia es eficaz para sanar el alma, encontrar sentido a la existencia misma del ser e incluso hallar un sentido al sufrimiento para salir fortalecidos a fin de aumentar la sabiduría, espiritualidad y contar con herramientas personales que a futuro pueden ayudar a otras personas en situaciones de dolor similares, como lo es una enfermedad, duelo, catástrofes entre otras; más aún en una etapa crucial de todos los seres humanos como lo es la adolescencia, en donde lo que más se necesita es comprensión, paciencia para guiar adecuadamente hacia un ideal o metas que a lo largo del ciclo vital vayan surgiendo y que estén acordes al sistema de creencias que cada uno posea.

Para el estudio científico el orden de la revisión literaria va a partir del análisis en el contexto de las variables de estudio, siendo la primera la resiliencia, pues se ha encontrado que los estudiantes de la Escuela “18 de Noviembre” mantienen bajos niveles de resiliencia ante crisis propias de la edad y otros factores de riesgo como por ejemplo, dinámicas familiares disfuncionales, duelos, enfermedades catastróficas, entre otras, La segunda variable que se va a explicar es la de la logoterapia por el contenido existencial, filosófico y espiritual que permitirá elevar los niveles de resiliencia y fomentar espacios de interacción social donde los adolescentes podrían encontrar un sentido de vida.

Está claro que entre las necesidades que tienen los seres humanos están las de afecto, seguridad, crecimiento o autorrealización, desarrollo espiritual, entre otras, lo cual es parte de su naturaleza, sin embargo, en este proceso emergen riesgos que deben ser enfrentados poniendo en juego toda su capacidad de resistencia ante la adversidad para salir de ellas.

Definición

Suárez (2012) en su obra de Resiliencia, tendencias y perspectivas define a la resiliencia como:

> Resiliencia tiene su origen en el latín en el término "Resilio", que significa volver atrás, volver en un salto, rebotar. Claramente el término fue adaptado a las Ciencias Sociales para caracterizar a los sujetos que a pesar de haber nacido y vivir en situaciones de adversidad, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos. En idioma castellano, tradicionalmente el término resiliencia se usa en el campo de la física y se refiere a la capacidad que tienen los

cuerpos para volver a su forma original luego de haber sufrido deformaciones producto de la fuerza (p.4).

En la misma línea de esta definición, se puede agregar que, la resiliencia no sólo es un fenómeno que lo observamos a nivel individual, sino que podemos hablar de familias resilientes, y grupos y comunidades con características resilientes. Así entonces pese a diversos conceptos que existen de la resiliencia la podemos definir también como "Una capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad prevenir, minimizar o superar los efectos perjudiciales de la adversidad" (Dubini,2010, p.5).

En psicología, pese que el término se ha modificado a lo largo del tiempo, según el padre de la resiliencia Cyrulnik (como se citó en Cravino, 2008) no debe considerarse como un estado permanente y de total invulnerabilidad; sino como una habilidad para tener un momento de felicidad incluso cuando se tiene una herida en el alma, sin importar la magnitud de la misma si por ejemplo si a una persona se le extravía su esfero favorito o si acaba de ver morir a su madre u otro ser amado; en cualquier caso, lo importante es poder atribuirle siempre un significado al trauma o al fracaso o a la situación indeseada, sea la que sea.

Algunos autores definen a la Resiliencia como la capacidad de respuesta innata del ser humano, o que permite que se generen respuestas adaptativas frente a situaciones adversas. Así la resiliencia refuerza los factores protectores incluso la supervivencia del ser y reduce ciertamente la vulnerabilidad frente a las situaciones que se consideren riesgosas (abuso de sustancias tóxicas, suicidio, embarazos no deseados, dinámicas familiares disfuncionales, por mencionar algunos).

Desarrollo de la resiliencia

Según Yagosesky (2011) refiere que, la resiliencia conlleva conductas, pensamientos y acciones que cualquier persona puede aprender y desarrollar. Se trata de una nueva mirada de la manera en que los diferentes seres humanos afrontan posibles causas de estrés. De igual forma Rutter (como se citó en Uriarte, 2010) agrega que la adversidad no siempre deriva en individuos dañados, sino que depende de algunos factores condicionantes como, por ejemplo, nivel socioeconómico bajo, mala alimentación, nivel educativo de los padres, mala comunicación entre padres e hijos, hermanos y cónyuges, actualmente se puede mencionar otros como la ausencia de los cuidadores primarios en el hogar por el trabajo, redes de apoyo incluso la modificación de valores socioculturales y la interacción de los mismos.

En cuanto al desarrollo de la resiliencia siguiendo la línea de Cyrulnik (2015) manifiesta que "La mejor forma de empezar bien en la vida es contar con una constelación de afectos" (p. 24). Es preciso encontrar a alguien que pueda transmitir seguridad afectiva, ya sea profesional o no. Es de vital importancia que a lo largo del ciclo vital de las personas estas mantengan

relaciones sanas, duraderas y significativas como referentes para estimular y desarrollar su resiliencia principalmente en los primeros años de vida con sus cuidadores primarios y otros familiares o personas cercanas, a fin de que el individuo pueda satisfacer sus necesidades y cumplir sus tareas de cada etapa evolutiva con seguridad, autonomía y fortaleza personal.

Si bien es cierto que la mayoría de traumas y sufrimientos psicológicos se originan en etapas iniciales del ciclo vital y causan malestar en el resto de las etapas evolutivas como lo es la adolescencia, donde si se observa la realidad en que viven los jóvenes actualmente podemos ver cómo ciertas condiciones influyen negativamente en su desarrollo: carencia de redes de apoyo social públicas para enfrentar las adversidades personales y familiares, desempeño de trabajos marginales o contractualmente precarios, la falta de protección de su salud y derechos laborales, desocupación prolongada, fracaso y abandono escolar, adicción a sustancias, entre otros. Todo esto se traduce en una baja autoestima, ausencia de un proyecto de vida y dificultad para darle sentido a la vida.

Resiliencia en la adolescencia

La resiliencia cumple un proceso a lo largo de la vida de cada individuo acorde a la etapa evolutiva en la que este se encuentre, es por ello que para Delval (2013) el recién nacido es acogido por el medio familiar y queda bajo su cuidado, siendo el hogar un lugar de individuación del ser humano y posteriormente al medio externo (la sociedad). En la adolescencia este proceso se intensifica mucho más y se traslada del medio familiar al social mayoritariamente con sus pares e implica una resignificación de esas relaciones así como los espacios de exploración e inserción ofrecen nuevas posibilidades tanto de enriquecimiento como de riesgos; el diario vivir es resignificación de sí mismo y de su entorno, es así que esta nueva dirección del desarrollo favorece a la generación de múltiples adversidades y al ser una etapa en donde se experimenta un desarrollo acelerado se experimentan tareas y crisis, mismas que son constructivas a favor de definir una identidad, la adaptación e incorporación a la sociedad, en este proceso adopta ciertas actitudes que la exponen a múltiples riesgos, poseen necesidades y destrezas y entran rápidamente a explorarlas con nuevos impulsos, capacidades físicas y herramientas cognitivas; las respuestas se basan más en la propia comprensión de lo que es una situación de peligro potencial, en la autoeficacia para responder a los riesgos y en la toma de decisiones ante los problemas del diario vivir.

Según la teoría biogenética de la adolescencia de Stanley Hall (como se citó en Fernández 2014) parte del hecho de que el desarrollo del adolescente proviene de factores fisiológicos y genéticos que determinan el crecimiento desarrollo y conducta del individuo. La adolescencia es un período en donde el adolescente debe ajustarse a los cambios físicos y madurativos que

experimenta, alcanzar gradualmente su independencia, establecer relaciones de cooperación con los pares, tomar importantes decisiones sobre su vocación y desarrollar su identidad. En efecto la tarea central del adolescente es consolidar un sentido de identidad personal integrando los cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales que va experimentando.

De forma similar Ojeda (2013) sostiene que la persona a lo largo de la vida se presentan fluctuaciones en su estado de resiliencia, momentos de mayor y menor capacidad de responder a las adversidades. La define como el resultado de un balance entre factores de riesgo (asociados a toda suerte de eventos negativos de vida que incrementan la probabilidad del individuo de presentar problemas físicos, psicológicos y sociales), factores protectores (influencias que mejoran o alteran las respuestas individuales ante determinados riesgos de desadaptación) y la personalidad del ser humano.

Características de las personas resilientes

Según Suárez (2007) en su obra de tendencias y perspectivas de resiliencia menciona que son características generales de las personas resilientes:

- Habilidad para enfrentar eficaz y adecuadamente situaciones adversas y eventos traumáticos.
- El desarrollo el potencial de ajuste individual o del sistema.
- Es dinámica.
- Varía a lo largo del tiempo de acuerdo con las circunstancias. Con el desarrollo del individuo o del sistema y con la calidad de estímulos a los que están expuestos (p.22).

Por consiguiente se comprende que, el vínculo afectivo que se establece en los primeros años de vida primordialmente en el seno con sus cuidadores es vital para el desarrollo de un individuo capaz, seguro y autónomo en una sociedad que cada día se vuelve más compleja, requiere de más capacidades, habilidades y destrezas sobre todo para enfrentar adecuadamente altos niveles de estrés, siempre y cuando el sistema sea quien brinde la disponibilidad de recursos, oportunidades y alternativas de ajuste como factores protectores. Si bien la resiliencia comprende una serie de características y habilidades de ajuste propias del individuo o sistema, por lo general se evidencia en situaciones adversas o de riesgo.

Por su parte explica Gillén (2013) que la mayoría de personas que son altamente resilientes comúnmente presentan, “Adecuado control de emociones en situaciones difíciles o de riesgo, demostrando optimismo y persistencia ante el fracaso, habilidad para manejar de manera constructiva el dolor, el enojo, la frustración y otros aspectos perturbadores” (p.35). Por estas razones es indispensable que existan espacios y ambientes adecuados donde se logre estimular

altos niveles de resiliencia de forma adecuada y de ser posible innovadora para que a los individuos les resulte no imposible ni complicado afrontar las diferentes adversidades y el estrés que traen consigo las actividades diarias.

Sin embargo, dichas características en el desarrollo psicosocial de la adolescencia se ven vulnerables por la etapa de evolución y crecimiento, así como los diversos factores de riesgos a los que están constantemente expuestos.

Factores de riesgo y protección

Se sabe que no todos los adolescentes y jóvenes corren los mismos riesgos, unos están más expuestos que otros a las limitaciones y adversidades que pueden impedirles llegar a ser adultos responsables y productivos, por ello. Kotliarenco (citado por Álvarez, 2015) refiere que la magnitud del riesgo en adolescentes y jóvenes depende de la intensidad del compromiso de la conducta, del número de otras conductas de riesgo asociadas, de la manera en que se constituyen en estilos de vida, de la edad de inicio de la conducta y del grado de combinación con conductas protectoras (p.42).

Se entiende que, los factores de riesgo son todos aquellos rasgos, tanto personales como biológicos y socioculturales que aumentan las probabilidades de sufrir lesiones. La presencia de un factor de riesgo significa una probabilidad aumentada de presentar en un futuro una enfermedad o accidente, desintegración familiar, cambios en su apariencia física, entre otras; en comparación con personas no expuestas.

Por otro lado, los factores de protección según Londa, (2013) son las cualidades que posee el individuo y le permiten superar las adversidades asociadas a las condiciones externas e internas; las primeras se refieren al nivel socioeconómico, dinámicas familiares, educación y ambiente sanitario que favorecen al desarrollo integral del sujeto.

Las condiciones internas cumplen un papel fundamental y forman parte de los factores protectores pueden ser personales y familiares; dentro de los personales están la autoestima, autonomía, orientación social, necesidad de explorar límites, enfrentarse a sus dudas y emociones, desafiar las potencialidades de su propio cuerpo y establecer nuevas formas de relación con los adultos; sentimientos de invulnerabilidad, la necesidad de demostrarse a sí mismos y al entorno la capacidad de desafío de la norma, manifestaciones que si bien son normales y propias de la crisis fisiológica de la adolescencia por lo que, si estas crisis repiten frecuentemente o exceden los límites de un comportamiento social aceptable o adecuado, pueden desencadenar una amplia gama de riesgos.

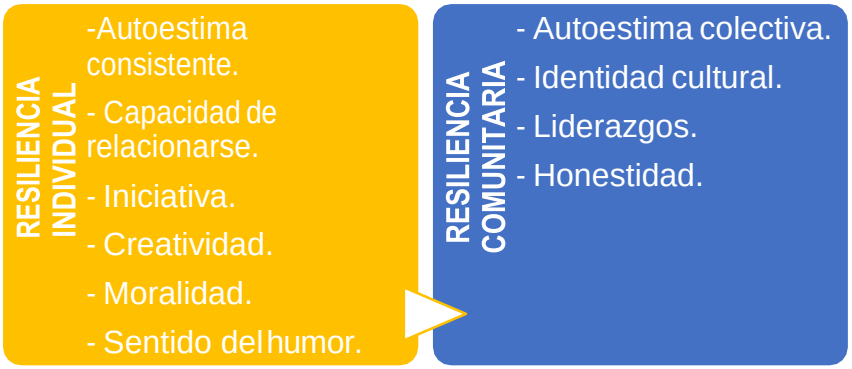
Dentro de los factores de protección familiares según Schwalb (2015) encontramos "la cohesión, calidez y bajo nivel de discordia. Apoyo social: estímulos adecuados, reconocimiento de su valor y personalidad en todos los ámbitos, escolar, instituciones sociales, comunidad, entre otros" (p.67). Así, las expectativas y confianza de las personas en los adolescentes, pone en evidencia las fortalezas y aspectos positivos con que cuentan, por ello es necesario reconocer la fortaleza innata de los jóvenes, de sus familias, de sus centros educativos, de sus comunidades y no solo el riesgo, ni los problemas o la patología.

Si el medio adulto cercano mantiene la empatía hacia la experiencia emocional adolescente, facilita el desarrollo de la resiliencia, sin embargo, una de las pérdidas frecuentes durante la adolescencia es la pérdida de la empatía del mundo adulto. Se reduce la vulnerabilidad adolescente al tener en el entorno la oportunidad de desarrollar alternativas de respuesta que no sean destructivas; al recibir de adultos significativos los modelos apropiados para la solución de problemas cotidianos.

Es importante tener en cuenta que sea cual sea el ambiente donde se desenvuelvan los sujetos, principalmente los adolescentes, siempre debe procurarse que existan ciertos facilitadores para lograr personas resilientes según Quintero (2014) deben existir: adultos accesibles y responsables; expectativas altas, comunicadas con claridad y firmeza y oportunidades de participación. Las personas de los círculos sociales más cercanos puedan expresar su apoyo de manera que favorezca un sentimiento de seguridad y confianza en los jóvenes y sus pares, con el fin de que los ambientes donde estos se desenvuelvan sean percibidos como medios de oportunidades tanto personales, académicos y espirituales, que brinden comodidad y sentido de trascendencia y pertenencia a todos quienes lo conforman y que a medida de sus expectativas y necesidades sean los jóvenes quienes se empoderen de estos espacios participando de forma activa para mejorar su calidad y sentido de vida.

Pilares de la resiliencia

Dado que ha sido la naturaleza misma quien nos ha dotado de mecanismos protectores poderosos para desarrollarlos, que trascienden las fronteras geográficas, étnicas, sociales e históricas, porque están orientados a nuestra condición humana y responden a esas necesidades básicas de afecto, relación, retos y estructuras, así como para participar de una manera significativa, para experimentar el sentido de pertenencia y poder, y por último comprender el sentido de la vida. Uriarte (2013) aporta de forma consistente con diversas investigaciones acerca de la resiliencia, algunos pilares de la resiliencia que se recogen en el siguiente gráfico:



Fuente: La Felicidad es posible
Elaborado por: Diana Verónica Pardo Ochoa, 2017.

De acuerdo con (Grotberg 1997). de la Universidad de George Washington, D.C., para hacer frente a las adversidades, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado, los niños toman factores de resiliencia de cuatro fuentes que se visualizan en las expresiones verbales de los sujetos (niños, niñas, adolescentes y adultos) con características resilientes: "Yo tengo" (entorno social), "Yo soy" y "Yo estoy" (fortalezas intrapsíquicas, condiciones personales) y finalmente "Yo puedo" (habilidades en las relaciones con otros).

De esta forma Grotberg (1997) presenta un ejemplo de estas fuentes:

> **Tengo:** Personas alrededor en quienes confío y que me quieren incondicionalmente, que me ponen límites para que aprenda a evitar los peligros, personas que me muestran por medio de su conducta la manera correcta de proceder. Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo, que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro, o cuando necesito aprender.
>
> **Soy:** Alguien por quien los otros sienten aprecio y cariño. Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mí afecto; respetuoso de mí mismo y del prójimo.
>
> **Estoy:** Dispuesto a responsabilizarme de mis actos, seguro de que todo saldrá bien.
> **Puedo:** Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan, buscar la manera de resolver mis problemas, controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien; buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar, encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito (p.242).

Es claro que en todas estas verbalizaciones se encuentran las fuentes generadoras donde aparecen distintos factores de protección que contribuyen en forma positiva el desarrollo de la resiliencia como la autoestima, la confianza en sí mismo y en el entorno, la autonomía y la competencia social.

e. MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo de estudio

La presente investigación asume un tipo de estudio descriptivo, puesto que "miden de manera más bien independiente los conceptos o variables con los que tienen que ver. Aunque, desde luego, pueden integrar las mediciones de cada una de dichas variables para decir cómo es y se manifiesta el fenómeno de interés" (Sampieri, 2003, p.14). Es decir, que se especifican y se describen aspectos importantes acerca de la resiliencia y de las técnicas de logoterapia, a fin de en lo posterior medir la variable dependiente (resiliencia).

Diseño de investigación

El presente trabajo investigativo responde a un diseño pre-experimental, de tipo "preprueba-postprueba con un solo grupo", en donde Hernández Sampieri (2003) claramente explica que existe un grado de control mínimo y en donde a un grupo se le aplicó una prueba previa al estímulo o tratamiento experimental, después se le administró el tratamiento y finalmente se le aplicó una prueba posterior al tratamiento.

Los resultados que se han obtenido mediante la aplicación del pre-test permitieron la selección de la muestra, así también mediante el pos-test se pudo evaluar la eficacia de la propuesta alternativa, es decir que en este diseño se aplicó una prueba previa al estímulo o tratamiento experimental, posterior a ello se administró la propuesta de intervención basada en técnicas de logoterapia y finalmente se aplicó una prueba posterior al estímulo para verificar la efectividad de la propuesta.

Corte de investigación

La investigación es de corte transversal debido a que se determinó el nivel de resiliencia en los estudiantes de la Escuela "18 de Noviembre" única y exclusivamente durante el periodo académico octubre-marzo 2017-2018. Consecuentemente Sampieri (2003) manifiesta que este tipo de investigación recolecta datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede.

Métodos

Los diferentes métodos que se utilizaron concuerdan con el cumplimiento de los objetivos descritos anteriormente para el desarrollo de esta investigación son los siguientes:

- **Ψ Método científico:** Para Ortiz (2017) este método plantea una interrogante, producto de la observación de un hecho o fenómeno, define y delimita el contexto donde está inmerso el hecho y formula posibles soluciones las cuales serán sometidas a un proceso de nuevas observaciones y/o experimentaciones (pruebas). Los resultados que se obtiene son sometidos a un proceso de análisis e interpretación y de ser confiables las suposiciones o hipótesis anteriores, éstas constituirán explicaciones válidas para ese hecho o fenómeno, existiendo la posibilidad de ser generalizados a hechos y fenómenos similares. Se lo utilizó principalmente en la obtención de datos fidedignos que permitan la comprobación de los hechos, valiéndose de instrumentos y técnicas para dar solución a la problemática planteada, misma que se sustentó científicamente durante todo el proceso de estudio. Fue de gran relevancia desde la observación de la realidad, la descripción del objeto de estudio, la generación de ideas, definición del tipo de investigación y finalmente en la revisión de literatura.

- **Ψ Método analítico-sintético**: Charcas (2014) explica que, estudia los hechos, partiendo de la descomposición del objeto de estudio en cada una de sus partes para estudiarlas en forma individual y luego de forma holística e integral. Corresponde a géneros de raciocinio o sea la inducción y la deducción. Por ello se realizó un análisis e interpretación de los resultados estadísticos a partir de la escala de resiliencia aplicada a los adolescentes investigados, en las fases de diagnóstico y evaluación (pre-test y pos-test), para obtener las conclusiones de la intervención psicoeducativa.

- **Ψ Método inductivo-deductivo:** Según Robles (2013) se compone por lo tanto, de una primera etapa que se caracteriza por la inducción de principios explicativos a partir de los fenómenos observados, y después en una segunda etapa, sobre estos principios se construyen enunciados que los contengan y se refieran a los fenómenos. Es decir, que la primera parte del proceso consiste en la creación de un cuerpo teórico que explique, a través de unos principios elementales, los fenómenos, y la segunda parte del proceso consiste en deducir leyes generales para los fenómenos, constituidas por el cuerpo teórico formado y válidas para explicar/aplicar los fenómenos. Este método abrió camino al estudio y asimilación de las características, factores de riesgo y de protección a los que están expuestos los adolescentes de décimo año en edades entre 13 y 15 años, como también de las técnicas logoterapéuticas, la comprensión de las generalidades y particularidades que permitieron fortalecer los niveles de resiliencia en los adolescentes investigados, finalmente este método sirvió para la elaboración de las conclusiones y recomendaciones

acerca de las dos variables en cuestión, partiendo de la observación, análisis y clasificación de los hechos.

- **Ψ Método Comprensivo:** desde la sociología Max Weber (citado por Hernández 2017) es "una ciencia que aspira a la comprensión interpretativa de la acción social para obtener la explicación causal de un curso y efectos" (p.4). este método sirvió para explicar el primer objetivo teórico, estar consciente de lo que se desea investigar, así como de recabar información o acercamiento sobre la resiliencia en los adolescentes y sobre las técnicas de logoterapia.

- **Ψ Método Estadístico o de procesamiento matemático:** Responde al objetivo 5 acerca de la valoración de la propuesta. Según la UNAM (2016) consiste en una secuencia de procedimientos para el manejo de los datos cualitativos y cuantitativos de la investigación, a través de este se recoge la información cualitativa y cuantitativa señalada en el diseño de la investigación. Este método se usó para el manejo e interpretación adecuada acerca de los niveles de resiliencia que poseen los estudiantes. Dichos resultados fueron expresados en cantidades y porcentajes, así como también de forma gráfica para su análisis e interpretación desde una perspectiva psicológica.

Instrumento

- ***Ψ* Escala de Resiliencia (ER):** De Wagnild y Young (citado por Ipsias Instituto Psiquiatrico en 2013) tiene por objetivo medir el nivel de resiliencia individual, considerada como una característica de personalidad positiva que permite la adaptación del individuo. Dicha escala se la puede aplicar a personas en etapas adolescentes y adultas, sin tiempo límite de aplicación y criterios para su calificación respectiva. La escala de resiliencia fue construida por Wagnild y Young en 1988, y fue revisada por los mismos autores en 1993. Está compuesta de 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos. Para Wagnild y Young (1993), la resiliencia sería una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida. La Resiliencia es la capacidad para resistir, tolerar la presión, los

obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra. Puede entenderse aplicada a la psicología como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien pese a las condiciones de vida adversas, a las frustraciones, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado.

Clave de corrección

Por los factores de la resiliencia

Factor I: Denominado COMPETENCIA PERSONAL; integrado por 17 ítems que indican: autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.

Factor II: Denominado ACEPTACIÓN DE UNO MISMO Y DE LA VIDA representados por 8 ítems, y reflejan la adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad. Estos factores representan las siguientes características de Resiliencia:

Por su estructura

La Escala considera como componentes de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción.

Ecuanimidad: Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, tomar las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad.

Perseverancia: Persistencia ante la adversidad o el desaliento, tener un fuerte deseo del logro y autodisciplina.

Confianza en sí mismo: Habilidad para creer en sí mismo, en sus capacidades.

Satisfacción personal: Comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.
Sentirse bien sólo: Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes. Relación de ítems por cada factor de la Escala de Resiliencia (ER)

Por el nivel de resiliencia

Al ser considerada como una Escala Total y de fácil aplicación. Se debe realizar lo siguiente: Contabilizar los puntos que obtuvo, ese resultado dividirlo por 25. Y el resultado final deberás ubicarlo en la siguiente escala

Nivel de Resiliencia:

Bajo = de 1 a 2,59 puntos

Medio = de 2,6 a 4,09 puntos

Medio Alto = de 4,7 a 5,59 puntos

Alto = de 5,6 a 7 puntos

Confiabilidad

La prueba piloto tuvo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.289 (Novella, 2002). Los estudios citados por Wagnild y Young dieron confiabilidades de 0.85 en una muestra de cuidadores de enfermos de Alzheimer; 0.86 y 0.85 en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas; 0.90 en madres primerizas post parto; y 0.76 en residentes de alojamientos públicos. Además, con el método test-retest la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son respetables.

Diseño por la dimensión temporal

Escenario

La investigación se realizó en la Escuela "18 de Noviembre", sección vespertina de Loja. La institución brinda una educación de carácter público gratuito, en el nivel básico, es decir desde primer año de educación inicial hasta décimo año de educación general básica.

Población y muestra

La población responde a 612 estudiantes de dicha institución; mientras que la muestra es de 35 adolescentes, de tipo no probabilística por conveniencia de la investigadora y por pedido de las autoridades del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE), por lo tanto se seleccionaron a los estudiantes pertenecientes al décimo año de educación general básica paralelo "B" de la sección vespertina.

Procedimiento

Cabe mencionar que el presente trabajo investigativo se llevó a cabo a través de un proceso sistemático en diferentes etapas, siendo una de las iniciales de carácter administrativo e institucional que comprendió la respectiva solicitud por parte de la investigadora y consecuentemente de la carrera de Psicología y Orientación de la Universidad Nacional de Loja

para que se autorice la realización del presente estudio, ante dicho pedido se obtuvo una respuesta favorable para dar inicio a las siguientes etapas del proceso de investigación. Luego de ello se solicitó la colaboración a los estudiantes de décimo año de Educación General Básica paralelo "B", para la ejecución de la propuesta de intervención como vía de solución a la problemática, aplicando un programa psicoeducativo con 28 actividades basadas en técnicas de Logoterapia. Dicha intervención tuvo lugar en los meses de abril de 2017 a enero de 2018.

El programa psicoeducativo basado en técnicas de Logoterapia se desarrolló en cuatro etapas

Etapa I: De diagnóstico

Esta fase involucró la aplicación de un reactivo psicológico (pre test) denominado Escala de Resiliencia de Walding & Young a 35 estudiantes del décimo año de Educación General Básica sección vespertina en el aula correspondiente en un jornada académica, de la cual se obtienen los niveles de resiliencia que posee cada uno de ellos y los mismos que se pueden oscilar entre alta, media, media alta y alta, con ello se logró efectivamente procesar los datos obtenidos a través del método manual simple y el estadístico utilizado, el análisis porcentual y se construyó tablas al respecto para su expresión e interpretación gráfica.

Etapa II: De planificación (Elaboración de la propuesta de intervención)

Se elaboró un programa psicoeducativo basado en técnicas logoterapéuticas para fortalecer la resiliencia de los estudiantes, en el que constan 28 actividades logoterapéuticas para ser aplicadas de forma grupal con la constante de promover espacios donde los estudiantes logren expresar sus emociones y sentimientos de forma libre y responsable.

Etapa III: De intervención

En esta etapa se coordinó la ejecución de la propuesta de intervención y su organización, para que sea concordante con los resultados alcanzados en la fase de diagnóstico. Cada actividad tuvo lugar el día y hora señalada en la planificación, de igual forma tuvo una duración de 40 minutos aproximadamente, se consideró también una evaluación cualitativa de la participación de los estudiantes en cada actividad desarrollada.

Etapa IV: De validación o evaluación

Se realizó una evaluación de las acciones en su conjunto desarrolladas de manera continua y sistemática, una vez cumplidas. Por lo que en esta fase se aplicaron cuestionarios para evaluar cada técnica utilizada en las actividades aplicadas, al finalizar los talleres se aplicó nuevamente la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild & Young para inferir la efectividad del programa psicoeducativo basado en técnicas de Logoterapia a la par de lograr una reflexión acerca de los logros obtenidos y los obstáculos que se presentaron para el buen desarrollo de la propuesta de intervención.

Valoración del programa psicoeducativo

Se empleó un método estadístico no específico, puesto que se lo expresa tablas que facilitaron la comparación e interpretación de los datos obtenidos antes y después de la aplicación de la propuesta de intervención y de los resultados de la significatividad de mejora de los niveles de resiliencia con las técnicas de logoterapia en los talleres, a fin de constatar la efectividad de dichas técnicas para fortalecer la resiliencia en los estudiantes investigados. Finalmente se procedió a la respectiva elaboración del informe de tesis y publicación de los resultados obtenidos.

Análisis Integrador de resultados obtenidos

Para trabajar los resultados obtenidos en la investigación se analizaron utilizando los paquetes informáticos tales como Microsoft Word y Microsoft Excel, para representar cuadros, gráficos y para la respectiva redacción del análisis e interpretación se utilizó el método estadístico de ROPAI (Recoger los datos, organizar en cuadros, presentar gráficos, analizar e interpretar) lo que permitió constatar la problemática presentada. De igual forma se empleó Microsoft Power Point, para la publicación y socialización del presente trabajo de investigación.

f. RESULTADOS

Tabla 1
Nivel de resiliencia en los adolescentes de 10mo EGB de la Escuela "18 de Noviembre"

Nivel de Resiliencia	*Pre-test*		*Pos-test*	
	f	%	*f*	%
Baja	17	49%	6	17%
Media	8	23%	4	11%
Media Alta	6	17%	15	43%
Alta	4	11%	10	29%
TOTAL	**35**	**100%**	**35**	**100%**

Fuente: Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, aplicada a los estudiantes de décimo de EGB "B" de la Escuela "18 de Noviembre", periodo 2017-2018.
Elaborado por: Diana Verónica Pardo Ochoa, 2017.

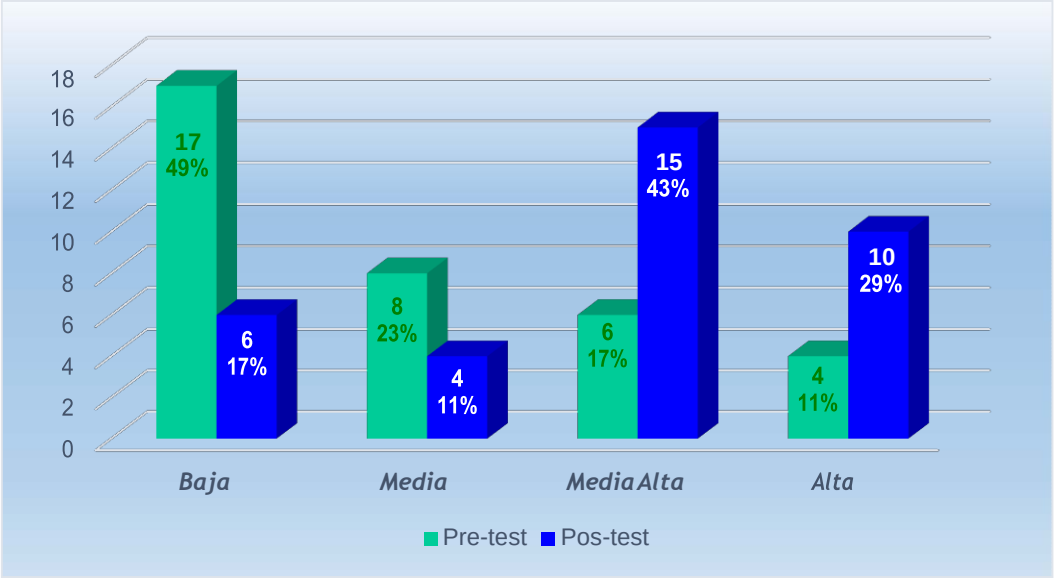


Figura 1. Nivel de resiliencia en los adolescentes de décimo año de EGB "B" de la Escuela "18 de Noviembre", periodo 2017-2018.

Análisis e interpretación

Una vez realizado el diagnóstico, es decir, la aplicación y calificación del pre-test en la población investigada, es evidente que, la mayor parte de la muestra está conformada por adolescentes que poseen niveles de resiliencia bajos, ya que con la aplicación del pre-test el 49% de la muestra tiene un nivel bajo, el 23% un nivel medio, el 17% medio alto y solamente el 11% tiene un nivel de resiliencia alto, es decir, que dichas personas ante situaciones de vulnerabilidad o adversidad no logran adaptarse y salir favorecidos; sino que aceptan el fracaso

como su destino hasta convertirla en su zona de confort y exponiéndose a sí mismos a periodos largos e intensos de sufrimiento, tristeza y dolor emocional. Por el contrario luego de la ejecución del programa psicoeducativo basado en técnicas de logoterapia y de la aplicación del pos-test se obtiene que, el 17% mantiene un nivel de resiliencia bajo, el 11% un nivel medio, mientras que la mayoría del grupo se ubica en las categorías de media alta con el 43% y alta con el 29% lo cual es satisfactorio ya que la mayor parte de los estudiantes investigados son capaces de superar periodos de sufrimiento o la adversidad de forma adaptativa; lo que en palabras de Dubini (2010) sería una capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad prevenir, minimizar o superar los efectos perjudiciales de la adversidad.

En cuanto al desarrollo de la resiliencia (Rutter, 1992). Manifiesta que el hecho de que la adversidad no deriva irrevocablemente en individuos dañados, se ha mostrado que depende, no simplemente de factores condicionantes como, por ejemplo, economía estable, alimentación, nivel de instrucción de los padres, hogares funcionales, entre otros; sino, que depende de los mecanismos y las dinámicas que ordenan el modo cómo estos se interrelacionan.

A sabiendas de que gran parte de las adversidades que se encuentran en la vida cotidiana, son causantes de dolor, desesperanza y sufrimiento; al respecto Fizzotti (2013) manifiesta que, este dolor pertenece a la esfera más íntima y personal del hombre. El hombre no educado con dolor permanece siempre niño. El crecimiento, la maduración, el enriquecimiento de la vida humana van ligados al dolor y la necesidad de poder afrontarla de forma adaptativa y positiva para el individuo.

Resultados de la validación de la efectividad de las técnicas de logoterapia utilizadas en cada uno de los talleres, aplicados a los adolescentes de décimo año de Educación General Básica paralelo "B" de la Escuela "18 de Noviembre".

Tabla 2

Validación de la efectividad de las técnicas de logoterapia.

Técnicas de Logoterapia	Preguntas																							
	1. Cómo califica la técnica empleada								2. La técnica empleada amplía sus conocimientos								3. La técnica le ayuda a fortalecer la resiliencia							
	Excelente		Buena		Regular		Total		Si		No		Medianamente		Total		Si		No		Medianamente		Total	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Diálogo Socrático	22	63	11	31	2	6	35	100	22	63	12	34	1	3	35	100	32	91	0	0	3	9	35	100
Intención Paradójica	10	29	20	57	5	14	35	100	5	14	2	6	28	80	35	100	3	9	7	20	25	71	35	100
Auto-distanciamiento	19	54	13	37	3	9	35	100	29	83	1	3	5	14	35	100	31	88	1	3	3	9	35	100
Derreflexión	32	91	2	6	1	3	35	100	34	97	0	0	1	3	35	100	34	97	0	0	1	3	35	100
Modificación de actitudes	27	77	5	14	3	9	35	100	25	72	5	14	5	14	35	100	26	74	4	12	5	14	35	100

Fuente: Aplicación de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young en los estudiantes de décimo año de Educación General Básica paralelo "B" de la Escuela "18 de Noviembre".
Elaborado por: Diana Verónica Pardo Ochoa, 2017.

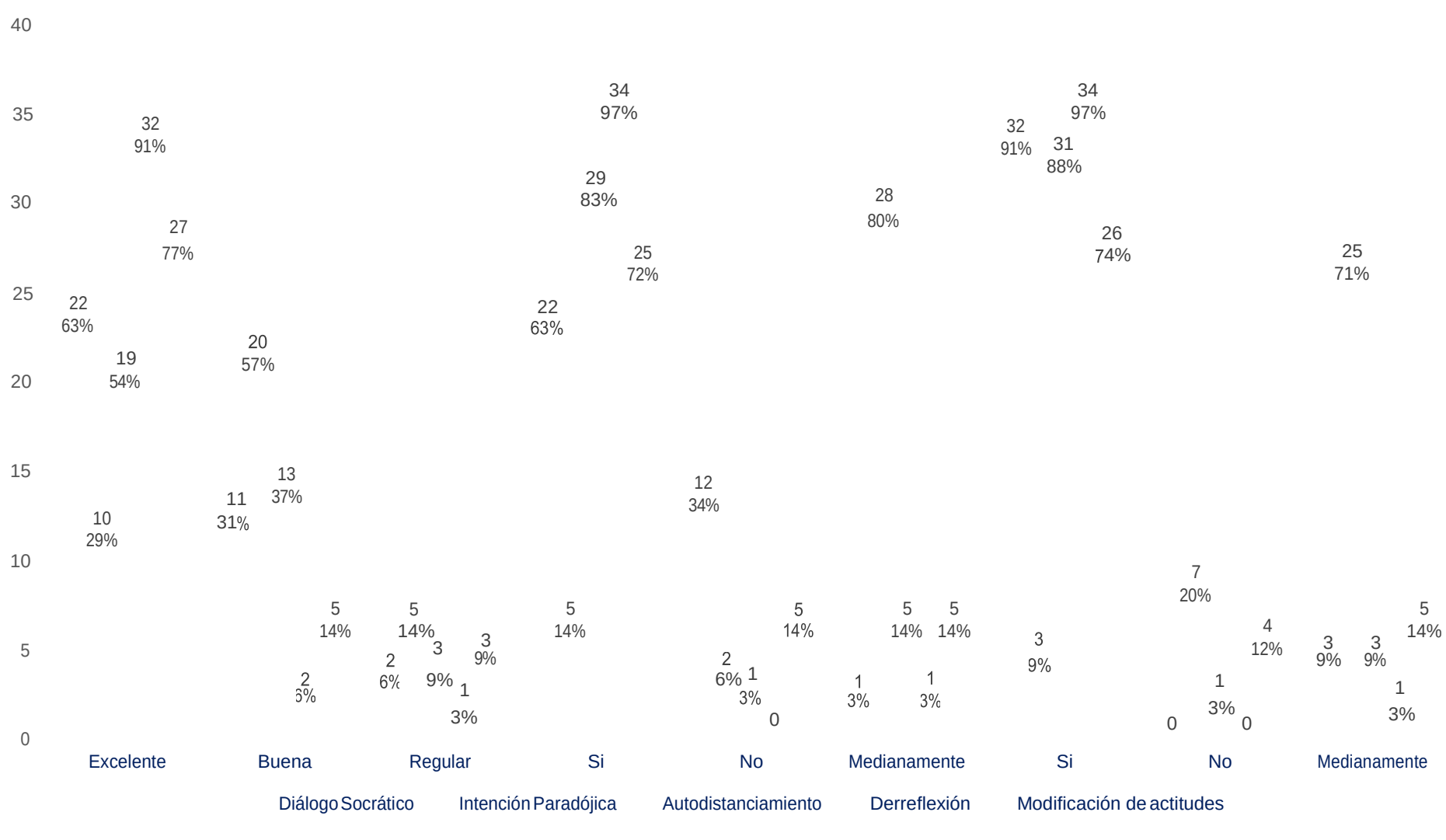


***Figura 2**. Validación de la efectividad de las técnicas de Logoterapia*

Análisis e interpretación

En cuanto a la aplicación del programa psicoeducativo basado en técnicas de logoterapia, mismas que han sido evaluadas con el fin de verificar su efectividad, los resultados que se obtuvieron fueron los siguientes: en lo que respecta a la primera interrogante de cómo califica la técnica, el 91% de los estudiantes consideran que la técnica de derreflexión es excelente para fortalecer la resiliencia, seguida de la modificación de actitudes con el 77%, mientras que un 63% consideran a la técnica de diálogo socrático, un 54% al autodistanciamiento y un 29% la intención paradójica.

En relación a la segunda interrogante sobre si la técnica empleada amplía sus conocimientos el 97% de la población manifiesta que para ello resulta más efectiva la técnica de derreflexión, sin embargo el 83% prefirió el autodistanciamiento y seguido de ello el 72% escoge la modificación de actitudes, el 63% optó por la técnica de diálogo socrático y un 14% la técnica de intención paradójica. Ante la última interrogante planteada sobre si la técnica ayuda a fortalecer la resiliencia el 97% de los adolescentes manifiestan que sí lo hace, mediante la derreflexión, el 91% a través del diálogo socrático, un 88% con la ayuda de la técnica del autodistanciamiento, el 74% la técnica de modificación de conductas y finalmente el 9% de la muestra a través de la intención paradójica. Cabe mencionar que el avance y efectividad lograda se debe a la predisposición, colaboración, y a los factores intrínsecos que poseen los adolescentes para desarrollar las actividades planificadas.

Se considera que existen características personales que permiten a los seres humanos sobreponerse ante adversidades de diferente índole considerando siempre el concepto de adaptación positiva como un rasgo de resiliencia de los sujetos. Explica Uriarte (2013) que estas características son: autoestima, capacidad de relacionarse, iniciativa, creatividad y sentido del humor.

Concatenando estas características de la resiliencia a la Logoterapia la relación se torna algo estrecha ya que, al desarrollar las técnicas de logoterapia creadas por el psiquiatra V. E. Fankl (1994) permite también la utilización de algunos arquetipos y recursos logoterapéuticos que apuntan principalmente a salir fortalecidos de las situaciones traumáticas o dolorosas que ofrece la vida a la par de encontrar un sentido, cada arquetipo y recurso sugerido por Frankl ha sido fruto de su experiencia en los campos de concentración para mantener la propia dignidad y buscar un sentido en medio de la adversidad y el sufrimiento entre estas, hace referencia a: Cultivar la vida interior, optimismo y mantenimiento de la esperanza en la bondad

humana, sentido del humor, imaginación guiada, proponerse un objetivo, comunicación con otros, recordar el valor del pasado, y buscarle sentido a la propia vida. Añade recursos como: ensoñación, cinelogoforos, logoarte, biblioterapia, círculos de diálogo existencial entre otros y son estos los empleados en la propuesta de intervención.

g. DISCUSIÓN

La resiliencia entendida como aquella capacidad que posee todo ser humano para aceptar, sobrellevar y salir fortalecido de las circunstancias traumáticas a las que puede estar sometido, tales como una enfermedad catastrófica, el fallecimiento de un familiar, una decepción amorosa, entre otras, sin embargo actualmente se puede observar que existen un sin número de personas que al pasar por momentos de intenso sufrimiento no logran superarlos y por el contrario poco a poco van perdiendo el control de sus vidas. Por ventaja tal como se analizó en la revisión de literatura Yagosesky (2011) refiere que, la resiliencia conlleva conductas, pensamientos y acciones que cualquier persona puede aprender y desarrollar para afrontar positivamente situaciones de estrés o de adversidad. Por otra parte Rutter (como se citó en Uriarte, 2010) afirma que la adversidad no siempre deriva en individuos dañados, sino que depende de algunos factores condicionantes como por ejemplo, nivel socioeconómico bajo, mala alimentación, nivel educativo de los padres, mala comunicación entre padres e hijos, hermanos y cónyuges.

Dicho argumento se verificó en el proceso de las prácticas pre-profesionales grupos numerosos de estudiantes provenían de hogares de tipo monoparentales, reconstituidas; con dinámicas familiares disfuncionales, muchos estudiantes presentaban antecedentes como: bajo rendimiento académico, violencia intrafamiliar, acoso escolar, somatización, consumo de drogas y conductas autolesivas. Motivo suficiente para inspirar el presente trabajo investigativo a fin de coadyuvar en la problemática presente fortaleciendo la resiliencia de los adolescentes e incrementando en lo posible factores de protección que permitan un desarrollo personal íntegro de los estudiantes, a fin de que posean herramientas psicológicas basadas en las técnicas de logoterapia que sean adecuadas a la edad y contexto de la población investigada.

El análisis de los resultados permite el manejo adecuado de la información señalada en las gráficas, teniendo en cuenta la aplicación de la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild & Young a 35 adolescentes de décimo año de Educación General Básica paralelo “B” de la Escuela 18 de Noviembre”, se procede a contrarrestar los niveles de resiliencia que poseen los adolescentes antes y después de la aplicación de la propuesta de intervención con los referentes teóricos indicados en la revisión de literatura.

Luego del análisis de resultados, precisa hacer un profundo análisis de los datos estadísticos como resultado obtenido, en lo que respecta a la parte fundamental de la tesis como lo plantea

el objetivo dos, determinar el nivel de resiliencia que presentan los estudiantes de décimo año de educación general básica paralelo “B”, de la Escuela “18 de Noviembre”, periodo 2017-2018, estos hallazgos muestran que, la mayor parte de la muestra está conformada por adolescentes que poseen niveles de resiliencia bajos, ya que con la aplicación del pre-test el 49% de la muestra tiene un nivel bajo, el 23% un nivel medio, el 17% medio alto y solamente el 11% tiene un nivel de resiliencia alto.

Al respecto, considerando el criterio de Dubini (2010) quien sostiene que la resiliencia sería una capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad prevenir, minimizar o superar los efectos perjudiciales de la adversidad. Frente a esto es meritorio meditar ¿qué está sucediendo con las personas que pese a tener la capacidad innata de resiliencia mantienen niveles bajos de resiliencia ante una situación adversa?, si estos estudiantes no cuentan con las herramientas personales adecuadas para superar periodos de sufrimiento, qué está realizando la institución educativa frente a esta problemática con los adolescentes. Viviendo esta sentida necesidad como estudiante de la carrera de Psicología Educativa y Orientación, se propone la elaboración y ejecución de un programa psicoeducativo basado en técnicas de Logoterapia para fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de educación general básica paralelo “B”, de la Escuela “18 de Noviembre”, periodo 2017-2018. Cabe indicar que es un poco tenue este tipo de programas pero puede ser el inicio de un cambio significativo que a su vez puede servir como fuente de consulta de posteriores gestores de cambio.

Mucho más se vuelve importante y reflexivo, cuando se reconoce el criterio de Rutter (1992) acerca del desarrollo de la resiliencia explicado en la revisión de literatura, se consideran a las técnicas de logoterapia como eje fundamental de una intervención psicoeducativa utilizando estos mecanismos y dinámicas que puedan ordenar el modo de cómo se interrelacionan ciertos factores de riesgo y de protección. Cabe señalar que pese a que diversas situaciones de la vida cotidiana crean dolor, angustia y sufrimiento Fizzotti (2013) manifiesta que, este dolor pertenece a la esfera más íntima y personal del hombre. El hombre no educado con dolor permanece siempre niño. El crecimiento, la maduración, el enriquecimiento de la vida humana van ligados al dolor y la necesidad de poder afrontarla de forma adaptativa y positiva para el individuo; teoría que permite fundamentar mucho más la aplicación de las técnicas de logoterapia para fortalecer la resiliencia en los adolescentes.

El programa psicoeducativo planificado y llevado a cabo a través de las técnicas antes mencionadas dio lugar en su etapa final la aplicación de la escala de resiliencia como pos-test

donde se pudo constatar que, el 17% mantiene un nivel de resiliencia bajo, el 11% un nivel medio, mientras que la mayoría del grupo se ubica en las categorías de media alta con el 43% y alta con el 29% lo cual es satisfactorio ya que la mayor parte de los estudiantes investigados son capaces de superar periodos de sufrimiento o la adversidad de forma adaptativa; evidenciando un alto grado de significatividad en el fortalecimiento de la resiliencia con las técnicas de logoterapia.

Posterior a haber escogido la Escala de Resiliencia ésta fue aplicada en la primera fase de la investigación como pre test donde se pudo evidenciar que la mayoría de la población investigada mantiene niveles bajos y medios de resiliencia, equivalente al 72% del total de la población, al hacer referencia de niveles bajos y medios de resiliencia se hace hincapié según Gillén (2013) a la falta de "Adecuado control de emociones en situaciones difíciles o de riesgo, falta de optimismo, habilidad para manejar de manera constructiva el dolor, el enojo, la frustración y otros aspectos perturbadores" (p.35). Lo cual contribuye a que los estudiantes no definan adecuadamente un proyecto de vida, a más de sumergirse en los factores de riesgo a los que se encuentran expuestos y que los índices de fracaso vayan en aumento. Del total de los estudiantes examinados 6 de ellos muestran un nivel de resiliencia media alta y solamente 4 de 35 adolescentes poseen un nivel alto siendo indicador de que son personas que según Uriarte (2013) tienen una autoestima consistente y adecuada, capacidad de relacionarse, iniciativa, creatividad, moralidad y buen sentido del humor; lo cual es ideal ya que ello les faculta de óptima conciencia ante situaciones adversas o dolorosas, aceptación de la realidad tal y como se presenta, canalización adecuada de las emociones, habilidades sociales acordes a la edad y al contexto sociocultural en el que se desarrollan, relaciones interpersonales que le faciliten el proceso de superación y crecimiento personal, práctica de una escala de valores desde la perspectiva de Frankl (1994) de creación, vivenciales y actitudinales.

Al analizar la opinión de Suárez (2007): "las características del ambiente donde se han desarrollado sujetos resilientes: han tenido corta edad al ocurrir algún evento traumático; han provenido de familias conducidas por padres competentes, integrados en redes sociales de apoyo, que les han brindado relaciones cálidas" (p. 125). Si se observa la realidad en que viven muchos jóvenes actualmente se puede ver cómo múltiples condiciones influyen negativamente en su desarrollo: carencia de redes de apoyo social públicas para enfrentar las adversidades personales y familiares, desempeño de trabajos marginales o precarios, la falta de protección de la salud y derechos laborales, desocupación prolongada, fracaso y abandono escolar,

adicciones, entre otros. Todo esto se traduce en una baja autoestima, ausencia de un proyecto de vida y dificultad para darle sentido a la vida.

De ahí la importancia de considerar de elaborar y aplicar una propuesta innovadora que permita a los estudiantes antes mencionados participar activamente en espacios de forma libre y responsable dando lugar a que ellos sean actores principales de su desarrollo y crecimiento personal y espiritual que a su vez facilita el descubrimiento del sentido de cada una de sus vidas así como el descubrimiento del sentido del sufrimiento, la propuesta en cuestión se basó fundamentalmente en técnicas desde un enfoque logoterapéutico que según explica la Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia (2011) proporciona cambios positivos existenciales significativos mismos que se pueden aplicar de manera individual y grupal, así como también en poblaciones infantiles, adolescentes, adultas y de la tercera edad, a fin de encontrar un sentido de vida o similar a ello dotar significado al dolor a través de técnicas propias de logoterapia y que a su vez contribuyan al fortalecimiento de la resiliencia de los estudiantes investigados.

Luego de la aplicación de la Escala de Resiliencia como pos-test se evidencia que el 72% eleva su nivel de resiliencia hasta ubicarse en las categorías de media alta y alta; mientras que solamente el 28% del total, mantuvo niveles bajos y medios de resiliencia. Ante ello, el hecho de que la resiliencia se la pueda enseñar y desarrollar no significa que todas las personas deben ser "poco resilientes o altamente resilientes" debido a que como lo explica Ojeda (2013) "a lo largo de la vida se presentan fluctuaciones en su estado de resiliencia, momentos de mayor y menor capacidad de responder a las adversidades" (p. 125). Principalmente en la etapa evolutiva de la adolescencia donde tienen lugar algunas tareas y necesidades propias de la edad como crisis de identidad, necesidad de explorar límites, enfrentarse a sus dudas y emociones, desafiar las potencialidades de su propio cuerpo y establecer nuevas formas de relación con los adultos; sentimientos de invulnerabilidad, la necesidad de demostrarse a sí mismos y al entorno la capacidad de desafío de la norma (Maturana, 2006). Mismas que si se hacen repetitivas o exceden los límites de un comportamiento social aceptable o adecuado, pueden desencadenar una amplia gama de riesgos.

Las técnicas empleadas en el programa psicoeducativo son según Frankl (1992) son: **La intención paradójica**: Es la acción de, intentar voluntariamente aquello que ansiosamente se evade y el resultado suele ser la desaparición del síntoma. **La derreflexión**: Se anima al consultante a olvidarse de su padecimiento para superar la tendencia a la preocupación y a la

hiperreflexión. **El autodistanciamiento**: El consultante, aprende a verse a sí mismo más allá de su padecimiento, con la posibilidad de separar su sufrimiento para apelar a la propia voluntad de sentido y mediante la fuerza de oposición del logos dirigirse a él. **El diálogo socrático:** Se pretende ayudar al interlocutor a sacar las verdades que existen en su interior, el facilitador no impone su visión, tan sólo promueve el autoconocimiento. **La modificación de actitudes**: Se hace énfasis en comportamientos claves a practicar para más tarde dejar de atender a las actitudes dañinas y poder ver a las nuevas, como motivadores del cambio (p.159). Estas técnicas fueron empleadas en cada una de las actividades del programa psicoeducativo, estructuradas de la siguiente manera: Nombre de la actividad, objetivo, metodología, tipo de técnica, procedimiento, materiales y tiempo. Durante los talleres se utilizó recursos logoterapéuticos como: dinámicas adaptadas para la consecución de objetivos, ensoñación, cinelogoforo, logoarte, círculos de diálogo existencial, diarios de viaje; luego del cierre de cada actividad se aplicó una evaluación acerca de la efectividad de la técnica utilizada.

En cuanto a la aplicación y evaluación de la propuesta de intervención, basada en técnicas de logoterapia se encontró que el 91% de los estudiantes consideran que la técnica de derreflexión es excelente para fortalecer la resiliencia, seguida de la modificación de actitudes con el 77%, mientras que un 63% consideran a la técnica de diálogo socrático, un 54% al autodistanciamiento y un 29% la intención paradójica. En relación a la segunda interrogante sobre si la técnica empleada amplía sus conocimientos el 97% de la población manifiesta que para ello resulta más efectiva la técnica de derreflexión, sin embargo el 83% prefirió el autodistanciamiento y seguido de ello el 72% escoge la modificación de actitudes, el 63% optó por la técnica de diálogo socrático y un 14% la técnica de intención paradójica. Ante la última interrogante planteada sobre si la técnica ayuda a fortalecer la resiliencia el 97% de los adolescentes manifiestan que sí lo hace, mediante la derreflexión, el 91% a través del diálogo socrático, un 88% con la ayuda de la técnica del autodistanciamiento, el 74% la técnica de modificación de conductas y finalmente el 9% de la muestra a través de la intención paradójica. En consecuencia de lo expuesto se verifica que las técnicas logoterapeúticas de diálogo socrático, intención paradójica, autodistanciamiento, derreflexión y modificación de conductas; empleadas en la propuesta de intervención sí tienen un alto impacto positivo como estrategias psicoeducativas para fortalecer la resiliencia en adolescentes, ya que se dotó de herramientas psicológicas a los estudiantes para que puedan enfrentar con responsabilidad y autotrascendencia situaciones de dolor, la técnica que menos resultó efectiva es la derreflexión

debido a que la duración de las actividades fueron de cuarenta minutos aproximadamente y pocas sesiones en la semana.

Los objetivos de la presente investigación se lograron con éxito pese a que en la misma no se incluyó la participación activa de los padres ni docentes en la propuesta de intervención, por un lado las actividades curriculares de este último no permitieron incluirlas en las actividades planificadas y en el caso de los padres de familia debe hacerse un trabajo exhaustivo para que su participación pueda apoyar a futuras investigaciones, pues ante la falta de asistencia de este sector se resolvió trabajar exclusivamente con los estudiantes, sin embargo se considera importante realizar un trabajo triádico en el ámbito de la educación.

h. CONCLUSIONES

- ✓ La fundamentación teórica, bibliográfica y científica, permitió ampliar los conocimientos sobre la resiliencia y las técnicas de logoterapia, a fin de expresar con rigor científico opiniones y comentarios de las variables en mención.

- ✓ Los estudiantes investigados presentaron en altos porcentajes, niveles de resiliencia bajos y medios antes de la aplicación del programa psicoeducativo basado en técnicas de Logoterapia.

- ✓ La elaboración de la propuesta alternativa de solución, fue planificada y ejecutada metodológicamente mediante la modalidad de actividades grupales, el programa psicoeducativo basado en las técnicas de: Intención paradójica, derreflexión, autodistanciamiento, diálogo socrático y modificación de actitudes; propias de la logoterapia, puestas en entrenamiento muestran alta significatividad de mejora para el fortalecimiento de la resiliencia de los estudiantes.

- ✓ La validez de la efectividad del programa psicoeducativo se verificó de acuerdo a los resultados del antes y después; y en altos porcentajes se constató que técnicas de Intención paradójica, autodistanciamiento, diálogo socrático y modificación de actitudes; propias de la logoterapia logoterapia, tuvieron mayor significatividad para fortalecer la resiliencia, siendo así que la técnica de derreflexión tuvo menor grado de aceptación debido a circunstancias externas a su aplicación; siendo la mayoría de técnicas de logoterapia efectivas.

i. RECOMENDACIONES

- ✓ Socializar los resultados obtenidos a las autoridades y docentes de la institución educativa, especialmente al equipo del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE), con la finalidad de que implementen un programa psicoeducativo encaminado a fortalecer la resiliencia en los adolescentes de forma permanente y continua, de tal forma que los estudiantes sean los beneficiarios de este programa basado en técnicas de logoterapia.

- ✓ Al Departamento de Consejería Estudiantil (DECE), realizar un diagnóstico continuo acerca de la resiliencia de los estudiantes a fin de prevenir e intervenir en caso necesario. Adicionalmente considerar el presente programa psicoeducativo planificado y ejecutada, basado en las técnicas de: Intención paradójica, derreflexión, autodistanciamiento, diálogo socrático y modificación de actitudes; propias de la logoterapia, que contribuyeron a fortalecer la resiliencia de los adolescentes.

- ✓ A los estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa y Orientación, próximos a realizar trabajos de titulación, considerar el presente trabajo investigativo como fuente de consulta y tomar el programa psicoeducativo basado en técnicas de logoterapia como alternativa para fortalecer la resiliencia de los adolescentes, misma que debe ser aplicado en contextos amplios y modificado en caso de ser necesario específicamente en el tiempo de aplicación.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

PROPUESTA DE INERVENCIÓN

PROGRAftA PSICOEDUCATIVO BASADO EN TÉCNICAS DE LOGOTERAPIA PARA FORTALECER LA RESILIENCIA EN ADOLESCENTES

"SUPERANDO OBSTÁCULOS"

DESTINATARIOS:

Estudiantes de décimo EGB "B" de la Escuela "18 de Noviembre"

AUTORA:

Diana Verónica Pardo Ochoa.

LOJA – ECUADOR

2017

PRESENTACIÓN

La presente propuesta alternativa se centra en la importancia de fortalecer la resiliencia de los adolescentes en vista de que los factores de riesgo a los que se encuentran expuestos los jóvenes son diversos y a ello se suma la falta de herramientas psicológicas de estos estudiantes para sobreponerse de una situación dolorosa.

Por consiguiente, para dar solución a dicha problemática se implementa en el décimo año de Educación General Básica, paralelo "B", de la Escuela "18 de Noviembre", un programa psicoeducativo basado en las técnicas de diálogo socrático, intención paradójica, autodistanciamiento, derreflexión y modificación de actitudes logoterapia, propias de la logoterapia, mismas que permitirán fortalecer y elevar los niveles de resiliencia, así como también las dimensiones que la comprenden como es el caso de la ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, satisfacción personal y sentirse bien solo; además se emplearán recursos propios de logoterapia como por ejemplo, logoarte, círculos de diálogo existencial (CDE), cinelogoforo, diarios de viaje entre otros.

En virtud de ello, se ha considerado eficaz llevar a cabo el programa psicoeducativo a través de la modalidad de actividades diferentes actividades, cada una de ellas en un periodo aproximado de 40 a 60 minutos a excepción de las actividades de cinelogoforo en donde se emplea el tiempo que dure el film a proyectar.

Los resultados de la propuesta en mención, fueron ordenados, analizados e interpretados respectivamente, con el apoyo bibliográfico, posteriormente contrastados con los datos obtenidos del pre-test y pos-test, de tal manera que se obtengan datos y criterios debidamente fundamentados para validar la efectividad y significatividad de mejora en la resiliencia de los adolescentes con la utilización de las técnicas de logoterapia.

Es relevante mencionar que el presente trabajo de investigación cuenta con la aprobación y respaldo de los estándares académicos e institucionales de la Universidad Nacional de Loja para poderse ejecutar en la institución educativa anteriormente señalada.

Además es importante destacar que el presente trabajo de investigación y la propuesta alternativa en mención se encuentra acorde al plan de estudios que plantea la carrera de Psicología Educativa y Orientación, en relación a perfil de prácticas del psicólogo educativo manifiesta que: diseña, ejecuta y evalúa proyectos de investigación orientados al estudio de problemáticas de la docencia, psicología educativa, proponiendo alternativas emprendedoras en el ámbito profesional; en cuanto al perfil de egreso, se menciona el realizar prevención y asesoría en el campo psicopedagógico, de orientación educativa, profesional, familiar y

psicoterapéutica, administrando estrategias, técnicas e instrumentos de evaluación psicológica para la solución de los problemas psicosociales y de aprendizaje; y en cuanto a las líneas de investigación de la carrera, hace referencia a los proyectos de investigación y tesis de grado relacionadas a la psicología educativa y ratificadas por la planificación curricular de las carreras en el marco de los fundamentos teóricos- metodológicos del SAMOT del reglamento del Régimen Académico.

OBJETIVOS

Objetivo General:

- Ψ Aplicar el programa psicoeducativo basado en técnicas de Logoterapia (derreflexión, diálogo socrático, intención paradójica, autodistanciamiento, y modificación de conductas) para fortalecer la resiliencia de los adolescentes de décimo año de educación básica de la Escuela "18 de Noviembre".

Objetivos específicos:

- Ψ Lograr hacer frente a los obstáculos a través del diálogo socrático para hacer que sientan capaces y seguros de lograr lo que se proponen.
- Ψ Enseñar a preservar para lograr la consecución de los objetivos que se plantean.
- Ψ Potenciar las creencias y valores que cada uno tiene de su propio desarrollo.
- Ψ Fortalecer las actividades de ser imparcial, ánimo estable, mente firme para no perder la estabilidad interior.
- Ψ Posibilitar el entrenamiento de actividades de imaginación guiada para generar espacios en donde se desarrolle la actitud de sentirse bien solo.

INDICADORES							
Técnica Logoterapeútica	**Dimensión de la resiliencia a trabajar**	**Objetivo**	**Metodo logía**	**Recurso**	**Procedimiento**	**Materiales**	**Tiempo**
Diálogo Socrático	Confianza en sí mismo.	Lograr hacer frente a los obstáculos a través del diálogo socrático para hacer que sientan capaces y seguros de lograr lo que se proponen.	Grupal	Cinelogoforo	Se proyectará un film " El circo de la mariposa" para que en lo posterior iniciar un diálogo acerca de las situaciones difíciles por las que atravesó el protagonista y cómo las afrontó, finalmente escribirán una reflexión en su diario de las fortalezas que poseen para superarse para socializarlas en el grupo.	-Película -Diarios de viaje -Esferos	2H20
	Confianza en sí mismo.	Actividad 2	Grupal	Círculos de diálogo existencial (CDE)	✓ Mediante la dinámica de filas mudas los estudiantes deberán encontrar la forma de comunicarse y cumplir la orden que proponga el orientador esta puede ser (formarse según el mes o día de su nacimiento, la letra de su nombre en orden alfabético...) ✓ Por parejas, una persona cuenta algo a la otra (lo que hizo ayer por la tarde, por ejemplo). La persona que se supone tiene que estar escuchando va a hacer todo lo contrario; no escucha, mira a otro lado, se mueve, dice cosas de otro tema, se ríe. ✓ Después de dos minutos deben comentar entre ellas cómo se ha sentido cada una de las dos personas y después se cambian los roles. ¿cómo se han sentido en el nuevo rol? ✓ Cuando hemos terminado comentamos si hemos vivido, con frecuencia o no, situaciones similares y cómo nos hacen sentir. ¿Las hemos provocado? ¿Sentimos que se nos escucha poco? ¿Cuándo? ¿Dónde? ¿Podemos hacer algún compromiso para cambiar algo? ✓ Posteriormente sentados en círculo los miembros que deseen podrán compartir su experiencia	-Diarios de viaje -Esferos	40 min

					✓ Los estudiantes escribirán en sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.		
	Confianza en sí mismo.	**Actividad 3**	Grupal	Cinelogoforo	✓ Se proyectará un film "Cadena de favores" para posteriormente iniciar un diálogo acerca de las situaciones difíciles por las que atravesó el protagonista y qué hizo para resolverla, ¿cuál sería el sentido de vida del protagonista? finalmente escribirán una reflexión en su diario de cómo podemos alcanzar una libertad verdadera.	-Película -Computadora - Proyector -Parlantes -Diarios de Viaje -Esferos	2h30min
Intención Paradójica	Perseverancia	Enseñar a preservar para lograr la consecución de los objetivos que se plantean.	Grupal	Círculos de diálogo existencial (CDE)	✓ Luego de colocar dos filas de sillas en forma de círculo (una en frente de otra), la idea es que cada participante permanezca sentado durante dos minutos y luego pase a la siguiente silla. Primero habla uno de los dos participantes, mientras el otro escucha de forma activa, es decir, prestando atención al lenguaje no verbal (emociones, gestos...). Después de un minuto, los roles se cambian y el otro habla. Pasados los dos minutos, cada participante se cambia de silla. ✓ Los estudiantes escribirán en sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.	-Sillas -Diarios de viaje -Esferos	80 min
	Perseverancia	Actividad 2	Grupal	CDE	✓ Ejercicios de relajación. ✓ Se pide a los estudiantes que reflexionen acerca de situación que les provoque miedo, angustia o sufrimiento para luego plasmarlo en papel en forma dibujo o garabato luego se hincharán globos y se insertará el papel, lo atan a su cuerpo y conviven con el globo hasta que ellos decidan separarse de este.	-Papeles -Pinturas -Globos -Diarios de viaje -Esferos	-5 min -30 min -10 min

					✓ En sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.		
	Perseverancia	Actividad 3	Grupal	CDE	✓ Una música suena, a la vez que los participantes danzan por la habitación. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra. La música continúa. Los participantes vuelven a bailar (si quieren, con su compañero). La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas. El abrazo se va haciendo cada vez mayor, hasta que el abrazo sea grupal. ✓ Sentados/as en círculo. Se explica lo que cada persona del grupo tiene que decir. A modo de ejemplo: Decir nombre, animal o cosa desagradable que te recuerda la persona que está a tu lado y por qué. Decir un defecto y un obstáculo presente en nuestra vida a la persona de la derecha. ✓Hacer una reflexión de forma positiva y decir una palabra, dos o tres, que expresen los sentimientos agradables al estar con el grupo. ✓ En sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.	-Música -Parlantes -Diarios de Viaje -Esferos	
Auto-distanciamiento	Sentirse bien solo	Posibilitar el entrenamiento de actividades de imaginación guiada para generar espacios en donde se	Grupal	CDE	✓ Se entregará tarjetas en las que previamente se han escrito fragmentos de frases de reflexión y ánimo, cada frase se escribe en dos tarjetas. Cada persona ha de encontrar su otra mitad para que la frase tenga sentido. Una vez unida a tu otra mitad se mantendrá una mini entrevista de unos 3 minutos en los que deberán preguntarse cómo se siente hoy, qué cosas bonitas le aconteció antes de	-Tarjetas con Frases de reflexión o motivación -Diarios de Viaje -Esferos	-30 min

Actividad 1		desarrolle la actitud de sentirse bien solo.			llegar a clases, ha tenido una rabieta en este día, qué puedo hacer para mejorar tu día…Una vez terminada la entrevista se darán un abrazo de 1 minuto y agradecerán el momento y haberse conocido mutuamente. ✓ En sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.		-10 min
	Sentirse bien solo	Actividad 2	Grupal	Logoarte	✓ A través de su movimiento corporal los estudiantes adoptan posturas y gestos de un animal determinado p.e (un gato, gata, león, leona) con el fin de que cada miembro encuentre a su pareja sin decir el nombre del animal al que imita. Luego de encontrar a su pareja deberán dirigirse a su mesa de trabajo para observar una serie de tarjetas en las que se plasma una situación de conflicto, sufrimiento o dolor ante la que los estudiantes deberán idear una serie de acciones para superar dicha situación con lo cual deberán escribir un cuento. ✓ Se pedirá que socialicen la situación de conflicto y la solución. ✓ Los estudiantes escribirán en sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.	-Papeles con los nombres de los animales. -Imágenes de las situaciones de conflicto o sufrimiento. -Diarios de viaje -Esferos	40 min.
	Sentirse bien solo	Actividad 3	Grupal	Círculos de diálogo existencial (CDE).	✓ En un ambiente agradable y tranquilo se realiza un ejercicio de imaginería con el fin de inducir la relajación y posteriormente que se visualicen a sí mismos a través del tiempo desde su nacimiento hasta el futuro, enfatizando aspectos positivos y liberando dolores o sufrimiento que impiden la trascendencia. ✓ Los estudiantes escribirán en sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.	-Inciensos -Música	40 min.

	Sentirse bien solo	Actividad 4	Grupal	Círculos de diálogo existencial (CDE).	✓ Los estudiantes deberán anotar en su diario una lista de metas que les gustaría alcanzar. Para cada uno de ellos, identifica el plazo posible de realización con las iniciales C, M o L (corto, es decir, en menos de un año, medio –de dos a cuatro- o largo plazo para los que requieran cinco años o más). De todos los objetivos propuestos elaborar un amuleto con materiales reciclados que sirve como conector del yo espiritual y objeto esperanzador. ✓ Los estudiantes escribirán en sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.	-Diarios -Esferos -Materiales reciclados.	40 min.
Derreflexión **Actividad 1**	Satisfacción personal	Potenciar las creencias y valores que cada uno tiene de su propio desarrollo.	Grupal	CDE	✓ Se entrega una corona a cada uno de los estudiantes ✓ Luego formarán un círculo en donde cada uno compartirá una experiencia de dolor, sufrimiento, traumática, cuando finalice otro compañero de forma espontánea se dirigirá hacia él/ella y dirá algo positivo de la situación y a la vez le colocará la corona que a cada uno se le entregó acompañada de un abrazo. P.e E1: -Cuando tenía 8 años fui internado en el hospital por una grave enfermedad. E2:-Lo importante es que hoy cuentas con salud, puedes sonreír y me alegra que sea así. ✓ Cada miembro dice cómo se siente al llevar sobre él una corona ✓ Los estudiantes escribirán en sus diarios de viaje las emociones que pudieron identificar antes, durante y después de la actividad.	-Coronas -Diarios de viaje -Esferos	-5 min -25 min -15 min
	Satisfacción personal	Actividad 2	Grupal	CDE	✓ Se forman grupos de 7 participantes aproximadamente, cada grupo forma un círculo en el que se colocará un participante en el medio y se	-Diarios de viaje -Esferos	-10 min

					dejará caer con los pies juntos sin moverlos del suelo, de tal manera que los integrantes del círculo con delicadeza le empujen de unos hacia otros, sin permitir que se caiga, así se hará sucesivamente con los demás participantes del grupo. ✓ Los estudiantes forman dos grupos y en cada grupo se formarán parejas ubicándose frente a frente, luego se tomarán de las manos fuertemente. En un extremo de las dos columnas que se forme un estudiante deberá ubicarse de espalda y se dejará caer a los brazos de sus compañeros quienes deben sostenerlo y hacer que cumpla un trayecto de un extremo a otro. ✓ En sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.		-20 min -10 min
	Satisfacción personal	Actividad 3	Grupal	Logoarte	✓ Ejercicios de respiración y relajación. ✓ Los estudiantes deberán pintar y crear mandalas con temperas, crayones pinturas o cualquier material que elijan. ✓ Se socializará el significado de las mándalas de los miembros que deseen. ✓ Los estudiantes escribirán en sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad ✓ Se realizará una pequeña retroalimentación cerca de los aspectos positivos reflejados en las mandalas según la psicología del color.	-Plantillas con mandalas - Pinturas -Crayones -Temperas -Marcadores -Esferos -Diarios de viaje	-5 min -25 min -10 min -5 min -5 min
	Satisfacción personal	Actividad 4	Grupal	CDE	✓ Se formarán 2 grupos donde la mitad de cada grupo tiene los ojos vendados. Están agrupados de dos en dos (un ciego y un guía). Los guías eligen a los ciegos, sin que sepan quien les conduce. durante 10 minutos los lazarillos conducen ciegos, después hay un cambio de papeles (se elige pareja	-Pañuelos -Obstáculos -Diarios de viaje	-20 min -10 min

					de nuevo, ahora escogen los que antes hacían de ciegos). ✓ En sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.	-Esferos	
Modificación de Actitudes **Actividad 1**	Ecuanimidad	Fortalecer las actividades de ser imparcial, ánimo estable, mente firme para no perder la estabilidad interior.	Grupal	Logoarte	✓ Sentados en círculo, se les indica que se contará un relato donde mencionará personajes y situaciones de dolor y felicidad el relato lo iniciará un miembro del círculo y según el relato que este invente el resto de compañeros deberá actuar. Por ejemplo: "paseando por el parque estaba…Andrés… discutiendo con su novia…Ana... estaba a punto de golpearla, pero se contuvo… Así sucesivamente hasta que todos los miembros hayan relatado parte del cuento. ✓ Se pedirá a los participantes que según su creatividad elaboren títeres con diferentes materiales ✓ Los estudiantes escribirán en sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.	-Diarios de Viaje -Calcetines -Tijeras -Hilos -Agujas -Botones -Lana -Marcadores -Silicón -Diarios de Viaje -Esferos	-10 min -25min -5 min
	Ecuanimidad	Actividad 2	Grupal	CDE	✓ Los estudiantes elaborarán antifaces a partir de diversos materiales. ✓ Contestan un cuestionario que se proporcionará (Como me ven los demás, por qué me ven así…) luego de contestar la última pregunta le asignan un nombre a fin de que sea un personaje, luego, se colocan los antifaces para escribir en sus diarios de viaje acciones puntuales para mejorar su imagen ante los demás. ✓ Podrán compartir su experiencia quienes deseen.	-Cartulinas -Escarcha -Tijeras -Elástico -Grapas -Diarios de viaje	-15 min -25 min -10 min

	Ecuanimidad	Actividad 3	Grupal	Logoarte	✓ Juego de Simón dice ✓ A partir de un persoanaje creado, piensan en 3 acciones que deberán realizar con 3 compañeros distintos. ✓ Los estudiantes escribirán en sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.	-Antifaces -Diarios de Viaje - Esferos	-40 min
	Ecuanimidad	Actividad 4	Grupal	CDE	✓ Se entrega a los participantes, tarjetas que contenga la imagen de emociones como (rabia, emoción, tristeza, alegría, miedo y confianza) ✓ A partir de un cuento acerca de la frustración, los estudiantes identificarán las emociones que expresan los personajes del cuento luego las escribirán en las tarjetas que ellos consideren adecuadas. ✓ Se socializa las respuestas anotadas en las tarjetas y se intercambian opiniones acerca de un manejo adecuado de las emociones. ✓ En sus diarios de viaje como se sintieron antes durante y después de la actividad.	-Tarjetas con iconos de emociones -Diarios de viaje -Esferos	-5 min -25 min -10 min

j. BIBLIOGRAFÍA

Álvarez, W. (2015). *Factores de riesgo y protección para la resiliencia.* Argentina. San Pablo.

Arias, F. M. (2013). *Resiliencia y rendimiento académico.* Pichincha, Ecuador.UCE.

Asencio de García, L. (20 de Diciembre de 2014). *Logterapia.com.mx.* Obtenido de Fundamentos teóricos de la Logoterapia: http://www.logoterapia.com.mx/publicaciones/libros-texto/fundamentos/teoricos/de/la/logoterapia/htmlx-3%

Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris. (22 de Febrero de 2014). *Bkwsu.org.* Obtenido de Hablar de Viktor Frankl es hablar de Espiritualidad: http://bkwsu.org/media/spain/reflexiones/Espirtualidad/logoterapia%pdf/html

Cano, C. (17 de Junio de 2016). *Psicopsico.com.* Obtenido de Logoterapia tendencias: http://psicopsi.com/Introduccion-Logoterapia-tendencias/html

Castillo, F. (28 de Mayo de 2016). *Psicopsi.com*. Obtenido de Conceptos básicos de logoterapia: http://psicopsi.com/Obras-Frankl-Segunda-Parte-Conceptos-basicos-de-logoterapia

Cravino, L. (2008). *La Resiliencia como adjetivación del proceso de desarrollo.* Madrid: Cenamin.

Cyrulnik, B. (2015). *El amor que nos cura. Segunda edición*. México: Gedisa.

Delval, J. (2013). *Desarrollo Humano.* Madrid: Siglo XXI.

Fabry, J. (1984). *La búsqueda de significado. La logoterapia aplicada a la vida.* México: Fondo de Cultura.

Fernández, M. (2014). Psicologia.laguia200com. La adolescencia: Lo que todos deben saber. Obtenido de: https://psicologia.laguia2000.com/la-adolescencia/la-adolescencia-lo-que-todos-deben-saber.//segun-g-stanley-hall_4

Figueroba, A. (2017). Logoterapia. *Psicoligía y Mente*, 14.

Fizzotti, E. (1994). *Para ser libre: Logoterapia Cotidiana.* Madrid: San Pablo.

Fizzotti, E. (2012). *Las raíces de la logoterapia. Escritos juveniles.* Décimo séptima edición. Buenos Aires: San Pablo.

Frankl, V. E. (1946). *El hombre en busca del sentido.* Alemania: Beacon Press.

Frankl, V. E. (1986). *Ante el vacío Existencial.* 1986: Herder.

Frankl, V. E. (1988). *La Voluntad del Sentido.* Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (1991). *El Hombre en busca del sentido Duodécima edición.* Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (1992). *La psicoterapia y la dignidad de la existencia.* Argentina: Almagesto.

Frankl, V. E. (1994). *El Hombre Doliente 3ra Ed.* Barcelona: Herder.

Gandos, J. (2017). Un Enfoque Compensivo del Ser. *Revista Latinoamericana de Psicoterapia Existencial*, 3.

Guillén de Maldonado, R. (2014). *Scielo.org.bo.* Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-06752005000100011

Kumaris, S. (2014). *El Ser Humano desde la Logoterapia.* México. UNLA.

Leite Dos Santos, L. (12 de Octubre de 2013). *Psicologiaymente.com.* Obtenido de Resiliencia: salud y sentido: https://psicologiaymente.com/Recursos/resiliencia/Salud_y_sentido_201202.pdf

Lemus de Vanek, M. T. (07 de Septiembre de 2015). *Logoforo.com.* Obtenido de tipos de logoterapia aplicadas a procesos de crisis: http://logoforo.com/tipos-de-logoterapia-aplicadas-a-procesos-de-crisis/

Londa, V. (2013). *Caminos de resiliencia en el siglo XXI*. México. LAG.

Lukas, E. (2002). *También tu sufrimiento tiene sentido.* México: LAG.

Lukas, E. (24 de Abril de 2013). *Logoforo.com.* Obtenido de Psicología Espiritual: http://logoforo.com/psicologia-espiritual-elisabeth-lukas/

Luna, A. (19 de Diciembre de 2012). *Logoforo.com*. Obtenido de Sentido y Espeanza: http://logoforo.com/sentido-y-esperanza-objetivos-de-la-logoterapia-para-nuestra-epoca/

Luna, A. (2016). *Una nueva mirada a la Logoterapia.* Barcelona: Casals.

Manjón Flores, A. (29 de Mayo de 2017). *www.repositorio.umsa.bo.* Obtenido de Nivel de resiliencia en relación a la intervención logoterapeútica con adolescentes del centro Educativo Santa Cruz: http://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/11226/MFMA.pdf?sequence=1

Martínez , E. (2015). *Las psicoterapias existenciales.* Colombia: Manual Moderno.

Martínez Romero, J. (2014). *Logoterapiagalicia.blogspot.com.* Obtenido de Supuestos filisóficos de logoterapia : https://logoterapiagalicia.blogspot.com/2014/03/supuestos-filosoficos-de-logoterapia.html

Ojeda, F. (2013). *La resiliencia como eje fundamental de la adolescencia*. Segunda Edición. Lima.AFP.

Ortiz, P. (2017). *Blogspot.com. Método científico*. Obtenido de: http://.blogspot.com/2017/05/conceptos-de-metodo-cientifico.html

Paredes, R. & Díaz del Castillo, F. (2015)*Técnicas de Intervención Logoterapeutica.* México. Eleftheria SL.

Quintero, A. (2014). *La resiliencia: Un reto para el trabajo social.* Madrid: Siglo XXI.

Reyes Portocarrero, B. (2013). Aportes de la Logoterapia de grupo a la práctica clínica en la comunidad terapéutica. *Logoterapia Hoy Revista éruana de Logoterapia clícnica y enfoques afines*, 8-12.

Schwalb, W (2015). *Resiliencia para todos.* Madrid. Herder.

Signorelli, S. (2016). Logoterapia Hoy y su aplicación en la psicoterapia. *Revista Peruana de Logoterapia Clínica y enfoques afines*, 13-14.

Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia S.C. (25 de Octubre de 2015). *logoterapia.com*. Obtenido de La logoterapia en los albores del siglo XXI: http://www.logoterapia.com.mx/publicaciones/revista-mexicana-logoterapia/logoterapia-albores-del-siglo-xxi

Triglia, A. (25 de Abril de 2016). *Psicologíaymente.net.* Obtenido de Logoterapia: Su padre Viktor Frankl: https://psicologiaymente.net/logoterapia/su-padre/viktor-frankl/29/6=1_/html

Uriarte Arciniega, J. (2013). La felicidad es posible: resiliencia personal y comunitaria. *Universidad del País Vasco*.

Uriarte, J. (2010). *addi.ehu.es.* Obtenido de Una mirada hacia la resiliencia https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/7215/Psicodidactica%2011%281%29%20-%207-24.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Viau, G. (28 de Noviembre de 2015). *www.slideshare.net*. Obtenido de Logoterapia lo mejor del ser humano: https://es.slideshare.net/GerardoViau/logoterapia_lo_mejor_del_ser_humano%/-segn-viktor-frankl

Yagosesky, R. (18 de Marzo de 2006). *Gestiopolis.com.* Obtenido de Claves para el desarrolo de la resiliencia: https://www.gestiopolis.com/claves-para-desarrollo-resiliencia/

k. ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

TEMA

TÉCNICAS DE LOGOTERAPIA PARA FORTALECER LA RESILIENCIA DE LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO "B" DE LA ESCUELA "18 DE NOVIEMBRE", PERIODO 2017-2018.

Proyecto de investigación previo a la obtención del grado de Licenciada en Ciencias de la Educación; Mención: Psicología Educativa y Orientación.

AUTORA

Diana Verónica Pardo Ochoa.

LOJA – ECUADOR

2017

a. TEMA

TÉCNICAS DE LOGOTERAPIA PARA FORTALECER LA RESILIENCIA DE LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO "B" DE LA ESCUELA "18 DE NOVIEMBRE", PERIODO 2017-2018.

b. PROBLEMÁTICA

El estudio científico de la resiliencia como herramienta para fortalecer el desarrollo integral de los y las estudiantes, así como el desempeño proactivo e ideal dentro y fuera de las instituciones educativas es de especial relevancia para los profesionales de la psicología general, educativa, infantil, geriátrica, clínica, psiquiatras e incluso de los profesionales de medicina y educación. El hecho de que estos profesionales tengan un amplio conocimiento de la resiliencia como una herramienta esencial en el ser humano, permite que se potencie esta capacidad innata para afrontar las adversidades de la vida cotidiana.

Como seres humanos en la entera complejidad que esto implica, día a día nos vemos en la eterna tarea de tomar decisiones a cada instante; así como también estamos expuestos a múltiples situaciones agradables, desagradables, alegres y otras dolorosas, siendo la resiliencia justamente que nos permite a los seres humanos afrontar aceptar y sobreponernos de forma positiva a estas últimas.

Se han encontrado numerosas investigaciones y testimonios a nivel internacional como lo manifestado por, Uriarte y Suazo (2010) que destacan el papel de la educación formal de los maestros en compañía de un equipo disciplinario que sería los psicopedadgogos, trabajadores sociales, entre otros que trabajan en la construcción de la resiliencia, fundamentalmente de estudiantes procedentes de entornos desfavorecidos y en riesgo de exclusión social. Cabe destacar que en todas las personas (estudiantes y docentes), hay aspectos o factores de resiliencia a partir de los cuales es posible ayudar a superar las dificultades y afrontar el futuro con confianza y optimismo.

Otra de las investigaciones significativas para llevar a cabo el presente trabajo es el desarrollado por Majón (2017) en Bolivia, en donde se selecciona a un grupo de estudiantes de nivel medio para medir el nivel de resiliencia antes y después de una intervención logoterapeútica, los resultados arrogaron que antes de dicha intervención el 65% obtuvo un nivel bajo, el 30% un nivel medio y el 5% un nivel alto de resiliencia; mientras que después de la intervención se obtiene que el 45% tiene nivel alto de resiliencia, el 45% un nivel medio y el 10% un nivel bajo, siendo este un resultado positivo de la intervención logoterapeútica.

A nivel nacional, como lo indica Arias (2013) en su tesis denominada “Resiliencia y rendimiento académico” señala claramente que en la etapa de la adolescencia principalmente

en las edades entre 10 y 14 años, el nivel de resiliencia toma mayor fuerza, porque es en esta etapa donde se ensayan nuevas formas de relacionarse con sus pares y su entorno, así como la adquisición de nuevos valores. Se cree fundamental desarrollar programas psicoeducativos que permitan fortalecer dicha resiliencia en estas etapas cruciales.

Además según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2017) menciona que la mayor parte de la población ecuatoriana está en la etapa de la adolescencia, etapa en la que se centran algunas de las funciones y principios del orientador educativo, que son prevenir y educar a nuestros adolescentes para afrontar positivamente las adversidades del diario vivir y que mejor oportunidad que la etapa de la adolescencia para fortalecer la resiliencia.

El célebre psiquiatra Víktor Frankl (2003) creador de la logoterapia, postuló que la falta de voluntad de sentido fomenta diversos sufrimientos que son innecesarios como por ejemplo (agresividad, conductas destructivas y autodestructivas, deserción escolar, entre otras). Pese a no existir muchas investigaciones en logoterapia en nuestro país, se han llevado a cabo diferentes trabajos que relacionan adicciones, suicidios, violencia y bajo rendimiento escolar relacionados a los factores de riesgo en los que están inmersos todos ellos vinculados con una baja en “voluntad de sentido”.

Frankl (2003), constantemente comparte experiencias de tratamientos logoterapéuticos llevados a cabo con alcohólicos, toxicómanos, criminales; personas diagnosticadas con cáncer, y casos de deserción escolar en nivel medio y superior donde según los resultados en todos los casos al introducir la logoterapia, el éxito de rehabilitación se multiplica dos a tres veces más de lo habitual que con tratamientos psicológicos clásicos. Es decir, parece ser que la vida de las personas con múltiples adversidades y/o problemas emocionales carece de sentido y significado positivo; este vacío de sentido y frustración existencial, son los que, de manera independiente o asociados a otras condicionantes, actúan como factores de riesgo.

Es importante mencionar que durante las prácticas pre-profesionales de Orientación Educativa, realizadas en la Escuela “18 de Noviembre” en la fase de diagnóstico se determinó que, las dificultades que se presentan con mayor frecuencia es el incumplimiento de tareas en un 20%, problemas afectivo emocionales en un 20%, consumo de sustancias adictivas en un 10%, conductas disruptivas con un 15% y finalmente problemas de aprendizaje (dislalia, dislexia y discapacidad intelectual) en un 5% siendo estos factores de riesgo constantes de un bajo nivel de resiliencia.

Ante esta realidad, resulta impensable permanecer expectante. En consecuencia, es necesario que todos los que forman parte de la comunidad escolar, y en particular los miembros de los departamentos de consejería estudiantil (DECE), afronten decididamente los nuevos retos de la educación actual y que contribuyan a formar personas capaces de participar activamente en la sociedad, sujetos preparados para afrontar con posibilidades reales de éxito las inevitables dificultades de la vida.

La indagación realizada en torno al objeto de la investigación, permite fundamentar la necesidad de continuar investigando la problemática de la resiliencia, por lo que se plantean como interrogantes:

- ¿Cuáles son las características de las personas resilientes?
- ¿Cuáles son los factores de protección para la resiliencia?
- ¿Cómo se puede fortalecer la resiliencia?

Lo anterior sirve de hilo conductor para plantear como **problema de investigación**: ¿De qué manera las técnicas de logoterapia permiten fortalecer la resiliencia en adolescentes de décimo año de EGB de la Escuela 18 de Noviembre?

c. JUSTIFICACIÓN

Los motivos por los cuales el presente proyecto de investigación se lleva a cabo es en primer lugar porque dentro de la carrera de Psicología Educativa y Orientación de la Universidad Nacional de Loja, desde su misión y su malla curricular vislumbra la ejecución de planes, programas y proyectos de investigación y primordialmente de vinculación con la colectividad, impulsando una gestión académica, administrativa en los ámbitos de su competencia con la finalidad de potenciar el buen Vivir de la región sur del país y del país en general.

El presente trabajo se encamina a determinar cómo se fortalece la resiliencia en la etapa de la adolescencia entendida ésta como el proceso de crecimiento y desarrollo es acelerado, los diferentes eventos de diferenciación se realizan tan rápidamente que generan una crisis, la cual además de ser constructiva y estructurante cumple la importante tarea de lograr la identidad, la adaptación e incorporación a la sociedad, en este proceso adopta ciertas actitudes que la exponen a múltiples riesgos y más aún cuando el nivel de resiliencia no es adecuado.

Entonces, consiente de la diversa problemática consecuencia de los factores de riesgo a los que se encuentra expuesta la población estudiantil, se pretende dotar de un programa psicoeducativo de técnicas de logoterapia para fortalecer la resiliencia en los adolescentes considerando las tareas y las crisis propias de la edad, así como también los factores de protección de la resiliencia, durante el periodo 2017-2018.

Mediante el presente trabajo de alguna forma se brinda la oportunidad de satisfacer una de las necesidades de la escuela ya mencionada permitiendo que los estudiantes eleven su nivel de resiliencia por medio de técnicas grupales de logoterapia que serán aplicadas y enseñadas en talleres didácticos debidamente planificados. Además el desarrollo del presente proyecto es factible debido a que se cuenta con el apoyo de la Universidad Nacional de Loja especialmente de los administrativos y docentes de la carrera de Psicología Educativa y Orientación, la Escuela “18 de Noviembre” y la asesoría necesaria para llevar a cabo el desarrollo del proyecto, así mismo con el compromiso de cumplir con cada uno de los objetivos propuestos, considerando ampliamente material teórico y los conocimientos adquiridos a lo largo del proceso de formación como Psicóloga Educativa. Por lo tanto, este proyecto es importante, novedoso y viable su ejecución.

d. OBJETIVOS

General

- Fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de educación general básica paralelo “B”, de la Escuela “18 de Noviembre”, periodo 2017-2018, utilizando técnicas de logoterapia.

Específicos

- Fundamentar los referentes teóricos y metodológicos que permitan explicar y comprender la resiliencia y logoterapia en adolescentes.

- Determinar el nivel de resiliencia que presentan los estudiantes de décimo año de educación general básica paralelo “B”, de la Escuela “18 de Noviembre”, periodo 2017-2018.

- Elaborar un programa psicoeducativo basada en las técnicas de logoterapia para fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de educación general básica paralelo “B”, de la Escuela “18 de Noviembre”, periodo 2017-2018.

- Aplicar el programa psicoeducativo basada en las técnicas de logoterapia para fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de educación general básica paralelo “B”, de la Escuela “18 de Noviembre”, periodo 2017-2018.

- Validar la efectividad del programa psicoeducativo basada en las técnicas de logoterapia para fortalecer la resiliencia de los estudiantes de décimo año de educación general básica paralelo “B”, de la Escuela “18 de Noviembre”, periodo 2017-2018.

e. MARCO TEÓRICO

1. Resiliencia

Está claro que las necesidades que tienen los seres humanos de crecer y desarrollarse, lo cual es parte de su naturaleza, sin embargo, en este proceso emergen riesgos que deben ser enfrentados poniendo en juego toda su capacidad de resistencia ante la adversidad para salir de ellas.

1.1 Definición de resiliencia

Suárez (2012) en su obra de Resiliencia, tendencias y perspectivas define a la resiliencia como:

> Resiliencia tiene su origen en el latín en el término "Resilio", que significa volver atrás, volver en un salto, rebotar. Claramente el término fue adaptado a las Ciencias Sociales para caracterizar a los sujetos que a pesar de haber nacido y vivir en situaciones de adversidad, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos. En idioma castellano, tradicionalmente el término resiliencia se usa en el campo de la física y se refiere a la capacidad que tienen los cuerpos para volver a su forma original luego de haber sufrido deformaciones producto de la fuerza (p.4).

En la misma línea de esta definición, se puede agregar que, la resiliencia no sólo es un fenómeno que lo observamos a nivel individual, sino que podemos hablar de familias resilientes, y grupos y comunidades con características resilientes. Así entonces pese a diversos conceptos que existen de la resiliencia la podemos definir también como “Una capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad prevenir, minimizar o superar los efectos perjudiciales de la adversidad” (Dubini,2010, p.5).

Del mismo modo, la resiliencia no debe considerarse como un estado permanente y de total invulnerabilidad; sino como lo concibe el padre de la resiliencia Cyrulnik (como se citó en Cravino, 2008) manifestando que la resiliencia consiste en la habilidad para tener un momento de felicidad incluso cuando se tiene una herida en el alma. La magnitud de esa herida es lo de menos: hay personas que se sienten destrozadas por la muerte de un gato y otras que pasan pruebas muy duras con éxito y sin problemas aparentes. En cualquier caso, lo importante es poder atribuirle siempre un significado al trauma o al fracaso o a la situación indeseada, sea la que sea.

Las personas, familias y grupos con características resilientes, presentarán momentos y episodios de mayor debilidad y susceptibilidad, en tanto en otros momentos su resistencia, adaptación y superación de adversidades, aparecerá evidentemente en su conducta. Algunos autores definen a la Resiliencia como la capacidad de respuesta innata del ser humano, o que permite que se generen respuestas adaptativas frente a situaciones adversas. Así la resiliencia refuerza los factores protectores incluso la supervivencia del ser y reduce ciertamente la vulnerabilidad frente a las situaciones que se consideren riesgosas (abuso de sustancias tóxicas, suicidio, embarazos, no deseados, hogares disfuncionales, por mencionar algunos).

1.2 Desarrollo de la resiliencia

Según Yagosesky (2011) refiere que:

> La resiliencia conlleva conductas, pensamientos y acciones que cualquier persona puede aprender y desarrollar. Se trata de una nueva mirada de la manera en que los diferentes seres humanos afrontan posibles causas de estrés: malas condiciones y vejaciones en la familia, reclusión en campos de prisioneros, situaciones de crisis como las causadas por viudez o el divorcio, las grandes pérdidas económicas o de cualquier otra índole (p.8).

En lugar de preguntarse por las causas de la patología física o espiritual que esas catástrofes generan, el nuevo punto de vista supone indagar de qué condiciones está dotada esa minoría; por qué y de qué manera logra escapar a los males propios de los llamados "grupos de riesgo".

En esta línea como lo manifestó Rutter (como se citó en Uriarte, 2010) El hecho de que la adversidad no deriva irrevocablemente en individuos dañados, se ha mostrado que depende, no simplemente de factores condicionantes como, por ejemplo, los recursos económicos, la alimentación, el nivel educativo de los padres, la estimulación materna, hogares funcionales o la disponibilidad de material lúdico, sino, fundamentalmente, de los mecanismos y las dinámicas que ordenan el modo cómo ellos se relacionan.

Los individuos que se pueden calificar como “altamente resilientes” por lo general siempre se están destacando por poseer un alto nivel de competencia en distintas áreas, ya sea intelectual, emocional, estilos de enfrentamiento adecuados, alta motivación al estudio, autoestima elevada, sentimientos de esperanza, autonomía e independencia, entre otras.

Para esclarecer el fenómeno de la resiliencia, los estudiosos de la talla de (Kotliarenco, Grotberg y Munist, 1995). Han apuntado a las características del ambiente en que se han desarrollado los sujetos resilientes: han tenido corta edad al ocurrir algún evento traumático; han provenido de familias conducidas por padres competentes, integrados en redes sociales de

apoyo, que les han brindado relaciones cálidas. Respecto al funcionamiento psicológico que protege del estrés a las personas resilientes, (Kotliarenco *et al.*, 1995). Señalan también algunos aspectos fundamentales a tener en cuenta los cuales se refieren a continuación:

- Ψ Mayor coeficiente intelectual y mejores habilidades de resolución de problemas.
- Ψ Mejores estilos de afrontamiento.
- Ψ Empatía, conocimiento y manejo adecuado de las relaciones interpersonales.
- Ψ Sentido del humor positivo.

De lo expuesto se puede deducir que, lo que hace que un individuo desarrolle la capacidad de ser resiliente es la formación de personas socialmente competentes que tengan la capacidad de tener una identidad propia y útil, que sepan tomar decisiones, establecer metas y esto involucra lugares sociales que implican a la familia a los amigos y las instituciones de gobierno de cada país y esto obviamente se lo puede conseguir en los primeros años de vida dentro del seno familiar donde sea evidente una adecuada dinámica familiar o por lo menos sea evidente el esmero por obtenerla, de esta forma se asume que algunos de los mecanismos que pueden usar las personas pudieran estar en relación a un adulo significativo, que reafirme la confianza en sí mismo, que lo motive, y por sobre todo le demuestre su cariño y aceptación incondicional.

1.2.1 Condiciones de desarrollo

Varios son los estudios que demuestran que un factor primario de resiliencia como lo es la obra de Cravino (2008):

> El factor primario para en la resiliencia es tener relaciones que ofrezcan cuidados y apoyo dentro y fuera de la familia. Las relaciones que crean apoyo y confianza, proveen modelaje y ofrecen estímulo y reafirmación además contribuyen a afirmar la resiliencia en una persona (p. 46).

Siguiendo la línea de Cyrulnik (2015) manifiesta que “La mejor forma de empezar bien en la vida es contar con una constelación de afectos” (p. 24). Es preciso encontrar a alguien que te transmita seguridad afectiva, ya sea profesional o no. Es de vital importancia que a lo largo del ciclo vital de las personas estas mantengan relaciones sanas, duraderas y significativas como referentes para estimular y desarrollar su resiliencia principalmente en los primeros años de vida con sus cuidadores primarios y otros familiares cercanos, a fin de que el individuo pueda satisfacer sus necesidades y cumplir sus tareas de cada etapa evolutiva con seguridad, apoyo de sus referentes sociales y familiares, autonomía y fortaleza personal.

Al analizar los resultados y según la opinión de Suárez (2007): “las características del ambiente donde se han desarrollado sujetos resilientes: han tenido corta edad al ocurrir algún evento traumático; han provenido de familias conducidas por padres competentes, integrados en redes sociales de apoyo, que les han brindado relaciones cálidas” (p. 125). Si se observa la realidad en que viven nuestros jóvenes actualmente podemos ver cómo ciertas condiciones influyen negativamente en su desarrollo: carencia de redes de apoyo social públicas para enfrentar las adversidades personales y familiares, desempeño de trabajos marginales o contractualmente precarios, la falta de protección de su salud y derechos laborales, desocupación prolongada, fracaso y abandono escolar, adicción a las drogas y al alcohol entre otros. Todo esto se traduce en una baja autoestima, ausencia de un proyecto de vida y dificultad para darle sentido a la vida.

En un estudio más de Valdés, Zaldívar y Vanistendael (2011), señalaron que las personas resilientes presentaron en su infancia los siguientes atributos:

- Nivel socioeconómico más alto.
- Ausencia de déficit orgánico.
- Temperamento fácil.

También los autores señalan las características del medio social inmediato así definen los siguientes:

- Padres percibidos como competentes.
- Mejor red informal de apoyo (amigos, familiares, compañeros) (p.46).

Nuevamente se sostiene que, la presencia de relaciones afectuosas es fundamental para fortalecer la resiliencia a través del ejemplo común como lo dicen las voces “más acción y menos discursos”. Las oportunidades de participación social y familiar son significativas para poder sentirse importante, aceptado y querido.

1.3 Características de la resiliencia

Sánchez (2008) afirma que: “La resiliencia es una característica que se puede aprender como producto de una interacción positiva entre el componente personal, familiar y ambiental de un individuo” (p.34). De forma similar, Suárez (2007) en su obra de tendencias y perspectivas de resiliencia menciona que son características generales de sujetos con resiliencia:

- Habilidad para enfrentar eficaz y adecuadamente situaciones adversas y eventos traumáticos.
- El desarrollo el potencial de ajuste individual o del sistema.

- Es dinámica.
- Varía a lo largo del tiempo de acuerdo con las circunstancias. Con el desarrollo del individuo o del sistema y con la calidad de estímulos a los que están expuestos (p.22).

Por consiguiente se comprende que, el vínculo afectivo que se establece en los primeros años de vida primordialmente en el seno con sus cuidadores es vital para el desarrollo de un individuo capaz, seguro y autónomo en una sociedad que cada día se vuelve más compleja, requiere de más capacidades, habilidades y destrezas sobre todo para enfrentar adecuadamente altos niveles de estrés, siempre y cuando el sistema sea quien brinde la disponibilidad de recursos, oportunidades y alternativas de ajuste como factores protectores. Si bien la resiliencia comprende una serie de características y habilidades de ajuste propias del individuo o sistema, por lo general se evidencia en situaciones adversas o de riesgo.

1.4 Resiliencia en la adolescencia

La resiliencia cumple un proceso a lo largo de la vida de cada individuo acorde a la etapa evolutiva en la que este se encuentre, así como lo explica a continuación. Delval (2007):

> El nacimiento es la primera individuación del ser humano del vientre materno al medio externo, el recién nacido es acogido por el medio familiar y queda bajo su cuidado. La adolescencia es un segundo nacimiento, en el cual el individuo nace a la sociedad más amplia, por tanto, inicia un desprendimiento del sistema familiar; una diferenciación psicosocial del medio familiar que lo lleva a una resignificación de esas relaciones. La emergencia de la adolescencia trae un nuevo panorama en el cual debe reelaborar el concepto de resiliencia. A medida que se avanza en edad, durante las etapas de crecimiento, el medio familiar, escolar, comunitario, los comportamientos emergentes, las nuevas interacciones sociales, los espacios de exploración e inserción, ofrecen nuevas posibilidades tanto de enriquecimiento como de riesgos; el diario vivir es resignificación de sí mismo y de su entorno, esta nueva dirección del desarrollo favorece la generación de adversidades. En la adolescencia el proceso de crecimiento y desarrollo es acelerado, los diferentes eventos de diferenciación se realizan tan rápidamente que generan una crisis, la cual además de ser constructiva y estructurante cumple la importante tarea de lograr la identidad, la adaptación e incorporación a la sociedad, en este proceso adopta ciertas actitudes que la exponen a múltiples riesgos, por tanto, el enfrentamiento a situaciones de adversidad es diferente. Los adolescentes han acumulado necesidades y destrezas y entran velozmente a probarlas con nuevos impulsos, capacidades físicas e instrumentos cognitivos; las respuestas se basan más en la propia comprensión de lo que es una situación de peligro potencial, en la autoeficacia para responder a los riesgos y en la toma de decisiones ante los problemas (p.27).

De esta forma, los seres humanos nacen con la capacidad de hacer frente a las demandas del ajuste del medio, de desarrollar habilidades sociales y comunicativas, una conciencia crítica, autonomía y propósitos para el futuro. Sin embargo, el desarrollo y el reforzamiento de la misma requieren de la estimulación constante de la familia y de ser posible de los pares. También es necesario una serie de características que se asocien directamente con la capacidad de afrontar adecuadamente los problemas o adversidades cotidianas, las cuales se relacionan con el propio desarrollo personal.

Es así que se percibe que la mayoría de personas en etapa adolescente que son altamente resilientes comúnmente presentan, "Adecuado control de emociones en situaciones difíciles o de riesgo, demostrando optimismo y persistencia ante el fracaso. Habilidad para manejar de manera constructiva el dolor, el enojo, la frustración y otros aspectos perturbadores". (Guillén, 2013, p.35). Por estas razones es indispensable que existan espacios y ambientes adecuados donde se logre estimular altos niveles de resiliencia de forma adecuada y de ser posible innovadora para que a los individuos les resulte no imposible ni complicado afrontar las diferentes adversidades y el estrés que traen consigo las actividades diarias.

1.5 Factores de riesgo

Se sabe que no todos los adolescentes y jóvenes corren los mismos riesgos, unos están más expuestos que otros a las limitaciones y adversidades que pueden impedirles llegar a ser adultos responsables y productivos, por ello nuevamente. Kotliarenco (1997) refiere:

> La magnitud del riesgo en adolescentes y jóvenes depende de la intensidad del compromiso de la conducta, del número de otras conductas de riesgo asociadas, de la manera en que se constituyen en estilos de vida, de la edad de inicio de la conducta y del grado de combinación con conductas protectoras. Desde la perspectiva familiar e incluso de grupos adultos de la sociedad, la adolescencia rompe esquemas o interpreta realidades de modo diferente, por lo que este segundo nacimiento no despierta simpatía. El "adultocentrismo", acompañado por un reconocimiento peyorativo del periodo adolescente es una adversidad insidiosa, que facilita la construcción de la identidad negativa, la desesperanza y una autoafirmación en el riesgo y la transgresión, que generalmente, se lo asocia y estigmatiza con lo negativo: violencia, drogas, embarazos, bandas juveniles, segmento poblacional problemático, deficitario y vulnerable. La estigmatización del periodo adolescente no favorece la resiliencia, haciendo que las capacidades resilientes se bloqueen, se obstaculicen y se impida su expresión (p.42).

De lo expuesto en este epígrafe se entiende que, los factores de riesgo son todos aquellos rasgos, características o exposiciones de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión. La presencia de un factor de riesgo significa una probabilidad aumentada de presentar en un futuro una enfermedad o accidente, en comparación con personas no expuestas.

1.6 Factores protección de la resiliencia

Melillo y Suárez (citado por Gonzáles, Guerrero y Londa, 2013) define los factores protectores como:

> Las cualidades del individuo que permiten superar las adversidades asociadas a las condiciones externas e internas del sujeto. Dentro de las condiciones externas al sujeto refiere al nivel socioeconómico la estructura familiar y los programas psicoeducativos y de salud que favorecen a los niños niñas y adolescentes. Así mismo, señala que las condiciones intrínsecas del individuo juegan un papel importante dentro de los factores protectores, como la motivación, la independencia, la salud mental y la autoestima (p. 34).

En la misma línea como señala Maturana (2013) en su obra "cómo crecer superando percances", existe un compendio de características que se replicó en individuos resilientes, al ser parte de un estudio experimental donde se determinan los factores y características indispensables para superar situaciones adversas, así indica el autor que estas características son personales y familiares, que todos os seres humanos las podemos fortalecer y estimular para superar momentos difíciles de la vida porque también es una cualidad humana inmensa, llena de matices.

1.6.1 Características personales

Algunas características que podemos encontrar en personas resilientes son la autoestima, autonomía, orientación social, necesidad de explorar límites, enfrentarse a sus dudas y emociones, desafiar las potencialidades de su propio cuerpo y establecer nuevas formas de relación con los adultos; sentimientos de invulnerabilidad, la necesidad de demostrarse a sí mismos y al entorno la capacidad de desafío de la norma, manifestaciones que si bien son normales y propias de la crisis fisiológica de la adolescencia (Maturana, 2006). Mismas que si se hacen repetitivas o exceden los límites de un comportamiento social aceptable o adecuado, pueden desencadenar una amplia gama de riesgos.

1.6.2 Características familiares

Algunas características familiares que se evidencian en individuos resilientes y fortalecen a la misma serían según Schwalb (2015) "la cohesión, calidez y bajo nivel de discordia. Apoyo social: estímulos adecuados, reconocimiento de su valor y personalidad en todos los ámbitos, escolar, instituciones sociales, comunidad, entre otros" (p.67). Así, las expectativas y confianza de las personas en los adolescentes, pone en evidencia las fortalezas y aspectos positivos con que cuentan, por ello es necesario reconocer la fortaleza innata de los jóvenes, de sus familias, de sus centros educativos, de sus comunidades y no solo el riesgo, ni los problemas o la patología.

Si el medio adulto cercano mantiene la empatía hacia la experiencia emocional adolescente, facilita el desarrollo de la resiliencia, sin embargo, una de las pérdidas frecuentes durante la adolescencia es la pérdida de la empatía del mundo adulto. Se reduce la vulnerabilidad adolescente al tener en el entorno la oportunidad de desarrollar alternativas de respuesta que no sean destructivas; al recibir de adultos significativos los modelos apropiados para la solución de problemas cotidianos.

1.6.3 Ambientes que favorecen la resiliencia

Es necesario contar con ambientes que logren estimular favorablemente la resiliencia de las personas a esto se suma la presencia de personas y ambientes específicos tal y como lo señala Quintero (2014):

Primero: La presencia de adultos accesibles, responsables y atentos a las necesidades de niños y jóvenes. Pueden ser padres, tíos, abuelos, maestros u otras personas que muestren empatía, capacidad de escucha y actitud cálida.

***Segundo*:** La existencia de expectativas altas y apropiadas a su edad, comunicadas de manera consistente, con claridad y firmeza que le proporcionan metas significativas, lo fortalezcan y promueven su autonomía, y le ofrezcan oportunidades de desarrollo.

***Tercero*:** La apertura de oportunidades de participación: los adultos protectores son modelo de competencia social en la solución de problemas, pudiendo proporcionar oportunidades para que los niños y adolescentes participen y en conjunto, aprendan de los errores y contribuyan al bienestar de los otros, como parte de un equipo solidario y participativo (p.19).

Por su parte, Filipi (2015) enumera una serie de condiciones familiares que favorecen el desarrollo de la resiliencia en niños y jóvenes.

> Dentro del sistema familiar: normas y reglas claras y respeto a las jerarquías. Apoyo entre los miembros de la familia como costumbre, Estrategias familiares de afrontamiento y eficacia. Práctica de un estilo de crianza, donde el adecuado uso del tiempo libre, la internalización de valores, al amor y el respeto enmarcan el estilo de vida de los hijos. Expectativas positivas de los padres sobre el futuro de los hijos. Responsabilidades compartidas en el hogar. Apoyo de los padres en las actividades escolares de los hijos. Oportunidades de desarrollo y responsabilidades extrafamiliares (voluntariado, trabajo, estudio, entre otros) (p.65).

De lo expuesto, es importante rescatar que, las personas de los círculos sociales más cercanos puedan expresar su apoyo de manera que favorezca en los niños y jóvenes un sentimiento de seguridad y confianza en sí mismos, con el fin de que los ambientes donde estos se desenvuelvan sean percibidos como medios de oportunidades tanto personales, laborales y espirituales, que brinden comodidad y sentido de pertenencia a todos quienes lo conforman y que a medida de sus expectativas y necesidades sean los niños y jóvenes quienes se empoderen de estos espacios participando de forma activa para mejorar su calidad de vida.

1.6.4 Pilares de la resiliencia

Existen algunos factores que resultan protectores para los seres humanos, más allá de los efectos negativos de la adversidad. Medina (como se citó en la tesis de grado de Jiménez, 2015) describe:

> ***Autoestima consistente***. Es la base de los demás pilares y es el fruto del cuidado afectivo consecuente del niño o adolescente por un adulto significativo, "suficientemente" bueno y capaz de dar una respuesta sensible.
>
> ***Introspección***. Es el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta. Depende de la solidez de la autoestima que se desarrolla a partir del reconocimiento del otro. De allí la posibilidad de cooptación de los jóvenes por grupos de adictos o delincuentes, con el fin de obtener ese reconocimiento.
>
> ***Independencia***. Se definió como el saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas; la capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.
>
> ***Capacidad de relacionarse***. Es decir, la habilidad para establecer lazos e intimidad con otras personas, para balancear la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros. Una autoestima baja o exageradamente alta produce aislamiento: si es baja por autoexclusión vergonzante y si es demasiado alta puede generar rechazo por la soberbia que se supone.

Humor. Encontrar lo cómico en la propia tragedia. Permite ahorrarse sentimientos negativos, aunque sea transitoriamente y soportar situaciones adversas.

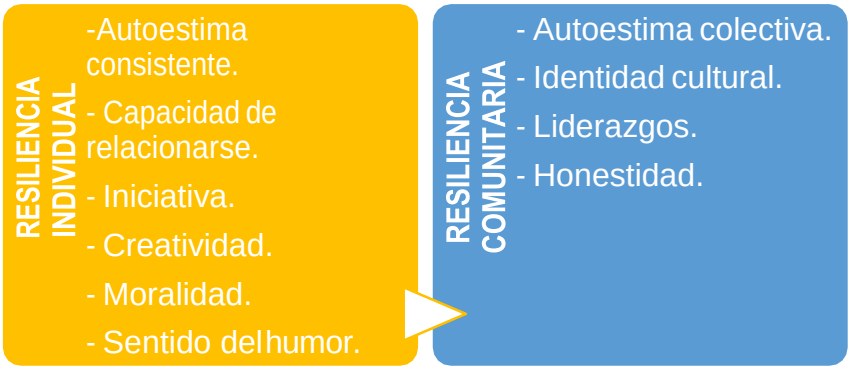
Creatividad. La capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. Fruto de la capacidad de reflexión, se desarrolla a partir del juego en la infancia.

Capacidad de pensamiento crítico. Es un pilar de segundo grado, fruto de las combinación de todos los otros y que permite analizar críticamente las causas y responsabilidades de la adversidad que se sufre, cuando es la sociedad en su conjunto la adversidad que se enfrenta. Y se propone modos de enfrentarlas y cambiarlas (p.129).

Así se entiende que son estas características personales que permiten a los seres humanos sobreponerse ante adversidades de diferente índole considerando siempre el concepto de adaptación positiva o falta de desajustes como un rasgo de resiliencia de los sujetos.

Por ello es importante recalcar que, la naturaleza misma nos ha dotado de mecanismos protectores poderosos para desarrollarlos, que trascienden las fronteras geográficas, étnicas, sociales e históricas, porque están orientados a nuestra condición humana y responden a esas necesidades básicas de afecto, relación, retos y estructuras, así como para participar de una manera significativa, para experimentar el sentido de pertenencia y poder, y por último comprender el sentido de la vida.

Sumado a ello Uriarte (2013) aporta de forma consistente con el resto de investigaciones algunos otros pilares de la resiliencia que se recogen en el siguiente gráfico:



Fuente: La Felicidad es posible
Elaborado por: Diana Pardo Ochoa, 2017.

1.7. El objetivo de la promoción de resiliencia:

En las palabras de Leite, (2013) refiere que:

- ✓ NO es lograr personas resilientes, sino personas y comunidades que, a partir de experimentar de otra manera sus recursos y potencialidades, puedan ganar en autonomía y en integración, así

como en sus posibilidades de acción crítica y transformativa respecto de las adversidades con las que se encuentran.

- ✓ El desarrollo de conductas resilientes dependerá de la calidad de relaciones que establece la persona consigo misma, con los demás y con la cultura comunitaria.
- ✓ Reconocer y ser conscientes de la existencia de los factores de resiliencia individuales y sociales, permite la posibilidad de salir adelante sin necesidad de ampararnos bajo vicios como el paternalismo; la "justificación psicológica", entre otros (p. 5).

1.8. Fuentes interactivas de resiliencia

De acuerdo con (Grotberg 1997). de la Universidad de George Washington, D.C., para hacer frente a las adversidades, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado, los niños toman factores de resiliencia de cuatro fuentes que se visualizan en las expresiones verbales de los sujetos (niños, adolescentes o adultos) con características resilientes: "Yo tengo" (entorno social), "Yo soy" y "Yo estoy" (fortalezas intrapsíquicas, condiciones personales) y finalmente "Yo puedo" (habilidades en las relaciones con otros).

De esta forma Grotberg (1997) presenta un ejemplo de estas fuentes:

> **Tengo:** Personas alrededor en quienes confío y que me quieren incondicionalmente, que me ponen límites para que aprenda a evitar los peligros, personas que me muestran por medio de su conducta la manera correcta de proceder. Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo, que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro, o cuando necesito aprender.
>
> **Soy:** Alguien por quien los otros sienten aprecio y cariño. Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mí afecto; respetuoso de mí mismo y del prójimo.
> **Estoy:** Dispuesto a responsabilizarme de mis actos, seguro de que todo saldrá bien.
> **Puedo:** Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan, buscar la manera de resolver mis problemas, controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien; buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar, encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito (p.242).

Es claro que en todas estas verbalizaciones se encuentran las fuentes generadoras donde aparecen distintos factores que contribuyen en forma positiva el desarrollo de la resiliencia como la autoestima, la confianza en sí mismo y en el entorno, la autonomía y la competencia social.

2. Logoterapia

2.1. Origen

Al respecto asegura la fundadora de la Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia S.C la Dra A. de García (2011):

> La Logoterapia fue creada por el médico y psiquiatra vienés de origen judío Viktor Emil Frankl, quien fue perseguido y capturado al igual que su familia por la Alemania Nacionalista durante la Segunda Guerra Mundial por motivos raciales y religiosos, para ser confinados a los campos de internamiento nazi. Sus padres, hermano, esposa quien estaba embarazada y le practicaron un aborto, perecieron en dichos campos (p. 1).

Frankl (1991) señala que permaneció encerrado durante tres años en estos lugares de hacinamiento en donde la barbarie nazi hacía uso de la violencia física, psicológica, explotación laboral, hambruna, climas extremos, enfermedades, experimentos humanos en vivo en los campos de concentración. Y en los campos de exterminio acontecían asesinatos masivos en cámaras de gas, crematorios, fusilamiento y ahorcamiento, extinguiendo así la luz de la existencia de millones de personas incluidas los niños, adolescentes, hombres, mujeres (algunas gestantes), personas con discapacidades y ancianos.

En este indigno escenario nació la Logoterapia, en el valor y lucha de Viktor Frankl por encontrar un significado al sufrimiento al que había sido sometido junto a sus seres queridos y a pesar de haber padecido un conjunto de enfermedades infecciosas y contagiosas (tifus) Frankl, ayudó a los demás prisioneros de guerra, ofreciendo sus servicios profesionales con la asistencia de sus colegas recluidos, alentándolos con cánticos, poemas, recuerdo de obras teatrales y buen humor que es el componente de supervivencia, en los escasos ratos libres que disponían.

Viktor Emil Frankl después de esta experiencia límite, propaga y extiende esta doctrina terapéutica a nivel mundial. Actualmente la Logoterapia es conocida como la Tercera Escuela Vienesa de Psicoterapia, creada entre los años treinta y cincuenta, parte del movimiento humanista existencial que tiene fundamentos filosóficos. Esta doctrina psicológica proporciona cambios terapéuticos significativos mismos que se puede aplicar de maneras individuales y grupales, así como también en poblaciones infantiles, adolescentes, adultas, tercera edad y psiquiátricas.

2.2. Definición

Para el redactor de la revista Psicología y Mente Fifueroba (2017) La logoterapia es:

> Una psicoterapia que propone que la voluntad de sentido es la motivación primaria del ser humano, una dimensión psicológica inexplorada por paradigmas psicoterapéuticos anteriores, y que la atención clínica a ella es esencial para la recuperación integral del paciente. La logoterapia fue fundada y desarrollada por el psiquiatra vienés Viktor Frankl habla de los valores y el sentido de la vida. Lo que hace Frankl es entender la diferencia de la motivación respecto a la terapia como expresión de su actitud ante la vida y separarlo de su trastorno principal, de su neurosis. Por primera vez usa el término "logoterapia" en 1926 para hablar de su método terapéutico, en una conferencia de la Asociación académica para la psicología médica. Es claro que la concepción de este autor se ve marcada y reforzada por su estadía personal durante varios años en los campos de concentración nazis de exterminio a judíos (p.14).

Viktor Frankl, uno de los principales representantes del análisis existencial. En estas intervenciones, que tienen como objetivo la consecución de significado vital, tuvo una gran influencia la filosofía existencialista, un tipo de terapia con un marcado carácter filosófico que se centra en la búsqueda de significado vital ante el vacío existencial, causante de síntomas psicológicos, emocionales y físicos. De esta forma el autor de esta psicoterapia se centra en que las personas siempre podemos dar un sentido a nuestras vidas, independientemente de las circunstancias en que nos encontremos; esta búsqueda de significado constituye la principal motivación vital. Además, siempre tenemos un cierto grado de libertad, puesto que podemos decidir al menos qué actitud adoptamos ante la adversidad.

Agrega Leite (2013) que sin duda que la logoterapia es actualmente "empleada en el campo clínico, en el ámbito social, educativo y organizacional, porque la Logoterapia es una "Filosofía de Vida" y "Actitud ante la Vida" basada en la Libertad, la responsabilidad, la voluntad, el sentido, la autorrealización y la autotrascendencia" (p.2). Lo que permite que ésta teoría sea puesta en práctica en varios aspectos del contexto social, siempre y cuando se comprendan los aspectos de dicha teoría.

2.3. Fundamentos Filosóficos

Dentro de la logoterapia se tratan tres supuestos filosóficos que son fundamentales para su desarrollo tal como lo explica a continuación Martínez (2014):

- ✓ ***La libertad de voluntad*** (antropología): que explica que todo hombre es capaz de tomar sus propias decisiones, por lo que es libre de escoger su propio destino y no convertirse en una marioneta a merced del mismo, o del inconsciente colectivo (pandeterminismo)

- ✓ ***La voluntad de sentido*** (psicoterapia): expresa la preocupación de Frankl ante los métodos psicológicos enfocados en la percepción del "componente exterior", desvirtuando la idea del animatismo presente en el ser humano que lo hace único ante el reino vegetal y animal (psicologismo)
- ✓ ***El sentido de vida*** (filosofía): que para la Logoterapia es un factor incondicional que no se pierde bajo ninguna circunstancia, pero puede escaparse de la comprensión humana. La Logoterapia es una percepción positiva del mundo (p.35).

Estos supuestos giran siempre en torno al Ser (su esencia). Desde el propio hecho de Ser una persona y tener una esencia, estamos diseñados para construir entornos sociales desde los significados mismas que se reflejan en nuestras acciones diarias, en como amamos, como soñamos, como creemos, como sentimos y hasta como recibimos un insulto u otro tipo de agresión; todo lo que implica la existencia y cómo creo mi existencia, a partir de mi persona.

2.4. Principios Básicos de la Logoterapia

La Logoterapia, por lo general, es incluida dentro la categoría de la psicología humanista, o bien es identificada dentro de la psiquiatría fenomenológica, o la psiquiatría existencial. Sin embargo, en opinión de diversos autores como en el caso de Ortiz, Asencio, Cano y Triglia (2016) aseguran que, la logoterapia es el único de muchos sistemas teóricos que ha logrado desarrollar técnicas psicoterapéuticas propiamente dichas.

Cabe mencionar además que la Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia (2015), aclara que 1994 V.F. contrasta su visión de ser humano con la teoría de necesidades jerárquicas planteada por Maslow. Esto al considerar que la distinción establecida entre necesidades superiores e inferiores olvida que cuando las necesidades inferiores no son satisfechas, se hace más urgente la necesidad de sentido, motivo por el cual no se necesita que dichas necesidades estén satisfechas para acceder a otras de orden superior.

Entonces como esencia de lo explicado se entiende que, la Logoterapia es primero un sistema antropológico creado por un neuropsiquatra el Dr. Viktor Emil Frankl (1905-1997), basado en fundamentos científicos, psicológicos, filosóficos y antropológicos que constituyen una Antropología Filosófica integral cuerpo, mente, espíritu, mundo (Logo-Teoría), desde la cual se deriva un sistema terapéutico de orientación humanista-existencial (Logo-terapia) que se puede aplicar frente a problemas físicos (Médicos), psicológicos, como un método de autoconocimiento, como prevención y acompañamiento; mismos que se revelan a lo largo de este trabajo investigativo.

2.4.1. Visión del Ser Humano desde la Logoterapia

“La logoterapia claramente postula que, el ser humano no está motivado por la búsqueda del placer o el poder, sino que está orientado al sentido de la vida” Frankl. (como se citó en Luna, 2016). El ser humano es el ser en busca de sentido, así la logoterapia busca la autodeterminación de la persona a partir de su responsabilidad, libertad y en el contexto de su mundo de valores y sentido.

Según la explicación que da la Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris (2014) conforme a la logoterapia:

> El ser humano representa un punto de interacción entre tres niveles, y a la vez es una unidad (física, psíquica y noética o espiritual). La unidad del hombre es una unidad a pesar de la multiplicidad de cuerpo y psique y no puede encontrarse la unidad en la dimensión biológica o psicológica, sino que debe buscarse en la dimensión del sentido o espiritual. En lo referente a la dimensión noética corresponde a aquella dimensión específicamente humana del ser humano. Esta dimensión se puede situar frente a lo físico y lo psíquico y se mantiene intacto aún incluso en la enfermedad.(p.4)

Dicho de otro modo, desde esta dimensión de la persona, esta puede adoptar una u otra actitud frente a los condicionantes físicos y psíquicos, aunque la parte física o psíquica enferme, la dimensión espiritual se mantiene sana y es libre para decidir y confrontar estos condicionantes o factores de riesgo a los que se encuentre expuesto.

Queda claro que la logoterapia trabaja con esta dimensión de la persona noética. "El terapeuta ayuda al paciente a ser consciente de esta responsabilidad y el paciente es libre de decidir qué hacer con ella” (Asencio, 2014, p. 11). Así también dentro de la responsabilidad humana expresa Frankl (1992): “Ser persona significa ser absolutamente distinto de todo otro ser, porque sólo hay una oportunidad para cada situación ésta no se volverá a repetir” (p.45). Es decir, el logoterapeuta tiene la función de acompañar al paciente o usuario para que éste pueda ver todo el abanico de posibilidades que tiene ante sí con responsabilidad, considerando al individuo como un ser único, irrepetible, distinto de los demás e insustituible y por ello nadie puede afrontar las tareas de la misma forma en que lo hace uno mismo.

2.4.2. Manifestaciones del espíritu

Fabry (1984) explica al respecto que los fenómenos específicamente humanos son manifestaciones de la dimensión espiritual del hombre y, por tanto, son bases del análisis existencial y la logoterapia. A continuación, se expone alguna de estas manifestaciones.

2.4.2.1. Libertad

Fizzotti (1994) al respecto manifiesta que: “El hombre por su dimensión espiritual es capaz de distanciarse tanto de disposiciones internas como de posiciones externas” (p. 147). Por ello, el hombre es un ser esencialmente libre. Lo espiritual posee libertad partiendo de esa distancia ante situaciones y disposiciones, que posibilita una decisión a favor o en contra de las mismas. La dimensión espiritual y el fenómeno de la libertad son inseparables. Lo espiritual es lo libre en el hombre y la libertad es manifestación de lo espiritual, por tanto, es una característica específicamente humana.

Así mismo Frankl (1986) expresa que: El ser humano, puede decidir libremente sobre su vida gracias a una capacidad no poseída por ningún otro animal, denominada “autodistanciamiento”, que es la capacidad de poner distancia de las situaciones exteriores, de ponernos firmes en relación a ellas; pero somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos” (pg. 19).

Por la libertad, el hombre decide sobre sí mismo y es algo más que un producto de un genotipo y fenotipo. Pero sin esta base natural el hombre no puede ejercer su libertad. En otras palabras, la conducta del hombre no es dictada por sus condiciones (internas y externas) sino por las decisiones que toma. El hombre decide, sea consciente o no de ello, si se resiste a esas condiciones o si se somete. Es por ello que, la logoterapia postula que el carácter representa algo anímico, ante lo que el hombre puede tomar postura: el hombre es libre frente al carácter para construir su propia personalidad, siguiendo unos valores.

2.4.2.2. Responsabilidad

En palabras de Pascual (2002):

> La responsabilidad del hombre se manifiesta, por tanto, en su capacidad de dar una respuesta a los problemas y a las tareas que le vienen dadas a lo largo de la vida, es decir, en la capacidad de realizar significados para la propia existencia (p. 341).

Es así que el poseer sentido de responsabilidad invita al hombre a ser consciente principalmente del presente y de aquellas cosas que se pudieran estar haciendo mal o causando sufrimientos con el fin de enmendarlos, o dicho de otra forma, al ser humano le corresponde estrictamente, decidir su existencia como responsabilidad social, ante su consciencia y ante Dios.

De lo expuesto, la responsabilidad se basa, según Frankl, en la unicidad y singularidad de la existencia humana (ligadas a la transitoriedad e historicidad de la misma y en el carácter trascendente de dicha existencia La logoterapia puede concebirse como una educación destinada a fomentar la responsabilidad: "Toda persona es responsable de realizar, en la medida de sus capacidades, lo que le está encomendado, desarrollar sus potencialidades, sacarle mejor partido posible a su vida y de aprovechar su vida como si se tratase de una gran oportunidad" (Fabry, 1977, p. 69). Hace responsable al hombre de aplicar sus propios principios a su propia situación.

El ser humano es responsable de la respuesta existencial a las preguntas que le plantea la vida, es decir: llevar a cabo las posibilidades de sentido que le ofrecen las diversas situaciones. La libertad y la responsabilidad son los requisitos para encontrar sentido, Pero lo que pueda significar sentido para la persona lo reconocerá ya que ésta yace en su conciencia.

Se comprende también que, la responsabilidad está considerada como la esencia de la existencia humana. Ser humano significa tomar responsabilidad para lidiar con los retos de la vida a través de nuestras acciones y conductas. Según Frankl, no somos nosotros quienes debemos pedir cosas a la vida sino que es la vida la que nos cuestiona en cada momento, por lo que nuestra respuesta debe consistir en conductas y acciones adecuadas, no en palabras.

2.4.2.3. Conciencia

Para Lukas (2002) La conciencia podría definirse la conciencia como: "la facultad de descubrir y localizar ese único sentido que se esconde detrás de cada situación" (pg. 103). De esta forma, el hombre ha de vivir entre la incertidumbre y el riesgo: la conciencia le deja la duda de haber fallado el verdadero sentido, pero el hombre no puede sustraerse al riesgo que corre al obedecer a su conciencia.

Respectivamente Bazzi y Fizzotti (1989) refieren que:

> Así pues, estamos obligados a escuchar la voz de nuestra conciencia que, a su vez, es para nosotros el sitio de escucha desde el cual captamos nuestros ideales, valores y desafíos. Sin embargo, corremos un riesgo enorme cuando seguimos a nuestra conciencia (por propensión al error). Pero por mucho que nuestra conciencia se equivoque debemos obedecerla. La posibilidad de error no nos libera del deber de intentarlo (p. 108).

El hecho de que la conciencia sea falible exige de parte del hombre una actitud de humildad para reconocer que los otros pueden estar en lo cierto mientras que uno mismo puede estar equivocado, pero nadie puede saber si él y no otro es quien la ha encontrado, lo que nos conduce a una responsabilidad y libertad de intentar y movernos siempre a ser y hacer algo más "algo que nos satisfaga como seres humanos espirituales" "algo que nos proporcione sentido de vida"

2.4.2.4. La Voluntad del Sentido

Para Luna (2011) la voluntad del sentido es:

> El eje conductor y la motivación primaria del deseo de significación que inspira y estimula profundamente a la persona a ir más allá de sí misma, hacia un sentido que primeramente debe descubrir y cuya plenitud debe alcanzar. Si la persona no le encuentra un sentido a su vida cae en una crisis existencial. Esta voluntad favorece y afianza a la salud mental (p.149)

De otra forma, es en la que la persona debe sostenerse durante el camino de su existencia para no decaer en la voluntad del placer o del poder que oscurecen su conciencia y fuerza motivacional (su esencia) hacia un significado que aliente su espíritu y vivir a pesar de las circunstancias inevitables que le depare su destino.

Según expresa Frankl (1994) acerca del sentido de vida: "La voluntad de sentido no puede ordenarse, es más bien un acto intencional que no permite una autoimposición. Para que surja debe ofrecerse un objeto; no es un asunto de una minoría intelectual. sino de cada individuo" (p.17). Lo que indica que encontrar el sentido de la vida, no es algo que se pueda lograr mediante disposiciones en el boletín oficial, o por imperativos sociales de autoridad, sino que es una posibilidad asequible para cualquier persona que encuentre la razón u "objeto", con la suficiente dignidad para justificar un verdadero sentido y arrastrar a la voluntad hacia su realización a través de sus valores espirituales.

Al respecto nos explica Bretones (1998):

> La voluntad de sentido es la tensión radical del hombre para hallar y realizar un sentido y un fin y es expresión de la autotrascendencia. Es la necesidad humana de encontrar un sentido a la vida y hacerlo realidad o a aquellas situaciones que obligan al hombre a enfrentarse consigo mismo; el esfuerzo del hombre por el mejor cumplimiento posible del sentido de su existencia (p. 159).

En palabras del propio Frankl (1988): “A este aspecto de la autotrascendencia el hecho fundamental de que el hombre apunte más allá de sí mismo hacia un sentido que primeramente debe descubrir y cuya plenitud debe lograr, suelo describirlo con el concepto de la teoría de la motivación como una ‘voluntad de sentido”’ (p. 22).

La realización del sentido es lo que lleva al hombre a su autorrealización y a su felicidad. En definitiva, la búsqueda fundamental del ser humano no estriba en la búsqueda de felicidad, sino en la de un fundamento para ser feliz. Una vez establecido éste, la felicidad o el placer surgen espontáneamente. Además, la persecución del sentido no sólo hace feliz al hombre, sino que también lo capacha para el sufrimiento. Si es capaz de encontrar el sentido de una situación, por externa que sea, la persona puede aceptar el sufrimiento que conlleva o incluso convertirlo en un logro humano, así como estar preparada para dar la vida, si fuera necesario, por ese sentido.

Es así como lo ratifica Aguirre (2008) quien manifiesta:

> El sentido se encuentra, y el hombre ha de buscarlo y, si lo decide, realizarlo tras encontrarlo. Todo ser humano, consciente o inconscientemente, cree en un sentido. Incluso el suicida cree en el sentido de la muerte. La tarea de la logoterapia será la de despertar la voluntad de sentido, esa tensión para hallarlo y realizarlo, pues, a menudo, permanece latente, en un nivel no explícito. Después, será la persona quien concrete la posibilidad de sentido contenida en la propia existencia. Es decir, la logoterapia ha de posibilitar que el significado destelle por sí mismo y que la voluntad lo quiera. (p.341).

2.4.2.5. Sentido de la vida

En palabras de Frankl (1987):

> La visión antropológica y del mundo se trata de la realización de la posibilidad axiológica reservada a cada individuo. La máxima llega a ser el que eres no significa sólo llega a ser el que puedes y deber ser, sino también llega a ser lo único que puedes y debes ser. No se trata sólo de que yo sea hombre, sino de que llegue a ser yo mismo” (pg. 245).

Según esto, si el sentido de la vida consiste en que el hombre realice su esencia, se comprende que el sentido de la existencia haya de ser concreto y, por tanto, como decíamos antes, referido a la persona individual y a la situación concreta. Por ello, el sentido no se puede dar, sino que debe ser encontrado; ningún hombre puede otorgar sentido a la vida de otro; ningún terapeuta a su paciente, sino que es la propia persona quien ha de encontrarlo.

Puede decirse, entonces, que el sentido de la vida es subjetivo en cuanto que no hay un sentido para todos los hombres, sino que cada uno tiene uno diferente. Así mismo, también es relativo, al estar en relación con una persona concreta y con la situación en que se halla (única e irrepetible). Sin embargo, estas características nos hacen descubrir, al mismo tiempo, la objetividad del sentido: la persona tiene que captar, comprender y realizar el sentido (igualmente único e irrepetible) adecuado a la situación.

El sentido de la vida no se descubre de inmediato, sino que es recomendable su búsqueda gradual lo cual requiere paciencia y flexibilidad. Paciencia porque, a menudo, el sentido de una situación sólo se revelará mucho más tarde y flexibilidad para no buscarlo siempre desde un campo de valores concreto, restringido. La búsqueda de sentido cuenta con dos caminos: trazarse metas a largo plazo y dar pequeños pasos en esa dirección. Se enfatizará uno u otro o se conjugaran ambos según la situación de la persona y sus circunstancias (Acevedo y Battafarano, 2008). Se puede hallar el sentido al responder a la situación del momento y al aceptar tareas sencillas de la vida. En estos mismos cometidos pueden residir misiones más universales.

2.4.2.6. **El Amor**

Diferente al concepto de amor que algunos manejamos en la actualidad Frankl (1994) refiere: “El amor constituye la única manera de aprehender a otro ser humano en lo más profundo de su personalidad. Nadie puede ser totalmente conocedor de la esencia de otro ser humano si no le ama” (p.119). Es decir, que el verdadero amor no se limita ni al aspecto exterior ni psíquico de la persona humana; sino que se debe alcanzar a la persona espiritual profunda y ensamblándose a ella en plenitud espiritual, permitiéndonos establecer un contacto directo y profundo con la dimensión espiritual de la persona que amamos, lo que nos permite descubrir su singularidad y potencialidad.

2.4.2.6.1. La clase de amor para la intervención desde la Logoterapia

Según la explicación obtenida de una de las obras de Frankl (1992) manifiesta que la vivencia de amor frente al consultante o consultantes debe ser un amor responsable, que ayude al ascenso de su libertad y responsabilidad a pesar de lo inevitable, para que de paso a la aproximación existencial del usuario, para examinar su percepción del mundo, para revelar y entender su estructura de ser humano y experiencia, comunicar las experiencias inmediatas y la manera en que cada uno aprecia su existir y ser en el mundo por medio de su interacción con

el entorno, descubrir su autoconciencia que lo diferencia de los animales, enseñarle a experimentar la vida como producto de elecciones conscientes.

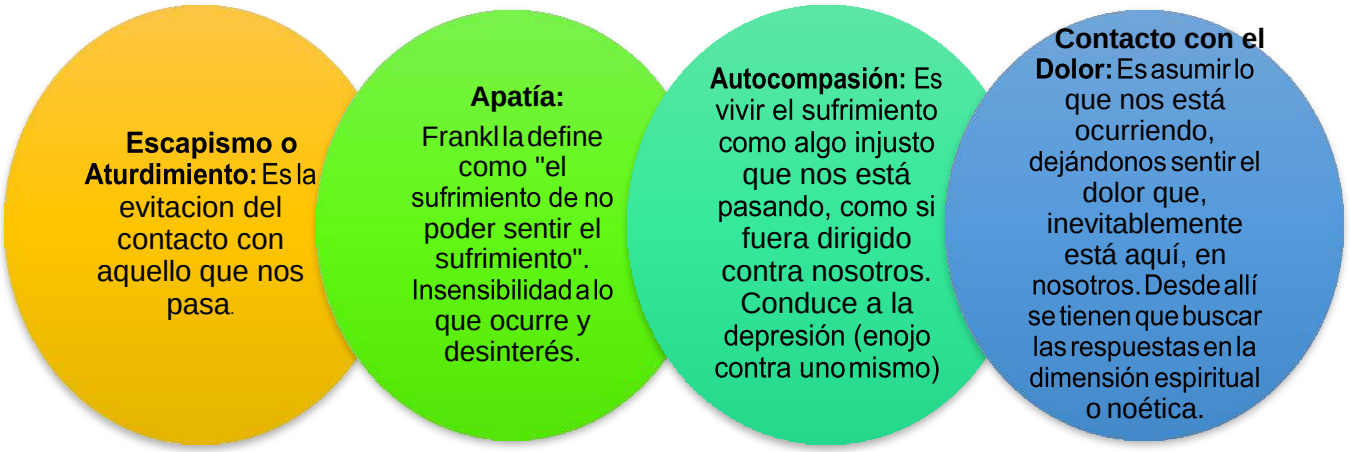
2.4.2.7. El Dolor

En esta línea Fizzotti (1979) dice:

> El dolor pertenece a la esfera más íntima y personal del hombre. El hombre no educado con dolor permanece siempre niño. El crecimiento, la maduración, el enriquecimiento de la vida humana van ligados al dolor y a la respuesta de la pregunta ¿por qué sufrir? y la respuesta no se pronuncia en voz alta con altanería y soberbia, sino que se dice en lo más profundo del corazón, en lo más íntimo del propio ser" (pg. 211).

Entonces se ha de potenciar una educación que haga posible cierta flexibilidad en las escalas de valores de tal forma que la pérdida de un valor no implique e desmoronamiento de la persona (suceso que es frecuente en caso de jerarquías de valor rígidas). Los valores han de descubrirse personalmente; no pueden ser impuestos por una autoridad, moral o física. Además, no se pueden enseñar sino mostrar con la encarnación personal de esos valores. Así, ellos mismos se proponen como modelo a seguir.

La Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia S.C. (2013) se refiere al dolor como: "Algo que es inevitable, inherente e intrínseco en la existencia de la persona. El crecimiento, la maduración y el enriquecimiento de la vida están sujetados al dolor, la persona no educada en el dolor, perdurará en la infancia" (p.5). Así el dolor manifiesta la vulnerabilidad y debilidad del ser humano. Todos los seres humanos hemos vivenciado y vivenciaremos el dolor. Es por ello que a continuación se describen algunas actitudes que pueden mostrar las personas frente al dolor, señaladas en el siguiente gráfico:



Fuente: Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia S.C.
Elaborado por: Diana Pardo Ochoa, 2017

2.4.2.8. El Sufrimiento

Si bien explica Frankl (citado en Noblejas de la Flor, 2016) acerca del sufrimiento: "No es siempre un fenómeno patológico; más que un síntoma neurótico, el sufrimiento puede muy bien ser un logro humano, sobre todo cuando nace de la frustración existencial" (p.1). En otras palabras, a pesar de que los periodos de sufrimiento sean inevitables por ser parte de la vida, ser humano se encuentra en la plena libertad de elegir siempre su actitud frente al sufrimiento, así entonces se refugiará en los brazos del fracaso y de la tristeza o por el contrario trascenderá, así lo ratifica Frankl (1946) en una de sus frases "Todo puede serle arrebatado a un hombre, menos la última de sus libertades humanas: el elegir su actitud en una serie de situaciones dadas, de elegir su propio camino" (p.31).

La Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia S.C (2015) recalca que al dolor hay que afrontarlo con una actitud profunda, digna y responsable, buscándole un sentido que le permita trascender y crecer a la persona; si se le confiere un significado positivo se hace más llevadero. Pero si no se le otorga un sentido al dolor, éste se vuelve árido, cruel y devastador.

2.4.2.9. La presencia ignorada de Dios

Llegados a este punto es necesario retomar el valor del sentido y mucho más de la espiritualidad tal como lo hace Frankl (1983) en su obra El hombre doliente:

> "La interpretación del sentido supone que el ser humano es espiritual" "El hecho antropológico fundamental es que el ser humano remite siempre más allá de sí mismo, hacia algo que no es él, hacia algo o hacia alguien, hacia un sentido. El ser humano se realiza a sí mismo en la medida que se trasciende" (p.45 y 59).

Es indudable que el ser humano logra dotarse del sentido de la vida, en una diversidad de positivas y enriquecedoras actividades culturales, científicas, artísticas, deportivas y otras. Es cierto, por tanto, que existe todo un campo de posibilidades dadoras de sentido, pero también es cierto, que el auténtico y verdadero sentido, el que responde a las exigencias más hondas e íntimas del ser humano, es el sentido que se inspira en la dimensión trascendente de la persona, que no es otro, que el sentido que se funda en Dios como el acto de ser perfecto que posee la plenitud de sentido.

2.4.2.10. La Autotrascendencia

Asencio (2014) apunta constantemente a que la persona está hecha para salir de sí misma y se realiza cuando trasciende su propia realidad y se abre al mundo. Facilita el giro existencial, que "es la disposición personal necesaria para la realización plena del Sentido Existencial, y esta realización sí depende de la persona y su relación dialógica" (Viau, 2015, p.1). Cuando la persona se abre a una situación determinada, esta situación demanda a la persona alentándola a reconocer y actuar conforme a lo solicitado.

"Existencialmente, la situación está en forma permanente preguntándole al ser humano, y en toda situación, éste puede pronunciarse desde su esencia, y dar respuesta de la mejor manera posible" (Rodríguez, 2014, p.3). Al encontrar la persona un sentido a su existir, se siente feliz, adquiere resistencia al sufrimiento y es capaz hasta de dar su vida. La felicidad es la consecuencia indirecta de la autotrascendencia, el ser humano al entregarse con interés afectivo y desinteresado a personas necesitadas o circunstancias admirables va sintiendo felicidad en su existencia, pero si se abre a los demás con la finalidad de conseguir la felicidad, ésta se aparta de él.

2.4.3. Sistema de Valores de la Logoterapia

Todos los seres humanos de una u otra forma desarrollamos un cúmulo de valores que constantemente estamos practicando, al respecto Luna (2011) opina: "La persona vive en tensión, buscando valores y es aquí donde encuentra significados existenciales". En la actualidad, los mensajes sociales proponen una huida del sufrimiento y la búsqueda de la felicidad por caminos independientes del sentido y sobre todo de los valores, por ende, ignora la oportunidad de crecimiento que ofrecen las experiencias difíciles, pues si actúa con autodeterminación y responsabilidad alcanzará la autorrealización y más allá la autotrascendencia.

Del mismo modo Frankl (1991) señala que este sistema de valores debe ser paralelo, pero hay que jerarquizarlos en un mismo nivel de significación, pues si se pierde uno se lo puede suplir por otro. Igualmente, el mencionado sistema le ofrece a la persona la posibilidad de elegir libre y responsablemente, le facilita el diálogo creativo interactivo con el entorno.

Así pues, explica Frankl (1991) que los valores son la base para la búsqueda del sentido de vida o felicidad, y los detalla a continuación:

- ✓ ***Valores de creación:*** Aquellos que tienen que ver con lo que uno hace, tiene que ver con crear, con actuar. Lo que el ser humano aporta al mundo. Es la contribución interna del ser humano al mundo a través de su trabajo, servicio o transformación de la realidad.
- ✓ ***Valores de experiencia o vivenciales:*** Tienen que ver con experimentar, percibir, asimilar, con enriquecerse con lo que el mundo aporta a cada uno. Se los obtiene a partir de lo que el hombre recibe del mundo en forma de experiencia estética, religiosa, arte, verdad y amor.
- ✓ ***Valores de actitud:*** Tienen que ver con la toma de posición ante los condicionantes que no podemos cambiar. Tomando en cuenta las actitudes de compasión, valentía y buen humor de la persona sobre todo frente a circunstancias irremediables, inalterables o irrevocables; su actitud frente a la triada trágica de sufrimiento, culpa y muerte (p.163).

El ser humano encuentra su sentido a través de los valores, puesto que es la dimensión noética del ser humano donde se encuentra la aspiración hacia estos valores; mientras que ciertas conductas pueden revelar la ausencia del sentido de la vida, traduciéndose en la búsqueda desaforada del disfrute inmediato de gratificaciones sensibles es culturalmente letal, como por ejemplo las drogas, el sexo, el alcohol, los juegos de azar, el afán desmesurado de poseer imperativamente los múltiples productos y artefactos que se ofrecen en el mercado y muchos otros.

2.5. Terapia

La metodología logoterapéutica de Frankl se basa principalmente en tratar las enfermedades psíquicas tanto desde un abordaje netamente médico sino más centrado en el diálogo con la persona y notar en ella qué es lo que da sentido a su vida (Castillo, 2016). En general la Logoterapia al ser parte de la psicoterapia existencial concibe a la persona como un ente en constante relación, ya sea con el mundo físico o corporal, o el mundo social e interpersonal, o el mundo personal, íntimo y psicológico, o inclusive con las dimensiones espirituales del mundo, se constituye como un enfoque postmoderno, que acentúa el estudio de la construcción que hacemos cotidianamente de lo que llamamos realidad.

Según la concepción de Gandos (2017) en cuanto a la psicoterapia existencial que "las vicisitudes de cada encuentro terapéutico son tratadas con especial atención, observando aspectos que obstruyan las posibilidades de generar un encuentro auténtico entre cliente y terapeuta o, en el caso de la terapia de grupo, entre todos los participantes" (p.17).

En cuanto al perfil profesional de las y los psicólogos educativos es muy importante poner en práctica la logoterapia como tal ya que como lo manifiesta el mismo Frankl (1963) en su obra Búsqueda de Dios y sentido de vida:

> La educación en la actualidad, ya no puede seguir sus lineamientos tradicionales, sino que debe promover la capacidad de tomar decisiones de manera independiente y auténtica; una conciencia viva y vital es lo único que puede capacitar al hombre para resistir los efectos del vacío existencial, llamado, conformismo y totalitarismo (p.134).

Es claro que él sugiere que en una época en la que nos caracteriza una falta de sentido, la educación ha de poner el empeño no solo en proporcionar ciencia, sino también en afinar la conciencia de manera que la educación sea además una educación a la responsabilidad, donde la tarea de educar sea humanizar, con la esperanza de lograr la tan ansiada salud y transformación del mundo y de la vida; pero sobre todo permitirle al individuo reconocer el sentido concreto de cada situación para que éste elegir responsable y conscientemente. Entonces obtendríamos que el compromiso de la logoterapia se orienta a educar en valores, actitudes y sentido de vida, para hacer del ser humano un ser íntegro.

2.5.1. Tipos de Logoterapia

Lemus (2015) señala que la Logoterapia se puede dividir en:

- ✓ ***Logoterapia específica*:** Trata las problemáticas de crisis existencial, vacío existencial, falta de sentido de vida, sufrimiento, tratamiento a personas en etapa terminal y Neurosis Noógena. Para emplear este tipo de Logoterapia, el terapeuta debe respaldarse en los fundamentos filosóficos y antropológicos planteados por Frankl, pues si éstos no se pueden acompañar a la persona en la búsqueda de sentido de vida, significado del dolor, en el descubrimiento de los valores o significados de una situación determinada, para que la persona tome actitudes positivas y realice elecciones con responsabilidad. La técnica para trabajar este tipo de logoterapia es el diálogo socrático.
- ✓ ***Logoterapia no específica:*** Trabaja con las obsesiones, obsesiones compulsiones, fobias y problemas sexuales, el abordaje de este tipo de logoterapia es muy amplio, por lo que se le puede emplear en diferentes patologías. (p.2).

2.5.2. Características de la logoterapia

Luna (2016) señala que desde los primeros momentos de la aplicación de la logoterapia existen tres características cualificantes que son:

- ✓ ***Centralidad en la persona:*** El terapeuta deja que el consultante tome un rol más activo en la relación terapéutica sin directivismo, como lo propone los fundamentos del diálogo socrático.
- ✓ ***Centralidad de la relación humana:*** Más que las técnicas psicoterapéuticas es el vínculo o relación de aceptación incondicional positiva, comprensión, confianza y el buen trato personal frente al consultante es lo que debe prevalecer; pues genera cambios terapéuticos y sanación. El logoterapeuta y consultante tienen la misma dignidad en la relación terapéutica y esto se constituye en un auténtico encuentro humano.
- ✓ ***Mayeuticidad:*** El rol clínico del terapeuta debe dirigirse a la conciencia del consultante, para estimularlo por medio de preguntas con sentido y llegar a su verdad concreta (p.25).

Dicho de otro modo, la Logoterapia ayuda a humanizar y personalizar al hombre; lo ayuda a lograr su plenitud a partir de una adecuada concepción de hombre como persona en comunidad de personas y el uso adecuado y preciso de los principios, así como de las técnicas que esta ofrece.

2.6. Principales técnicas terapéuticas en la Logoterapia

Las técnicas más destacadas y conocidas que se puede aplicar en la logoterapia según Frankl (1992) son:

La intención paradójica: El terapeuta induce al paciente a intentar voluntariamente aquello que trata de evadir de manera ansiosa; el resultado suele ser la desaparición del síntoma.

La derreflexión: Se anima al consultante a olvidarse de su padecimiento para superar la tendencia a la preocupación y a la hiperreflexión.

El autodistanciamiento: El "compañero existencial" como se le llama al cliente aprende a verse a sí mismo más allá de su padecimiento, con la posibilidad de separar a su neurosis para así apelar a la propia voluntad de sentido para mediante la fuerza de oposición del logos dirigirse a él.

El diálogo socrático: Se pretende ayudar al interlocutor a sacar las verdades que existen en su interior, el terapeuta no induce, manipula o impone su visión, tan sólo promueve el autoconocimiento, ya que el diálogo verdadero es cara a cara.

La modificación de actitudes: Se hace énfasis en comportamientos claves a practicar para más tarde dejar de atender a las actitudes dañinas y poder ver a las nuevas, como motivadores del cambio (p.159).

Si tenemos en cuenta que Viktor Frankl llevó su teoría que ya había comenzado a desarrollar anteriormente a la práctica en un campo de concentración alemán, podremos comprender el porqué de dicha tesis: al desprenderse de todo lo material, de sus logros, de sus problemas, de todo aquello por lo que ha luchado en la vida, comprende que sólo le queda su esencia, su génesis, su logos. De esta forma podrá ver detalles, cualidades, recursos y características de uno mismo que nunca pensó ver o encontrar, se fijará en aspectos de la vida realmente importantes; con el tiempo la persona logrará trascender y ver un verdadero sentido en su vida y se sentirá feliz de estar vivo.

Para ampliar acerca de la intención paradójica Frankl (1984) asegura que la intención paradójica es "un proceso mediante el que el paciente es animado a hacer, o a desear que ocurra, aquello que precisamente teme" (pg. 130). Se trata, en definitiva, de una inversión de la actitud que se tiene con respecto a la fobia: sustituir la intención habitual de rehuir de o luchar contra lo temido, por una intención que parecería "contraria" al sentido común (intención paradójica).

> El miedo patógeno es sustituido por un deseo paradójico (aunque sólo sea por unos segundos), de tal forma que el círculo vicioso de la angustia de expectativa acaba rompiéndose. La función de la intención paradójica es la de poner en movimiento la capacidad humana de auto distanciamiento, de forma que la persona que solicita ayuda pueda objetivar los síntomas y distanciarse de ellos. (Frankl, 1964, p.228).

Es indispensable que comprenda que él no se identifica con sus sentimientos (que lo dominan, sino que puede tomar una postura ante ellos e, incluso, hacerles frente (por el antagonismo psiconoético).

Cuando nos referimos a la derreflexión como técnica logoterapeútica Sirlopú (2001) plantea que:

> El objetivo de esta técnica es activar la capacidad de autotrascendencia del ser humano, conduciéndolo a la búsqueda de un sentido hacia algo o alguien, distinto de sí mismo. La derreflexión resulta ser muy útil en problemas relacionados con el deglutir, hablar, escribir, pensar y dormir. Su efectividad se asienta en hacerle ver al paciente que su problema puede ser contrarrestado si vuelca su atención hacia un tema u objetivo distinto del que lo aqueja. Ilustrativo de esta técnica es el abordaje de los pacientes con insomnio, quienes después de la primera noche que pasan en vela, quedan excesivamente sensibles y pendientes de la tarea de dormir, con lo cual bloquean su sueño.

> Esta intención forzada va a propiciar el efecto contrario que se quiere solucionar, por lo que el terapeuta debe recomendarle que focalice su mente en otras cosas (p. 104).

La atención excesiva o "hiperreflexión", como se la denomina en Logoterapia, puede ser asimismo patógena. La hiperreflexión patógena necesita para ser corregida de una derreflexión. No pocas veces se ha comprobado que para solucionar un síntoma lo único que se requiere es disolver la atención focalmente centrada en dicho síntoma. (Fizzotti, 1942) el bloquear esta natural apertura hacia los demás, curvándose la voluntad de la persona sobre sí misma y sus propios sentimientos afectivos, produce una serie estados anímicos de enfermiza y obsesionante "autoobservación" y excesiva atención consigo mismos. Con la aplicación de la técnica de la derreflexión u olvido de sí mismo, por ello desde la logoterapia se pretende ayudar a aquellos pacientes que han quedado aprisionados y atascados en estos estados patológicos de constante autoobservación.

2.7. Otras técnicas de la logoterapia

Las técnicas o herramientas que nos ofrece la logoterapia son varias y a continuación se dretalla:

2.7.1. Biblioterapia Logoterapéutica

> Consiste en la selección de material de lectura relevante para la situación vital de una persona o grupo, como recurso terapéutico es de gran ayuda para despertar en la persona una respuesta operativa, personal y significativa ante una condición particular. Puede conducir al lector o lectores hacia el descubrimiento de sentidos que aclaren su perspectiva de vida para así resolver sus problemas y vivir con una nueva visión. Su procedimiento se explica en el siguiente gráfico Lectura del cuento o presentación del video cuento (Barberi, 2013, p.2).

Fuente: "Cuentos que curan" Hacia una logoterapia narrativa psicoeducativa.
Elaborado por: Diana Verónica Pardo Ochoa, 2017.

Sin duda la biblioterapia es un valioso recurso que resulta terapéutico cuando se eligen las lecturas adecuadas. No solamente libros que den luz a temas en los que se requiere profundizar durante la crisis como la autoestima, el duelo, las emociones, sufrimiento, duelo, entre otras; sino artículos y frases célebres que inspiran a superarse, continuar la lucha y mantener la esperanza.

2.7.2. Diarios de viaje

Según explica Luna (2015) este diario de viaje es un cuadernillo o libreta donde al final de cada encuentro los participantes describen, voluntariamente, la forma como se sintieron durante la sesión, sus sentimientos y emociones en relación al grupo. La idea es que el diario de viaje recoja las impresiones sentimentales, afectivas, emotivas de las personas, favoreciendo, en especial, la espontaneidad.

2.7.3. Logodrama

De acuerdo al criterio manifestado por Lukas (2013) acerca de la técnica:

> La logoterapia se vale en alta medida del Logodrama, una dramatización realizada por el paciente, pensando que su vida se acaba en ese preciso momento. De esta dramatización surgen planteos usualmente conocidos como "lo que cambiaría si tuviera una segunda oportunidad". Esos cambios

serán puestos en práctica por el paciente para lograr alcanzar su propio "logos" o sentido de su vida (p.7).

2.7.4. Los Círculos de Diálogo Existencial

Según Luna (2016) refiere que:

> Son concebidos como una estrategia de prevención integral que busca promover la comunicación existencial, en contra de la comunicación circunstancial e instrumental, predominante en la sociedad contemporánea y responden a favorecer la catarsis o el desahogo de problemas en las personas, buscar la comunicación existencial para prevenir problemas de soledad y depresión, finalmente servir de "puente" de enlace con otras estructuras donde se efectúe un seguimiento o asesoría más sistemática a la persona (p.36).

Es una metodología de participación, con una guía de temas establecidos de manera programática para la reflexión y comentario en grupo por parte de los participantes.

2.7.5. Grupos de Cuentería

Tal y como afirma Martínez (2015):

> Es un espacio de intervención desarrollado con la intención de esclarecer el panorama existencial del consultante en proceso y facilitar la expresión de lo noético a través del autodescubrimiento y desbloqueamiento de dicha dimensión. Se parte de la metáfora de que "todas las personas escriben historias de su vida", se invita a todas las personas a elegir un "título" para el "Capítulo actual de su vida", luego, se proponen títulos alternativos, que buscan la toma de consciencia u orientación hacia cambios y/o contenidos más positivos. Se elige a una de las personas participantes para que narre una historia de manera libre, con la indicación de que el terapeuta (o algún participante autorizado por este) podrá intervenir en algún momento de la narración para continuar con la narración, cambiando el curso de los acontecimientos o incluyendo elementos que permitan la toma de consciencia y activación de las capacidades noéticas personales (Auto-distanciamiento, autotrascendencia, libertad y responsabilidad, voluntad de sentido, sentido de vida y valores). Luego de dicha intervención, la persona continuará la narración, desde dicho punto (p.13).

Esta dinámica se realizará a lo largo de un tiempo determinado a la par del desarrollo de la historia, siempre y cuando el facilitador haya adquirido el dominio de la técnica para obtener resultados significativos.

2.7.6. Cinelogoforo

Al respecto detalla Martínez (2015) que es una herramienta poco conocida y difundida entre los Logoterapeutas, sin embargo, constituye un recurso potente para el estudio de la

logoterapia, educación, psicoterapia y el análisis existencial. Principalmente consiste en la proyección de una película previamente seleccionada y el debate con un tiempo no menor a 2 ½ a 3 horas, distribuido en 3 momentos diferentes: ***Fase de preparación*** (Correspondiente al trabajo de investigación y análisis ejecutado por el equipo técnico); ***Fase de proyección*** (momento en el cuál se proyecta la película con los fines mencionados: estudio, terapia, educación…) y ***Fase de elaboración*** (momento posterior al film en el cuál se desarrollan acciones concretas para integrar el contenido surgido durante la intervención). Sin embargo, al igual que otras técnicas de la logoterapia dependerá de los objetivos planteados por el terapeuta o facilitar y entorno a ellos la técnica podrá ser modificada.

2.8. Logoterapia a nivel grupal

La Logoterapia Grupal es la aplicación de los fundamentos logoterapéuticos, técnicas y dinámicas de contacto existencial, que preparan la movilización y potenciación de los recursos espirituales destinados a un grupo de personas; "en donde las relaciones de cliente-cliente y terapeuta-cliente colaboran dentro la manifestación de las potencialidades noéticas, la reconciliación con lo psicofísico y en general el cambio, crecimiento o alivio personal" (Martínez, 2015, p. 158). Dando como resultado que la persona tome contacto directo con su dimensión espiritual y ésta acontece en su guía y soporte en el camino de su vida, modificando su cosmovisión centrada en lo negativo y teniendo una actitud positiva y de trascendencia.

Del mismo modo el trabajo grupal desde la Logoterapia se apoya en un verdadero encuentro existencial que promueve la Autotrascendencia y está abierta hacia el logos. En este sentido, la Logoterapia de Grupo no es un espacio para la catarsis exclusiva o el ensimismamiento de las emociones y problemas (Lukas, 2013). Lo que nos lleva a generar un auténtico encuentro que va más allá de la hiperdiscusión de los problemas y temas emocionales, dirigiéndose al tema del sentido de la vida"

2.8.1. Aportes de la Logoterapia a nivel grupal

A su modo, Asencio (2014) destaca que la Logoterapia de Grupo ofrece tres ventajas importantes:

a. Los participantes aprenden que hay personas con problemas similares, pero que también existen otros que pueden dominarlos.

b. Hablar de sus problemas y cosas positivas, facilitando adicionalmente la desinhibición.

c. La posibilidad de aprender de otros la manera de solucionar sus problemas.

d. Generar una cultura del encuentro existencial en donde "yo mismo soy otro".

e. Fomentar la autotrascendencia y la derreflexión.

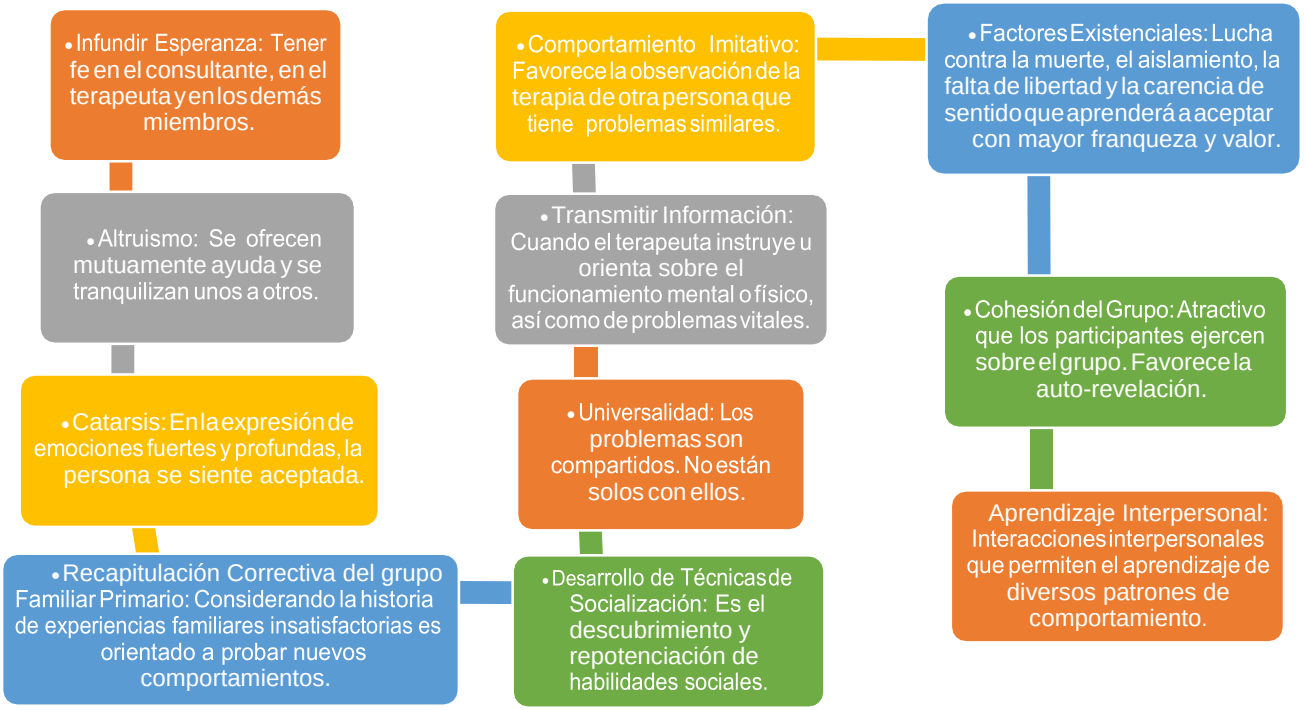
f. Ampliar el panorama axiológico y la posibilidad de captar sentido y valores.

g. Brindar apoyo emocional, alivio, comprensión y sentido de pertenencia (p.5).

2.8.2. Características de la Logoterapia de grupo

Al respecto Signorelli (2016) menciona que la terapia de grupo es una manifestación de la concepción del hombre como ser en el mundo con los otros, que no sólo se relaciona con otro ser sino con múltiples seres que le devuelven con las diversas perspectivas otra mirada de sí mismo, los otros amplían la perspectiva del propio ser y el despliegue de un sinnúmero de posibilidades. La terapia de grupo se constituye en el ser juntos en el amor".

A continuación, se recogen algunas características de la logoterapia grupal según Rispo (2014)**:**



Fuente: Acerca de la logoterapia grupal.

Elaborado por: Diana Verónica Pardo Ochoa, 2017.

Es así que el verdadero sentido de la terapia grupal es vivenciarse cuidado por los demás y descubrir las propias capacidades para cuidar de sí mismo y del otro.

2.8.3. Aportes y metodologías específicas de logoterapia de grupo

Resulta evidente palpar que la logoterapia de grupo, se encuentra en pleno desarrollo, sin embargo, existen diversas metodologías desarrolladas y aplicadas de manera exitosa. En últimos años se han desarrollado diversas metodologías de grupo desde la Logoterapia de Viktor Frankl. Al momento de trabajar de forma grupal Luna (2016) identifica claramente tres grupos que se detalla a continuación.

2.8.3.1. Grupos estructurados

Este manejo grupal se refiere al cúmulo coherente de actividades aplicadas a un grupo de personas y organizadas a través de un ciclo de temas, con objetivos y sesiones preestablecidas, límites y normas definidas, papel del facilitador asignado y esquemas de aplicación específicos. La Logoterapia de grupo estructurada está definida y organizada para su aplicación a través de guías o protocolos preestablecidos en dónde el logoterapeuta es un animador, facilitador y/o profesor que conduce la sesión hacia el cumplimiento de los objetivos propuestos (Luna, 2016). Algunos ejemplos que propone el autor son Círculos de Diálogo Existencial, Círculos de Encuentro y Sentido, Escuela de Vida Vivencial, Red Existencial y talleres Logoterapéuticos para el Desarrollo Humano en Grupo.

2.8.3.2. Grupos Semi-Estructurados

Estos grupos se desarrollan a través de actividades con objetivos preestablecidos, límites y normas definidas, papel del facilitador asignado y esquemas de aplicación específicos. Este trabajo grupal está organizado para su aplicación a través de una metodología previamente definida, pero sin la utilización no concertación de guías, protocolos o ciclos temáticos preestablecidos; en ella el logoterapeuta es un terapeuta de grupo que conduce la sesión hacia el cumplimiento de los objetivos propuestos (Asencio, 2014). es el caso de Encuentros de Acción Vivencial, Escuela de Vida para padres con hijos fallecidos, Grupos Compartidos, Grupos de Cuentería, de Derreflexión, de Meditación, de Reflexión para la Autotrascendencia, Grupos de Sentid y otros más.

2.8.3.3. Grupos No Estructurados o Abiertos

Esta metodología es un encuentro grupal en donde no existen objetivos preestablecidos en la estructura del grupo, ni ciclos temáticos, ni técnicas metodológicas para la dinámica del mismo. En él se desarrollan encuentros en donde a partir de lo vivenciado y compartido en el grupo: se pueden utilizar técnicas de los grupos semi-estructurados o estrategias metodológicas variadas, que dependen y se adecuan a lo surgido durante la sesión. (Asencio, 2014). Es decir, es una sesión de grupo, no estructurada, ni rígida, en donde se utilizan diferentes técnicas entre

ellas: biblioterapia, cuentería, derreflexión,logodrama, ensoñación logoterapéutica, logocanciones, diálogo socrático diarios de viaje y otros que se consideren necesarios.

2.8.4. Recursos complementarios para la logoterapia grupal

Es importante destacar la posibilidad de otros recursos complementarios para el trabajo logoterapéutico en grupo, entre los cuales destacan:

- Biblioterapia: Uso de cuentos, poemas y escritos literarios.
- Logoterapia Narrativa: El uso de la narrativa y escritura como recurso logoterapéutico.
- Cinelogoterapia: Uso del Cine como herramienta logoterapéutica.
- Logoarte: Uso del arte y diversos recursos plásticos, escénicos, dramáticos y lúdicos. (Martínez, 2015, p.11).

Es necesario recalcar que dichos recursos deberán ser utilizados de acuerdo a las necesidades de la población a la que se aplicará y a los objetivos planteados por el terapeuta.

2.9. La Logoterapia y la resiliencia

A saber, de la relación entre estos dos aspectos Barberi (citado por Noblejas, 2016) tienen en común el reconocimiento de los factores protectores y la transformación de los comportamientos negativos en nuevas posibilidades. En tanto que propone la transformación de los valores en ejes de un proyecto comunitario, la resiliencia requiere un marco ético que la logoterapia promueve y favorece al acompañar al ser humano en el descubrimiento de su esencia.

Al respecto afirmamos saber que "si existe realmente algo que permite mantenerse en pie en las peores circunstancias y afrontar aquellos poderes del tiempo que a los débiles les parece tan fuerte y fatal, es precisamente el saber a dónde van, el tener una misión" (Frankl, 1994, p. 44). Es por ello que, asumir tareas colectivas para conocer los problemas reales de personas, grupos o sociedades y trabajar por hallarles solución constituyen las fuentes esenciales para responder a la adversidad y encontrarle sentido.

2.9.1. Orientaciones para afrontar la adversidad

En el estudio realizado por Reyes (2013) donde se muestran los resultados de la intervención en una comunidad terapéutica de personas con problemas de salud mental con la aplicación de la logoterapia de grupo hace referencia a un cúmulo de acciones y posturas que han adoptado los seres humanos en situaciones de dolor, personas que han logrado sobreponerse y responder con dignidad a sufrimientos inevitables.

Fankl (1992) comparte algunos arquetipos propios tras su experiencia en los campos de concentración para mantener la propia dignidad y buscar un sentido en medio de la adversidad y el sufrimiento:

- ***Cultivar la vida interior:*** La persona con una vida interior intensa soporta mejor el sufrimiento. Ante la desolación y el sufrimiento, la persona encuentra refugio en el hecho de poseer un mundo interior rico que le permite contar con un espacio positivo interno frente al exterior negativo y aterrador. En palabras de Frankl (1988), "el daño causado a su ser intimo fue menor: eran capaces de aislarse del terrible entorno retrotrayéndose a una vida de riqueza interior y libertad espiritual" (p. 44).

- ***Tener un espacio para estar con uno mismo en soledad:*** Esta línea de actuación tiene que ver con la anterior porque posibilita el cultivo del espacio interior. Sin espacio ni soledad para mirar dentro, la vida interior resulta más difícil de conseguir (Frankl, 1988).

- ***Optimismo y mantenimiento de la esperanza en la bondad humana:*** Confiar en que la situación que se ésta atravesando se resolverá antes o después y mantener la confianza en la bondad humana son factores importantes para sostener la lucha (Frankl, 1988).

- ***Sentido del humor:*** Tomarse las cosas con humor proporciona distanciamiento de los padecimientos al verlos desde una perspectiva ridícula (Frankl, 1994).

- ***Curiosidad y distanciamiento mental:*** Frankl se plantea observar como científico lo que le esta pasando en el campo de concentración y siente curiosidad.

- ***Imaginación guiada:*** Ayuda a focalizar la atención en imágenes positivas del pasado y a tomar conciencia de que nada puede quitárnoslas (Frankl, 1988).

- ***Prestar atención a la belleza de pequeñas cosas cotidianas y desarrollar mayor sensibilidad ante la belleza del arte y de la naturaleza:*** Buscar manifestaciones artisticas de la naturaleza alivia porque ayuda a tener contacto con la parte bella de la existencia a pesar del sufrimiento (Frankl, 1988).

- ***Proponerse un objetivo:*** Buscar alguna meta futura en la que tener fe es una fuente de motivación, es tener un por qué seguir adelante que proporcionar las claves para encontrar el cómo (Frankl, 1994).

- ***Aprovechar los pequeños golpes de suerte que se observan en relación con lo que acontece todos los días:*** Se trata de los pequeños alivios que se producen en la vida diaria por librarse de alguna incomodidad o conseguir algún pequeño beneficio.
- ***Máxima atención en el momento presente:*** "Lo que realmente es, es en el presente"(Frankl, 1994, p. 50). Así, por ejemplo, los prisioneros del campo de concentración se centraban en la supervivencia inmediata (Frankl, 1988).
- ***Comunicación con otros:*** El sentido del compañerismo y la comunicación de los sentimientos a otras personas aportan momentos especiales, lo que ayuda a salir de la soledad que puede hacer más desesperante el sufrimiento (Frankl, 1988).
- ***EI poder del amor:*** Lo que a Frankl le dio fuerzas para seguir viviendo fue apoyarse en la imagen de los seres queridos. "El hombre desposeído de todo en este mundo todavía puede conocer la felicidad, aunque sea sólo momentáneamente si contempla al ser querido" (Frankl, 1991, p. 46).
- ***Dar sentido al sufrimiento viéndolo como la oportunidad de un logro:*** Se trata de dar sentido al sufrimiento planteándolo como una prueba o un desafío que se ésta experimentando, o bien como la posibilidad de un desarrollo personal (Frankl, 1988, 1994). Que sin lugar a duda es símbolo de trascendencia.
- ***Buscarle sentido a la propia vida***: Principalmente a través de los valores (existenciales, creativos y de actitud). Frankl (1994) relaciona la búsqueda del sentido o "voluntad de sentido" con la motivación que justifique la propia existencia (p.58)
- ***Recordar el valor del pasado:*** El pasado no se puede ya cambiar, esta fijo y permanece en la memoria y en la historia por lo que debemos agradecer que por aquellas circunstancias hoy estamos donde estamos, sabemos lo que sabemos y somos quienes somos. Frankl (1994) nos dice que "el haber existido es la forma más segura de ser" (p. 57).
- ***Asumir la responsabilidad personal:*** Padecer una situación de sufrimiento extremo no es excusa para obviar las responsabilidades. Se refiere también a la responsabilidad con los seres que a uno le esperan en el futuro, motivo por el cual ha de mantenerse con vida (Frankl, 1988). En esta asunción de la responsabilidad personal puede tomarse conciencia y se puede aportar de positivo a la situación que está experimentando.

- ***Mantener la conciencia del amor propio:*** quiere decir está tan profundamente arraigada en las cosas más elevadas y espirituales que nada puede arrebatarla ni viviendo en un campo de concentración" (Frankl, 1988, p. 66).
- ***Tomar conciencia de la libertad interior y de la capacidad de elección:*** El tipo de persona en el que cada uno puede llegar a convertirse es "el resultado de una decisión intima" (Frankl, 1988, p. 66). El planteamiento está estrechamente relacionado con la asunción de la responsabilidad personal. Decidir la actitud que se toma ante lo que se está pasando brinda una posibilidad de realización personal porque constituye una forma de poner en acción la propia libertad interior, o tomar la iniciativa.
- ***Autotrascendencia:*** Tiene que ver con apuntar a algo "más allá de uno mismo". En palabras de Frankl (1986) "la capacidad humana de autotrascendencia denota el hecho de que el ser humano siempre apunta y se dirige a algo o alguien distinto de sí mismo en la medida en que vivimos u expansivamente nuestra autotrascendencia nos convertimos realmente en seres humanos" (p.75-76). Sugiere también "apoyarse en creencias religiosas quienes pertenezcan a una religión determinada" (Frankl, 1988, p. 216). Todas las personas podemos poner en marcha estos u otros recursos interiores del ser humano de orden y espiritual pues contamos con fortalezas y potencialidades para desarrollarnos, en lugar de rendirnos, en situaciones de adversidad.

Por consiguiente, la logoterapia acompaña al ser humano en la indigencia espiritual y favorece así, la búsqueda de sentido en la vida y vivir de acuerdo a su escala de valores o sus fortalezas, ya que son experiencias y potencialidades intransferibles de cada ser humano por el valor y la posibilidad de desarrollo trascendental.

f. METODOLOGÍA

Diseño y enfoque de la investigación

El diseño de investigación es pre-experimental, porque no se cuenta con un grupo de comparación, sino que se busca medir la variable (resiliencia) antes y después de aplicar programa psicoeducativo (estímulo) para observar resultados sobre el grupo de adolescentes de décimo año de educación general básica de la Escuela "18 de Noviembre"; con un enfoque cuantitativo, porque a partir de la información recolectada por medio de la escala de resiliencia, se procede a realizar un conteo expresado en números y cantidades estadístico que permiten establecer los respectivos porcentajes y posteriormente realizar el análisis e interpretación correspondiente en cuanto a la capacidad de resiliencia que posee cada adolescente así como la eficacia de las técnicas grupales de logoterapia. Desde lo empírico se emplea la modalidad descriptiva y explicativa; su propósito es caracterizar ciertas cualidades resilientes presentes en los individuos, especificar sus propiedades, rasgos o tendencias; así como las técnicas grupales de la logoterapia que se pueden llevar a cabo para dar solución al problema en los individuos investigados.

Métodos y Técnicas de la investigación

En la investigación se hace necesario imprimir un carácter científico para lo que es imprescindible la aplicación de métodos y técnicas que contribuyen a validar los resultados obtenidos, desde el nivel teórico se asumen como métodos para la investigación:

Ψ **Método científico:** Se lo utiliza principalmente en la obtención de datos fidedignos que permitan describir cada una de las variables de la presente investigación.

Ψ **Método Descriptivo:** Se lo utilizó fundamentalmente para hacer una observación de la resiliencia y de la logoterapia, evaluar los datos obtenidos, para demostrar los resultados del nivel de resiliencia que poseen los adolescentes de la Escuela "18 de Noviembre" y con ello dar cumplimiento a los objetivos del presente trabajo.

Ψ **Método analítico-sintético**: Se pretende hacer un análisis e interpretación de los resultados estadísticos a partir de la escala de resiliencia aplicada a los adolescentes investigados, en las fases de evaluación pre-test y pos-test, para obtener las conclusiones de la intervención psicoeducativa.

Ψ **Método inductivo-deductivo:** Abre camino al estudio y asimilación de las características, factores de riesgo y de protección a los que están expuestos los adolescentes de décimo año

en edades entre 13 y 15 años, como también de las técnicas logoterapeúticas, la comprensión de las generalidades como de las particularidades que permitirán fortalecer dichos niveles la resiliencia en los adolescentes estudiados.

Desde el nivel práctico:

Las técnicas empleadas. Las técnicas permiten dirigir los procesos mentales y la actividad práctica hacia la ejecución de los objetivos formulados en la investigación, para lo cual se utilizó la siguiente técnica:

Ψ **Observación:** Se la utilizará desde el primer encuentro existencial con los adolescentes lo cual permitirá recopilar datos que indiquen su predisposición a los encuentros grupales y a su vez evidenciar diferentes aspectos o características a fortalecer a través de las técnicas grupales de logoterapia.

Ψ **Técnica Psicoterapéutica Grupal:** basada en logoterapia grupal que resalta la dimensión espiritual de la persona como el sustento de la existencia humana, guía del sentido de vida y altruismo.

Instrumento utilizado

Ψ **Escala de Resiliencia (ER):** De Wagnild y Young que tiene por objetivo medir el nivel de resiliencia individual, considerada como una característica de personalidad positiva que permite la adaptación del individuo; **la Escala consta de 25 reactivos, respecto de los cuales las personas deben indicar el grado de aprobación o desaprobación y está conformada por dos factores, cada uno de los cuales refleja la definición teórica de resiliencia.** Dicha escala se la puede aplicar a personas en etapas adolescentes y adultas, sin tiempo límite de aplicación y criterios para su calificación respectiva.

Ψ **Ficha de participación de talleres:** Será una ficha elaborada por la investigadora en la que constará los nombres de los estudiantes y frente a ellos las conductas más destacada y observables en el transcurso de cada sesión de trabajo.

Población y muestra

El escenario en el que se va a llevar a cabo la investigación lo constituye la Escuela “18 de Noviembre”. La población responde a 612 estudiantes de dicha institución; mientras que la muestra de tipo no probabilística que son 35 estudiantes pertenecientes al décimo año de

educación general básica, de la sección vespertina quienes muestran niveles bajos de resiliencia.

Procedimiento

La selección de los informantes fue constituida por los docentes de todas las asignaturas y tutores de los adolescentes investigados, y que fueran personas que no tuvieran impedimentos para cooperar activamente en la investigación. Se les aplica los instrumentos a 35 estudiantes cuyas edades oscilan entre 13 y 15 años.

Se procede con la fase del pre-test que consiste en la aplicación del instrumento de diagnóstico, se aplica la escala de resiliencia (ER) a los estudiantes del décimo año de educación básica sección vespertina en el aula correspondiente en una jornada académica, de la cual se obtienen los niveles de resiliencia que posee cada uno de ellos y los mismos que se pueden oscilar entre alta, media, media alta y alta. Es así que, la recolección de los datos obtenidos se procesa a través del método manual simple y el estadístico utilizado, el análisis porcentual. Se confeccionarán tablas al respecto para su expresión e interpretación gráfica. Seguido de ello, se procede con la elaboración de la propuesta en donde se plasman 28 sesiones logoterapéuticas grupales con la constante de promover espacios donde los estudiantes logren expresar sus emociones y sentimientos de forma libre y responsable, cada sesión tendrá una ejecución de 40 a 120 minutos aproximadamente y se considerará en cada una de ellas la introducción, desarrollo de la actividad y cierre, se considera mayoritariamente herramientas logoterapéuticas como logoarte, bibliologoterapia, cinelogoterapia, círculos de diálogo existencial, entre otras. Se da cumplimiento a cada sesión previamente planificada y al finalizar las 28 sesiones se realizará el pos-test que consiste en la aplicación de la escala de resiliencia (ER) a fin de determinar si las técnicas grupales de logoterapia son efectivas o no para fortalecer la resiliencia en los adolescentes.

RECURSOS

Humanos

El personal humano que participa en la investigación son los siguientes:

- Investigadora.
- 35 adolescentes estudiantes del décimo año de educación básica de la Escuela “18 de Noviembre” sección vespertina.
- Autoridades de la entidad educativa.

Materiales

Los materiales que se utilizaran para la recopilación de la información necesaria para el desarrollo del presente proyecto investigativo son los siguientes:

Ψ Copias de la escala de resiliencia (ER).

Ψ Computadora.

Ψ Impresora.

Ψ Flash Memory.

Ψ Esferos.

Ψ Cámara fotográfica.

Ψ CD.

Institucionales

Ψ Bibliotecas públicas y biblioteca de la universidad.

g. CRONOGRAMA

TIEMPO	2017																												2018																											
	Abr				May				Jun				Jul				Ago				Nov				Dic				Ene				Feb				Mar				Abr				May				Jun				Jul			
ACTIVIDADES	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Selección del tema, desarrollo de la problematización, formulación de objetivos																																																									
Consultas bibliográficas para el Marco teórico																																																									
Redacción de la metodología preparación de técnicas y selección de Instrumentos de investigación																																																									
Planificación de la propuesta de intervención.																																																									
Elaboración de cronograma, presupuesto, bibliografía y anexos																																																									

Presentación del proyecto de tesis, solicitud pertinencia del proyecto
Designación de director de tesis
Construcción de preliminares. Elaboración de la revisión de literatura. Normas APA. Correcciones de la Revisión de literatura
Construcción de materiales y métodos para la investigación
Aplicación de la propuesta de intervención
Construcción de resultados y de la discusión.
Construcción de conclusiones y recomendaciones.

Elaboración de resumen en castellano e inglés y de la introducción																																																								
Redacción de la bibliografía. Organización de anexos.																																																								
Redacción del informe final de tesis. Presentación, revisión y correcciones de la tesis.																																																								
Estudio y calificación privado																																																								
Sustentación pública																																																								

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

No. de Aspectos	CONCEPTO	EGRESOS
	INGRESOS	
	Aportes personales del estudiante para investigar	
1	Diseño del proyecto	**50**
2	Desarrollo de la investigación	**150**
	GASTOS CORRIENTE/GASTOS	
	BIENES Y SERVICIOS DE CONSUMO	
3	Material de Oficina (Computadoras, Flash memory, hojas)	**1200**
4	Uso del Internet	**50**
5	Impresión	**60**
	Servicios generales	
6	Difusión del taller, información, publicidad	**50**
7	Transporte	**30**
8	Materiales didácticos	**200**
9	Libros (bibliografía)	**80**
	TOTAL DE INGRESOS Y EGRESOS	**1.870**

i. BIBLIOGRAFÍA

Acevedo, G., & Battafarano, M. (2008). *Conciencia y Resiliencia.* Buenos Aires: San Pablo.

Aguirre, F. (2008). *Logoterapia, la terapia en busca de sentido.* Argetina: San Pablo.

Arias, F. M. (2013). Resiliencia y rendimiento académico. Quito, Pichincha, Ecuador.

Asencio de García, L. (20 de Diciembre de 2014). *Logterapia.com.mx.* Obtenido de Fundamentos teóricos de la Logoterapia: http://www.logoterapia.com.mx/publicaciones/libros-texto/fundamentos/teoricos/de/la/logoterapia/htmlx-3%

Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris. (22 de Febrero de 2014). *Bkwsu.org.* Obtenido de Hablar de Viktor Frankl es hablar de Espiritualidad: http://bkwsu.org/media/spain/reflexiones/Espirtualidad/logoterapia%pdf/html

Bazzi, T., & Fizzotti, E. (1989). *Guía de Logoterapia: Una puerta abierta al dolor.* Barcelona: Herder.

Bretones, F. (1998). *Logoterapia: Apelación a la vida como tarea.* Buenos Aires: San Pablo.

Cano, C. (17 de Junio de 2016). *Psicopsico.com.* Obtenido de Logoterapia tendencias: http://psicopsi.com/Introduccion-Logoterapia-tendencias/html

Castillo, F. (28 de Mayo de 2016). *Psicopsi.com*. Obtenido de Conceptos básicos de logoterapia: http://psicopsi.com/Obras-Frankl-Segunda-Parte-Conceptos-basicos-de-logoterapia

Charcas, R. (2014). Slideshare.net. *Métodos de Investigación.* Obtenido de: https://es.slideshare.net/luisrx9/mtodos-de-investigacion

Cravino, L. (2008). *La Resiliencia como adjetivación del proceso de desarrollo.* Madrid: Cenamin.

Cyrulnik, B. (2015). *El amor que nos cura. Segunda edición*. México: Gedisa.

Delval, J. (1999). *Desarrollo Humano.* Madrid: Siglo XXI.

Dubini, G. (2010). *DSpace.com.* Obtenido de palermo.edu: https://dspace.palermo.edu:8443/xmlui/handle/10226/422

Erausquin C., Denegri A. y Michele J. (2014). Estrategias y modalidades de intervención psicoeducativa: historia y perspectivas en el análisis y construcción de prácticas y discursos. Material Didáctico Sistematizado.

Fabry, J. (1977). *La Antropología de Víktor Frankl: Introducción a la Logoterapia.* México: Fondo de Cultura Económica.

Fbry, J. (1984). *La búsqueda de significado. La logoterapia aplicada a la vida.* México: Fondo de Cultura.

Figueroba, A. (2017). Logoterapia. *Psicoligía y Mente*, 14.

Filipi, G. (2000). *La pobreza desde la mirada de la Resiliencia.* Madrid: Eudeba.

Fizzoti, E. (2013). *Descubrir un sentido, aspirar a un ideal.* Vigésima segunda edición. México: LAG.

Fizzotti, E. (1942). *Las raíces de la logoterapia. Escritos juveniles.* Buenos Aires: San Pablo.

Fizzotti, E. (1994). *Para ser libre: Logoterapia Cotidiana.* Madrid: San Pablo.

Frankl, E. (1991). *El hombre en busca de sentido.* Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (1893). *El Hombre Doliente. nueva edición.* Viena: Herder.

Frankl, V. E. (1946). *El hombre en busca del sentido.* Alemania: Beacon Press.

Frankl, V. E. (1964). *Teoría y terapia de la neurosis.* Madrid: Gredos.

Frankl, V. E. (1984). *Ante el vacío existencial: hacia una humanización de la psicoterapia.* Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (1986). *Ante el vacío Existencial.* 1986: Herder.

Frankl, V. E. (1988). *La Voluntad del Sentido.* Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (1989). *La idea psicológica del hombre* . México: RIALP.

Frankl, V. E. (1992). *El Hombre en busca del sentido Duodécima edición.* Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (1992). *La psicoterapia y la dignidad de la existencia.* Argentina: Almagesto.

Frankl, V. E. (1994). *El Hombre Doliente 3ra Ed.* Barcelona: Herder.

Frankl, V., & Pinchas, L. (1963). *Búsqueda de Dios y sentido de la vida: Diálogo entre un tanatólogo y un psicólogo.* San Diego: Herder.

Grotberg, E. (2001). Los siete hábitos de la gente altamente efectiva. *Ciencia y Técnica*, 11.

Guillén de Maldonado , R. (enero de 2014). *Scielo.org.bo*. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-06752005000100011

Gullén, R. (2008). Resiliencia en adolescentes. *Revista de la sociedad Boliviana de Pediatría*, 5.

INEC. (2017). *Población y demografía del Ecuador.* Ecuador: INEC.

Jaramillo , J. A. (2010). Instrumento de resiliencia adolescente. Cuenca, Azuay, Ecuador.

Jiménez, R. (26 de Mayo de 2015). *Dspace.unl.edu.ec.* Obtenido de Programa Psicoeducativo para potenciar la resiliencia en estudiantes: http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/13687/1/Tesis%20Rubia%20Estrella.pdf

Kotliarenco, A., Grotberg, H., & Munist, T. (2011). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolesctenes.* Washinton: OPS.

Kotliarenco, M. A. (1997). *La Resiliencia como adjetivación del proceso de desarrollo infantil.* México: CEANIM.

Leite Dos Santos, L. (12 de Octubre de 2013). *Psicologiaymente.com.* Obtenido de Resiliencia: salud y sentido: https://psicologiaymente.com/Recursos/resiliencia/Salud_y_sentido_201202.pdf

Lemus de Vanek, M. T. (07 de Septiembre de 2015). *Logoforo.com*. Obtenido de tipos de logoterapia aplicadas a procesos de crisis: http://logoforo.com/tipos-de-logoterapia-aplicadas-a-procesos-de-crisis/

Lukas, E. (2002). *También tu sufrimiento tiene sentido.* México: LAG.

Lukas, E. (24 de Abril de 2013). *Logoforo.com.* Obtenido de Psicología Espiritual: http://logoforo.com/psicologia-espiritual-elisabeth-lukas/

Luna, A. (19 de Diciembre de 2010). *Logoforo.com*. Obtenido de Sentido y Espeanza: http://logoforo.com/sentido-y-esperanza-objetivos-de-la-logoterapia-para-nuestra-epoca/

Luna, A. (2016). *Una nueva mirada a la Logoterapia.* Barcelona: Casals.

Manjón Flores, A. (29 de Mayo de 2017). *www.repositorio.umsa.bo.* Obtenido de Nivel de resiliencia en relación a la intervención logoterapeútica con adolescentes del centro Educativo Santa Cruz: http://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/11226/MFMA.pdf?sequence=1

Martínez , E. (2015). *Las psicoterapias existenciales.* Colombia: Manual Moderno.

Martínez Romero, J. (31 de Marzo de 2014). *Logoterapiagalicia.blogspot.com.* Obtenidode Supuestos filisóficos de logoterapia : https://logoterapiagalicia.blogspot.com/2014/03/supuestos-filosoficos-de-logoterapia.html

Maturana, H. (2001). *Como crecer superando los percances.* Madrid: BICE.

Muñoz Garrido, V. (2015). Educar para la resiliencia: Un cambio de mirada a las situaciones de riesgo social. *Revista Comultense de Educación Vol.16*.

Noblejas de la Flor, M. Á. (20 de Mayo de 2016). *www.logoterapia.com.mx.* Obtenido de Logoterapia: una ayuda para afrontar la adversidad: http://www.logoterapia.com.mx/publicaciones/revista-mexicana-/logoterapia-una_ayuda_para_afrontar%la_adversidad/mxl

Ortiz Frida, García María del Pilar. Metodología de la Investigación. Editoral Limosa. México(2005).

Ortiz, F. (2 de Abril de 2015). *Logoterapiayanalisisexistencial.com.* Obtenido de Breve introducción a la logoterapia: http://lalogoterapia.com/una-breve-introduccion-a-la-la-logoterapia-como-psicoterapia/

Paredes, E. & Díaz del Castillo. (2015). *Más allá del enfoque logoterapéutico.* Editorial. Herder. Argentina

Pascual, F. (2002). Viktor Frankl y la Voluntad del sentido. *Revista de cultura católica*, 341.

Pérez, G. (1996). Escribid.com. *La modelación como método científico.*Obtenido de: https://es.scribd.com/doc/96367818/La-Modelacion-como-metodo-cientifico-2

Pulgar Suazo, L. (2010). *ubiobio.cl.* Obtenido de http://cybertesis.ubiobio.cl/tesis/2010/pulgar_l/doc/pulgar_l.pdf

Quintero, A. (2003). *La resiliencia: Un reto para el trabajo social.* Madrid: Siglo XXI.

Reyes Portocarrero, B. (2013). Aportes de la Logoterapia de grupo a la práctica clínica en la comunidad terapéutica. *Logoterapia Hoy Revista éruana de Logoterapia clícnica y enfoques afines*, 8-12.

Rispo, P. (18 de Marzo de 2014). *www.logoforo.com.mx*. Obtenido de Los médicos del almas: http://www.logoforo.com.mx/221402-los-medicos-de-almas

Robles, F. (2013). *WordPress.com*. Metodo inductivo deductivo. Obtenido de: https://filotecnologa.wordpress.com/tag/metodo-inductivo-deductivo/

Rodríguez Fernández, M. I. (2014). Análisis existencial de la Logterapia. *Logoforo Revista Mexicana*, 3.

Rutter, S. (1992). *Desarrollo de la resiliencia y su importancia.* Obtenido de BICE.com: http://www.bice.com/desarrollo/de/la/resiliencia/y/su/importancia2.shtml

Signorelli, S. (2016). Logoterapia Hoy y su aplicación en la psicoterapia. *Revista Peruana de Logoterapia Clínica y enfoques afines*, 13-14.

Sirlopú, D. (2001). *Consideraciones de Frankl a la psicoterapia.* Santiago de Chile: Planeta.

Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia S.C . (14 de Agosto de 2013). *Logoterapia.com.mx*. Obtenido de Logoterapia: http://www.logoterapia.com.mx/

Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia S.C. (25 de Octubre de 2015). *logoterapia.com*. Obtenido de La logoterapia en los albores del siglo XXI: http://www.logoterapia.com.mx/publicaciones/revista-mexicana-logoterapia/logoterapia-albores-del-siglo-xxi

Suárez, N. (2007). *Resiliencia, tendencias y perspectivas.* México: Unla.

Triglia, A. (25 de Abril de 2016). *Psicologíaymente.net.* Obtenido de Logoterapia: Su padre Viktor Frankl: https://psicologiaymente.net/logoterapia/su-padre/viktor-frankl/29/6=1_/html

Ugarte, R. (Agosto de 2006). *Venumperu.com.* Obtenido de La familia como factores de riesgo, protección y resiliencia: http://www.venumperu.com/friesgo_cap5_p130_169.pdf

Uriarte Arciniega, J. (2013). La felicidad es osible: resiliencia personal y comunitaria. *Universidad del País Vasco*.

Uriarte, J. (2010). *addi.ehu.es.* Obtenido de Una mirada hacia la resiliencia https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/7215/Psicodidactica%2011%281%29%20-%207-24.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Viau, G. (28 de Noviembre de 2015). *www.slideshare.net*. Obtenido de Logoterapia lo mejor del ser humano: https://es.slideshare.net/GerardoViau/logoterapia_lo_mejor_del_ser_humano%/-segn-viktor-frankl

Yagosesky, R. (18 de Marzo de 2011). *Gestiopolis.com.* Obtenido de Claves para el desarrolo de la resiliencia: https://www.gestiopolis.com/claves-para-desarrollo-resiliencia/

TEST DE EVALUACIÓN DE RESILIENCIA

A continuación, lea las siguientes declaraciones, donde usted encontrará 7 números que van desde el “1” (Totalmente desacuerdo) a “7” (totalmente en de acuerdo). Marque el número que mejor indica sus sentimientos sobre esa declaración. Por ejemplo, si usted está totalmente en desacuerdo con una declaración marque “1”. Si usted es neutral, marque “4”, y si usted está de acuerdo fuertemente marque “7”. No existen respuestas buenas o malas

¿Que mide este test?

Este test medirá las dimensiones internas de resiliencia del entrevistado, las cuales son “aceptación de sí mismo” y “competencias personales”. Son 25 afirmaciones, 8 referidas a “aceptación a sí mismo” y 17 a “competencias personales”, todas ellas planteadas a través de una escala likert del 1 al 7.

¿Cómo hacer la evaluación de los resultados?

Para obtener los resultados deberás realizar lo siguiente: Contabilizar los puntos que obtuvo, ese resultado dividirlo por 25. Y el resultado final deberás ubicarlo en la siguiente escala

Nivel de Resiliencia:

Bajo = de 1 a 2,59 puntos

Medio = de 2,6 a 4,09 puntos

Medio Alto = de 4,7 a 5,59 puntos

Alto = de 5,6 a 7 puntos

ESCALA DE RESILIENCIA

Nº	Ítem	Totalmente en Desacuerdo	Muy en Desacuerdo	Un poco en Desacuerdo	Neutral	Un poco de Acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de Acuerdo
1	Cuando hago planes persisto en ellos	1	2	3	4	5	6	7
2	Normalmente enfrento los problemas de una u otra forma	1	2	3	4	5	6	7
3	Soy capaz de depender de mi mismo más que otros	1	2	3	4	5	6	7
4	Mantener el interés en las cosas es importante para mi	1	2	3	4	5	6	7
5	Puedo estar sólo si es necesario	1	2	3	4	5	6	7
6	Siento orgullo por haber obtenido cosas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
7	Normalmente consigo las cosas sin mucha preocupación	1	2	3	4	5	6	7
8	Me quiero a mi mismo	1	2	3	4	5	6	7
9	Siento que puedo ocuparme de varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido en las cosas que hago en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez pienso sobre por qué suceden las cosas	1	2	3	4	5	6	7
12	Hago las cosas de una, cada día	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo superar momentos difíciles porque ya he pasado por dificultades anteriores	1	2	3	4	5	6	7
14	Soy disciplinado en las cosas que hago	1	2	3	4	5	6	7
15	Mantengo el interés en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16	Normalmente puedo encontrar un motivo para reír.	1	2	3	4	5	6	7

17	Creer en mí mismo me hace superar momentos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18	En una emergencia, las personas pueden contar conmigo.	1	2	3	4	5	6	7
19	Normalmente trato de mirar una situación desde distintos puntos de vista	1	2	3	4	5	6	7
20	A veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera hacerlas	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene significado	1	2	3	4	5	6	7
22	No me quedo pensando en las cosas que no puedo cambiar	1	2	3	4	5	6	7
23	Cuando estoy en una situación difícil normalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo energía suficiente para lo que necesito hacer	1	2	3	4	5	6	7
25	Es normal que existan personas a las que no les caigo bien	1	2	3	4	5	6	7

Firma

Firma de la investigadora

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

Archivo Fotográfico

Pret-test

Cinelogoforo

Expresión de sentimientos
a través de una carta

Ejercicios de Imaginería

Diarios de Viaje para expresar sentimientos y emociones (antes, durante y después de la sesión)

Círculos de Diálogo Existencial (CDE)

Actividades de confianza

Actividades de Habilidades Sociales

Actividades de Iniciativa

Actividades de Introspección

Habilidades Sociales

Cinelogoforo

Reflexión-Introspección

Clausura del Programa Psicoeducativo basado en Técnicas Logoterapéuticas

ÍNDICE

PORTADA i

CERTIFICACIÓN ii

AUTORÍA iii

CARTA DE AUTORIZACIÓN iv

AGRADECIMIENTO v

DEDICATORIA vi

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO vii

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS viii

ESQUEMA DE TESIS ix

a. TÍTULO

b. RESUMEN 2

ABSTRACT 3

c. INTRODUCCIÓN 4

d. REVISIÓN DE LITERATURA 7

Técnicas de Logoterapia 7

Definición 8

Aspectos Filosóficos 9

Principios Básicos 10

Visión del Ser Humano desde la Logoterapia 12

Manifestaciones del espíritu según la Logoterapia 12

Sistema de Valores de la Logoterapia 14

Tipos de Logoterapia 15

Principales técnicas de la Logoterapia 15

Logoterapia a nivel grupal 17

Características de la logoterapia de grupo 17

Aportes y metodologías específicas de la Logoterapia de grupo 18

Recursos complementarios para la logoterapia grupal 18

Orientaciones para afrontar la adversidad 19

Programa psicoeducativo 20

Resiliencia 22

Antecedentes 22

Definición 24

Desarrollo de la resiliencia 25

Resiliencia en la adolescencia 26

Características de las personas resilientes 27

Factores de riesgo y protección 28

Pilares de la resiliencia 29

e. MATERIALES Y MÉTODOS 31

f. RESULTADOS 38

g. DISCUSIÓN 45

h. CONCLUSIONES 51

i. RECOMENDACIONES 52

➢ PROPUESTA DE INTERVENCIÓN 53

j. BIBLIOGRAFÍA 65

k. ANEXOS 68

a. TEMA 69

b. PROBLEMÁTICA 70

c. JUSTIFICACIÓN 73

d. OBJETIVOS 74

e. MARCO TEÓRICO 75

f. METODOLOGÍA 112

g. CRONOGRAMA 116

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO 118

i. BIBLIOGRAFÍA 119

ÍNDICE 133