



# La promoción de la resiliencia en el vínculo establecido entre adolescentes y educadores en la práctica psicomotriz educativa

Alexandra Moreno Pinho

**ADVERTIMENT.** La consulta d'aquesta tesi queda condicionada a l'acceptació de les següents condicions d'ús: La difusió d'aquesta tesi per mitjà del servei TDX ([www.tdx.cat](http://www.tdx.cat)) ha estat autoritzada pels titulars dels drets de propietat intel·lectual únicament per a usos privats emmarcats en activitats d'investigació i docència. No s'autoritza la seva reproducció amb finalitats de lucre ni la seva difusió i posada a disposició des d'un lloc aliè al servei TDX. No s'autoritza la presentació del seu contingut en una finestra o marc aliè a TDX (framing). Aquesta reserva de drets afecta tant al resum de presentació de la tesi com als seus continguts. En la utilització o cita de parts de la tesi és obligat indicar el nom de la persona autora.

**ADVERTENCIA.** La consulta de esta tesis queda condicionada a la aceptación de las siguientes condiciones de uso: La difusión de esta tesis por medio del servicio TDR ([www.tdx.cat](http://www.tdx.cat)) ha sido autorizada por los titulares de los derechos de propiedad intelectual únicamente para usos privados enmarcados en actividades de investigación y docencia. No se autoriza su reproducción con finalidades de lucro ni su difusión y puesta a disposición desde un sitio ajeno al servicio TDR. No se autoriza la presentación de su contenido en una ventana o marco ajeno a TDR (framing). Esta reserva de derechos afecta tanto al resumen de presentación de la tesis como a sus contenidos. En la utilización o cita de partes de la tesis es obligado indicar el nombre de la persona autora.

**WARNING.** On having consulted this thesis you're accepting the following use conditions: Spreading this thesis by the TDX ([www.tdx.cat](http://www.tdx.cat)) service has been authorized by the titular of the intellectual property rights only for private uses placed in investigation and teaching activities. Reproduction with lucrative aims is not authorized neither its spreading and availability from a site foreign to the TDX service. Introducing its content in a window or frame foreign to the TDX service is not authorized (framing). This rights affect to the presentation summary of the thesis as well as to its contents. In the using or citation of parts of the thesis it's obliged to indicate the name of the author.



Universidad de Barcelona  
Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación  
Facultad de Pedagogía

**La promoción de la resiliencia en el vínculo establecido entre  
adolescentes y educadores en la práctica psicomotriz  
educativa**

Tesis doctoral  
Doctoranda: Alexandra Moreno Pinho  
Directoras: Dra. Crescencia Pastor y Dra. María Teresa Anguera

Barcelona, 2011

## **ANEXO D**

**Escala de resiliencia adaptada para adolescentes  
(Hjemdal, 2007)**

## D- Escala de resiliencia adaptada para adolescentes (Hjemdal, 2007)

### Escala de resiliencia para adolescentes

Por favor, piensa cómo han sido los últimos meses para ti. Tus pensamientos y cómo te has sentido contigo mismo y con la personas importantes en tu vida. Marca la opción que mejor describa tus pensamientos y sentimientos. No existen respuestas correctas o incorrectas.

(Desarrollado por Odin Hjemdal & Oddgeir Friborg)

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha de hoy: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Chica/Chico

	Estoy totalmente de acuerdo	Estoy de acuerdo	Normal	No estoy de acuerdo	Estoy totalmente en desacuerdo
1. Logro mis objetivos si trabajo duro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Me siento en mi mesa de estudio cuando tengo que unas metas y objetivos claros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Tengo algunos amigos/miembros de mi familia que generalmente me animan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Estoy satisfecho con la vida que he llevado hasta ahora	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. En mi familia cambiamos impresiones sobre lo que es importante en la vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Tengo facilidad para que los que se encuentran a mi alrededor se sientan cómodos conmigo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Sé como lograr mis objetivos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Siempre planifico antes de empezar algo nuevo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Mis amigos siempre se mantienen unidos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Me siento cómodo/a con mi familia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Hago nuevos amigos con facilidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Cuando me es imposible cambiar ciertas cosas, dejo de preocuparme por ellas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Soy bueno organizando mi tiempo	<input type="checkbox"/>				
14. Tengo algunos buenos amigos/miembros de mi familia que realmente se ocupan de mí	<input type="checkbox"/>				
15. En mi familia estamos de acuerdo en la mayoría las cosas	<input type="checkbox"/>				
16. Se me da bien entablar nuevas relaciones	<input type="checkbox"/>				
17. Me siento competente	<input type="checkbox"/>				
18. En mi familia tenemos reglas que simplifican la vida cotidiana	<input type="checkbox"/>				
19. Siempre tengo a alguien que puede ayudarme cuando lo necesito	<input type="checkbox"/>				
20. Cuando tengo que elegir entre diferentes opciones casi siempre sé cuál será la mejor para mí.	<input type="checkbox"/>				
21. Mi familia ve el futuro de forma positiva, incluso cuando ocurren cosas muy <u>tristes</u>	<input type="checkbox"/>				
22. Siempre encuentro algo divertido de que hablar	<input type="checkbox"/>				
23. El creer en mí mismo/a me hace superar los momentos difíciles	<input type="checkbox"/>				
24. En mi familia nos apoyamos unos a otros	<input type="checkbox"/>				
25. Siempre encuentro algo reconfortante para decir a las personas que están tristes	<input type="checkbox"/>				
26. Cuando las cosas van mal, tiendo a ver que algo bueno saldrá de ello.	<input type="checkbox"/>				
27. En mi familia nos gusta hacer cosas juntos	<input type="checkbox"/>				
28. Tengo algunos buenos amigos/miembros de mi familia que valoran mis cualidades	<input type="checkbox"/>				

### **Distribución de factores**

1) Competencia personal: 1 4 7 12 17 20 23 26

2) Competencia social: 6 11 16 22 25

3) Estilo estructurado: 2 8 13 18

4) Recursos sociales: 3 9 14 19 28

5) Cohesión familiar: 5 10 15 21 24 27