
FACTORES RESILIENTES EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL SEGUNDO CUATRIMESTRE DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA DEL INSTITUTO DE ESTUDIOS SUPERIORES UCMA

RESILIENCE FACTORS IN UNDERGRADUATE STUDENTS IN THE SECOND QUARTER OF THE BACHELOR'S DEGREE IN CLINICAL PSYCHOLOGY AT THE UCMA INSTITUTE OF HIGHER STUDIES

Dulce María Domínguez González¹

Francis Hernández Rubio²

Centro de Estudios, Clínica e Investigación Psicológica

Correspondencia

¹dmdg82@yahoo.com.mx y ²rubio.hfrancis@gmail.com

Resumen

El objetivo de esta investigación fue identificar los factores resilientes en una muestra de estudiantes universitarios del segundo cuatrimestre de la Licenciatura en Psicología Clínica, del turno vespertino, del Instituto de Estudios Superiores UCMA. La muestra compuesta estuvo por 30 estudiantes, de los cuales 22 fueron mujeres y ocho fueron hombres, entre los 18 y 55 años. El instrumento utilizado fue el cuestionario de resiliencia para estudiantes universitarios (CRE-U). Los resultados obtenidos, después de aplicar dicho instrumento, nos indicaron que existe un contraste entre los factores resilientes sobresalientes entre hombres y mujeres. Con lo anterior, se realizó una propuesta de intervención para incrementar los factores resilientes.

Palabras claves

Covid-19, CRE-U, estudiante universitario, inteligencia emocional, resiliencia

Abstract

The objective of this research was to identify resilience factors in a sample of university students in the second semester of the Clinical Psychology degree, evening shift, at the UCMA institute of higher studies. The sample consisted of 30 students, of which 22 were women and eight were men, between 18 and 55 years of age. The instrument used was the Resilience Questionnaire for University Students (CRE-U). The results obtained after applying this instrument indicated that there is a contrast between the outstanding resilience factors between men and women. With the above, an intervention proposal was made to increase the resilient factors.

Keywords

Covid-19, CRE-U, college student, emotional intelligence, resilience, resilience

DOI: <https://doi.org/10.56342/recip.vol13.n25.2023.2>

Recibido: 20 de enero de 2023 Aprobado: 24 de febrero de 2023

Introducción

La resiliencia, un término que es relativamente nuevo, que viene a poner nombre a la forma en que nos enfrentamos las diversas situaciones que se nos han presentado. De acuerdo con Olabegoya (2006) las personas estamos expuestas a numerosas situaciones traumáticas que amenazan la vida, la salud, el bienestar individual y el desarrollo social. Una de estas amenazas, sin duda, ha sido la crisis sanitaria por COVID-19; la cual, ha provocado un desajuste en todos los sistemas y contextos, incluyendo el ámbito educativo.

En el contexto actual; los estudiantes universitarios no solo deben hacer frente a los desafíos cotidianos de la vida universitaria, es decir, no solo se enfrentan al reto de cumplir con las exigencias académicas y evitar el fracaso escolar; sino que, al mismo tiempo, deben afrontar una pandemia. La capacidad para sobreponerse ante estos retos e incluso salir fortalecido de los mismos es la resiliencia. En el ámbito educativo, como menciona Rutter (1987), la resiliencia es un factor importante; puesto que, a través de ella se puede favorecer el desarrollo de competencias sociales, académicas y personales fortaleciendo en los estudiantes la capacidad de hacer frente a las situaciones adversas. Como podemos identificar; la resiliencia juega un papel importante al momento de movilizar nuestras fortalezas y oportunidades; ya que, implica el enriquecimiento personal al mayor nivel posible y todo lo que contribuye a su logro.

Marco teórico

El concepto de resiliencia nació y comenzó a desarrollarse con Rutter, en Inglaterra, luego se extendió a toda Europa y, más tarde llegó a América Latina, considerándose una cualidad universal que ha existido desde siempre, pero ha sido hasta a los años ochenta cuando se le ha analizado científicamente.

Existen diversas definiciones de resiliencia; entre ellas, encontramos la propuesta por Luthar y Cicchetti (2000, citados en Uriarte 2005), quienes definen la resiliencia como un proceso que facilita a los individuos vivir con normalidad aún en un contexto desfavorecido y a pesar de haber experimentado situaciones conflictivas en su niñez.

Por otro lado, de acuerdo con Rodríguez (2009), si bien el concepto de resiliencia nació en la física, como la capacidad de los cuerpos para resistir un choque, en las ciencias sociales el concepto se relaciona con la facultad de vivir y desarrollarse de manera positiva pese a que se han vivido situaciones de adversidad que podrían implicar riesgos y situaciones negativas.

La resiliencia se puede definir como la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito a la adversidad y desarrollar competencia social, académica y vocacional pese a estar expuesto a acontecimientos adversos (Kotliarenco, 2002). Asimismo; se puede considerar como, la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y salir transformado por ellas (Grotberg, 1995, citado en Castaño *et al.*, 2006).

De acuerdo con Uriarte (2005) existen factores constitucionales que favorecen la personalidad resiliente como el temperamento, la salud, el sexo, la apariencia física o la inteligencia potencial; sin embargo, la resiliencia, es una cualidad que se puede aprender y perfeccionar.

Al respecto, para Business y Merino (2019), las personas resilientes reúnen tres características: afrontan la realidad; para poder actuar de forma eficiente, resistir y sobrevivir a contratiempos extraordinarios; otra característica de las personas resilientes es que buscan un sentido, es decir, buscan aprender de las situaciones difíciles y construyen conceptos a partir de su sufrimiento para darle un sentido; por último, la tercera cualidad de una persona resiliente es construir con lo que se tiene al alcance, la cual se refiere a solucionar los problemas con las herramientas que se tienen al alcance.

Las personas emplean la resiliencia en diversos contextos; uno de ellos, es el educativo. En el ámbito educativo, como menciona Rutter (1987), la resiliencia es un factor importante; puesto que, a través de ella se puede favorecer el desarrollo de competencias sociales, académicas y personales fortaleciendo en los estudiantes la capacidad de hacer frente a las situaciones adversas. Por lo anterior, es relevante identificar con qué factores resilientes cuentan los estudiantes, con la finalidad de tener un punto de partida, ya que, como menciona Salgado (2005) identificar las posibles formas de medición y evaluación de este constructo, facilitará medir el impacto y la eficacia de los programas de intervención.

Con respecto a lo anterior, existen diversos instrumentos y cuestionarios que sirven para medir los factores resilientes. Uno de ellos, es el cuestionario CRE-U. Este cuestionario sirve para medir los factores resilientes en estudiantes universitarios y fue elaborado basado en la teoría Werner (1982) y la teoría de Wolin y Wolin (1993). Está conformado por un total de 90 ítems, con cinco opciones de respuesta escala Likert; en la cual, el 1 significa nunca, el 2 casi nunca, 3 a veces, 4 casi siempre y 5 siempre (Castaño, *et al.*, 2006).

Objetivo general

Identificar los factores resilientes con los que cuentan los Estudiantes Universitarios del Segundo Cuatrimestre de la Licenciatura en Psicología Clínica, turno vespertino, del Instituto de Estudios Superiores UCMA, ubicada en el Municipio de Cuautitlán Izcalli, Estado de México.

Objetivos específicos

- Conocer los factores resilientes que se diferencian entre hombres y mujeres.
- Contrastar los factores resilientes que se diferencian entre hombres y mujeres.
- Proponer un programa de intervención para incrementar los factores resilientes.

Método

Sujetos

La muestra probabilística estuvo constituida por un total de 30 Estudiantes Universitarios del Segundo Cuatrimestre de la Licenciatura en Psicología Clínica, turno vespertino, del Instituto de Estudios Superiores UCMA, conformada por ocho hombres y 22 mujeres, con un rango de edad entre los 18 a 55 años, por medio de una selección aleatoria.

Instrumento

El instrumento que se utilizó fue el cuestionario de resiliencia para estudiantes universitarios, CRE-U, el cual fue elaborado por Peralta, Ramírez, y Castaño (2006), para su investigación sobre los factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre (Colombia). La prueba cuenta con un coeficiente de Alpha de Cronbach de 0.70, lo cual indica una confiabilidad media alta suficiente para esta investigación.

Cuestionario CRE-U, sirve para medir los factores resilientes en estudiantes universitarios, conformado por un total de 90 ítems, con cinco opciones de respuesta estilo escala Likert; en la cual, el 1 significa nunca, el 2 casi nunca, 3 a veces, 4 casi siempre y 5 siempre (Castaño, *et al.*, 2006).

En la Tabla 1 se puede observar la distribución de los ítems que conforman los ocho factores resilientes; así como, los puntajes máximos y mínimos que se pueden obtener en cada uno de ellos.

Tabla 1.

Distribución de ítems de los factores resilientes.

Factor de resiliencia	Ítems	Puntaje máximo	Puntaje mínimo
Introspección	1, 9, 17, 25, 33, 41, 49, 57, 65, 73, 81, 85, 88, 89 y 90	75	15
Interacción	2, 10, 18, 26, 34, 42, 50, 58, 66, 74 y 82	55	11
Iniciativa	3, 11, 19, 27, 35, 43, 51, 67, 75, 83 y 86	55	11
Independencia	4, 12, 20, 28, 36, 44, 52, 60, 68, 76, 84 y 87	60	12
Humor	5, 13, 21, 29, 37, 45, 53, 61, 69 y 77	50	10
Creatividad	6, 14, 22, 30, 38, 46, 54, 62, 70 y 78	50	10
Moralidad	7, 15, 23, 31, 39, 47, 55, 63, 71 y 79	50	10
Pensamiento crítico	8, 16, 24, 32, 40, 48, 56, 59, 64, 72 y 80	55	11

Procedimiento de la recolección de la información

Se contactó al Coordinador de la Academia de Psicología para solicitar la autorización para distribuir el instrumento de la investigación.

Para aplicarlo se envió, de manera individual, a cada uno de los participantes, el enlace de un formulario de *Google Forms*, donde se transcribió cada uno de los ítems que conforman el cuestionario (revisar anexo B).

A cada participante se le pidió que completaría los datos personales que se les pidieron en el cuestionario. Asimismo; se les recordó que sus datos de identificación se mantendrían en estricta confidencialidad, es decir, éstos no serán publicados ni divulgados.

Respecto al tiempo que se les dio a los participantes para contestar el cuestionario fue aproximadamente de 45 minutos

Análisis de la información

Para el análisis de la información se recolectaron los datos a través de Google Forms y al finalizar la aplicación se descargó el Excel que se obtiene del formulario. Con los datos obtenidos se realizó el libro de códigos (revisar anexo A), donde se identificaron los puntajes máximos y mínimos de cada factor resiliente y se asignaron los ítems por factor, de acuerdo con el instrumento empleado.

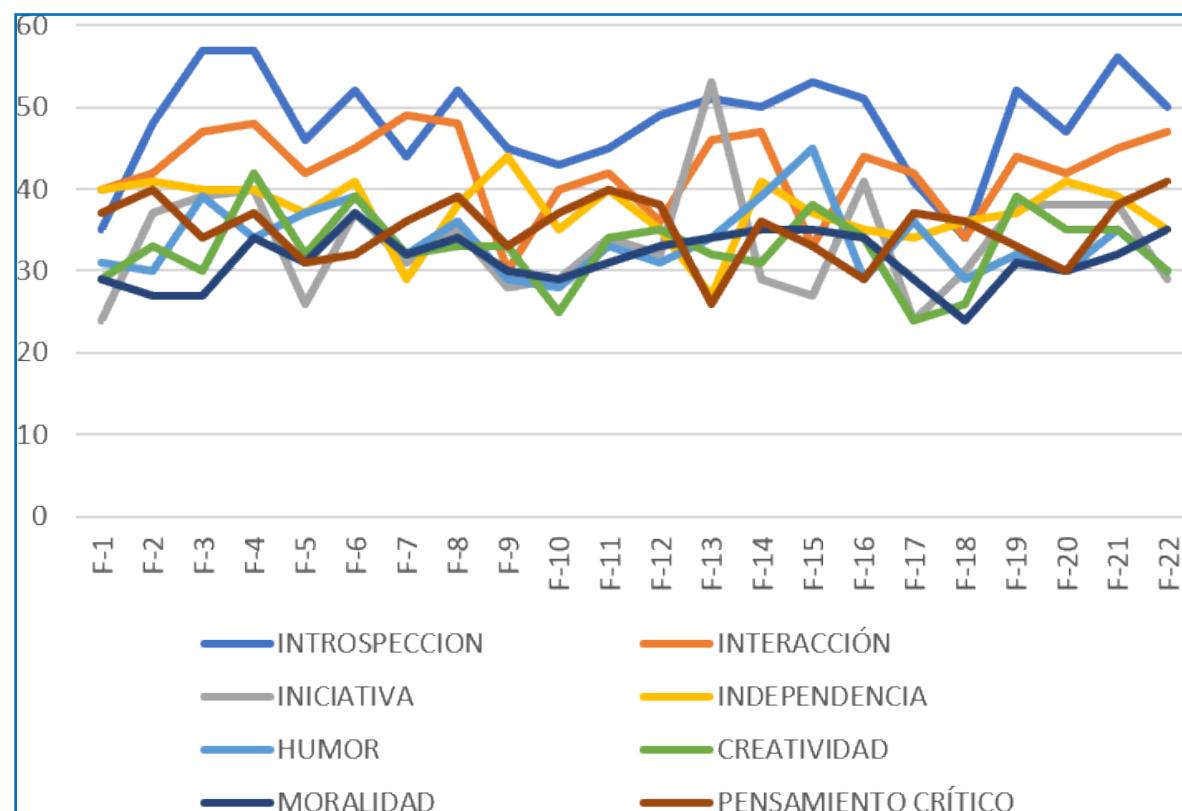
Posteriormente; se realizó la división de factores resilientes que se diferencian entre hombres y mujeres, realizando una comparación de estos, identificando los factores sobresalientes en cada sexo y a la vez se buscó establecer aquellos en los que hubo una coincidencia. Con lo anterior se buscó el logro de los objetivos específicos.

Resultados

En la población muestra se identificó que, de los ocho factores resilientes que mide el instrumento CRE-U, sobresalen los siguientes factores: introspección (16%), interacción (15%), iniciativa (12%) e independencia (12%).

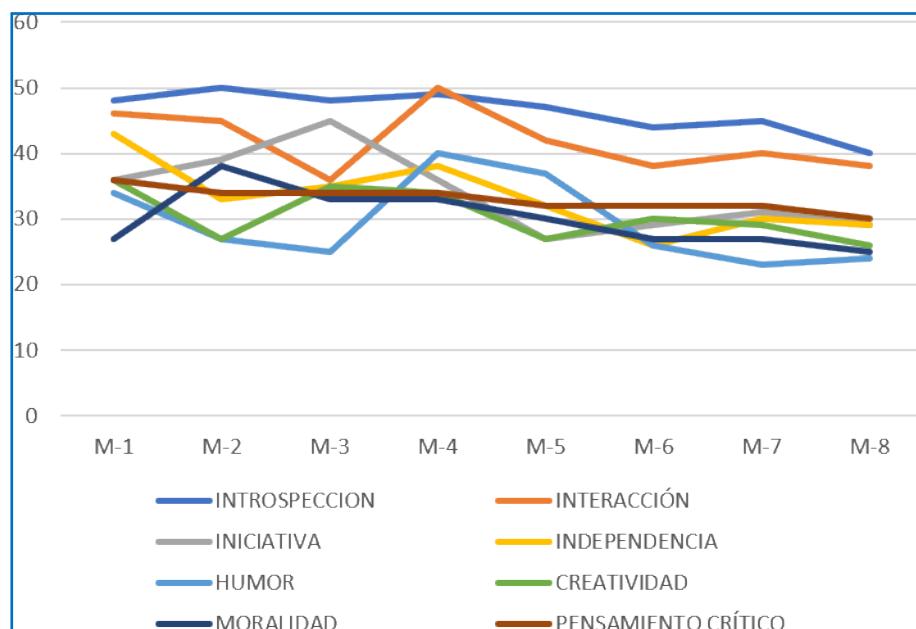
Al realizar la división de la población por la variable sexo se identificó que en las mujeres los factores con mayor puntaje son introspección, iniciativa e independencia; tal y como se puede observar en la Figura 1.

Figura 1.
Dispersión de factores resilientes en mujeres



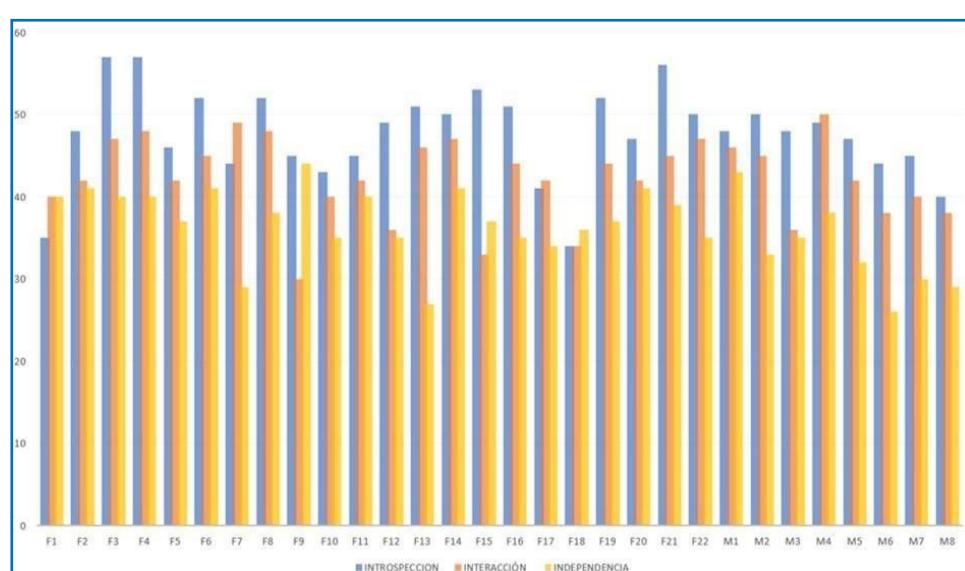
Por otro lado; respecto a los hombres, como se muestra en la Figura 2, se puede distinguir que los factores resilientes que sobresalen en son introspección e interacción.

Figura 2.
Dispersión de factores resilientes en hombres.



Al contrastar los factores resilientes que se diferencian entre hombres y mujeres, se encontró que en ambos sexos sobresalen las mismas variables como predominantes de la población muestra estudiada, tal como se muestra en la Figura 3. Sin embargo; la variable independencia, en los hombres se encuentra por debajo del nivel de las mujeres.

Figura 3.
Dispersión de factores resilientes contrastantes entre hombres y mujeres.



Discusión de resultados

De acuerdo con lo hallado en la presente investigación de los ocho factores resilientes, que mide el instrumento CRE-U, en los estudiantes universitarios del segundo cuatrimestre de la Licenciatura en Psicología Clínica, del Instituto de Estudios Superiores UCMA, sobresalen los factores: introspección, interacción, iniciativa e independencia. Los cuales; van acorde con las características que poseen las personas resilientes, de acuerdo con Business y Merino (2019), que son: afrontar la realidad, buscar un sentido y solucionar los problemas con las herramientas que se tienen al alcance.

Rodríguez (2009) considera que una persona introspectiva tiende a preguntarse a sí misma y a responderse de manera honesta. Lo anterior; coincide con lo propuesto por Business y Merino (2019), quienes consideran que las personas resilientes miran la realidad a la cara y a partir de ahí, crean conceptos para lograr un sentido, para sí mismos y para los demás.

Por otro lado, si hablamos de independencia, consideramos que para su desarrollo es necesario contar con una inteligencia emocional que nos brinde las herramientas para saber cómo actuar ante las situaciones que se presentan a lo largo de la vida. Por lo que, las personas resilientes cuentan con la capacidad para improvisar una solución para los problemas sin contar con las herramientas o los materiales apropiados.

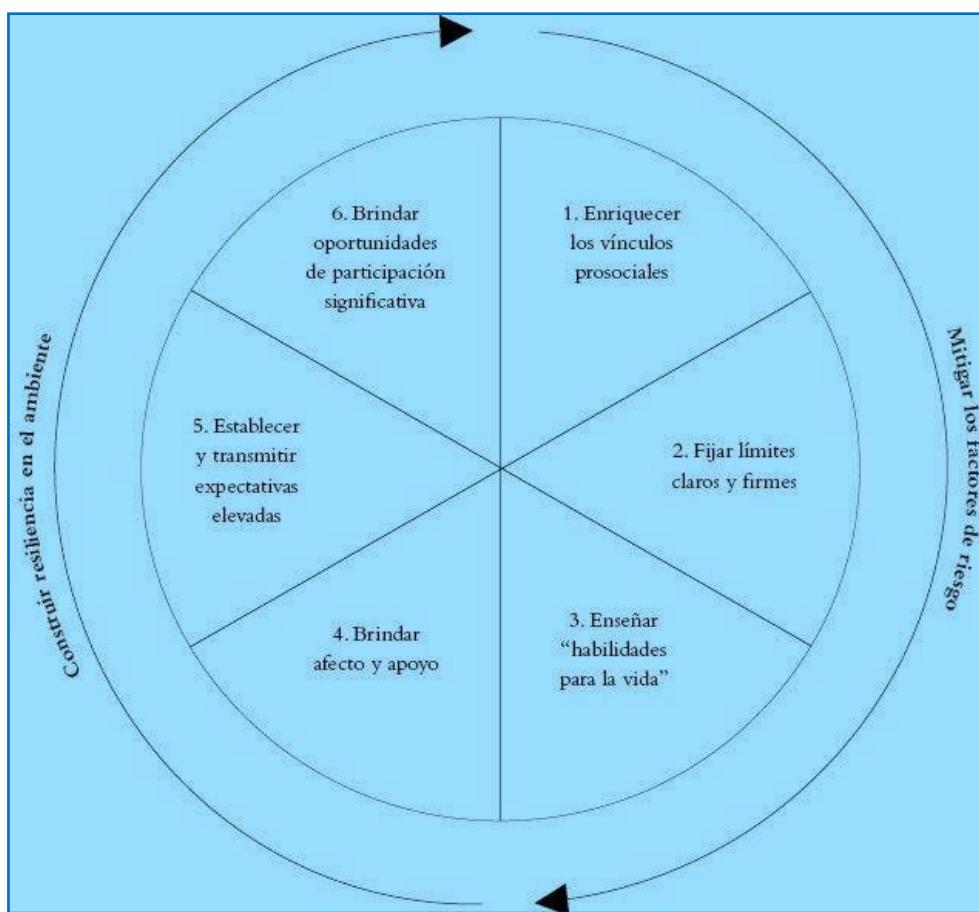
Como psicólogas sabemos que la psicología contribuye a la formación resiliente en aquellos que estudian esta carrera; puesto que, como menciona Uriarte (2005) si bien existen factores constitucionales que favorecen la personalidad resiliente, la resiliencia, es una cualidad que se puede aprender y perfeccionar.

En el caso de la psicología clínica, esta contribuye a fortalecer las capacidades en los mismos estudiantes para que puedan actuar con destreza, seguridad y profesionalismo en los contextos en que se desenvuelvan, favoreciendo los factores resilientes que sobresalen en esta investigación.

Propuesta para aumentar la resiliencia en estudiantes universitarios

De acuerdo con los resultados obtenidos, se sugiere la siguiente propuesta con el objetivo de incrementar los factores resilientes en los estudiantes universitarios del segundo cuatrimestre de la Licenciatura en Psicología Clínica, del Instituto de Estudios Superiores UCMA. Esta consiste en proponer un taller al inicio de la licenciatura, haciendo uso de la rueda de la resiliencia, que se observa en la Figura 4, propuesta por Henderson y Milstein (2003), complementando con características principales de la inteligencia emocional sirviendo, esto como recurso para la pronta identificación de los factores resilientes con los que cuentan y de aquellos que pueden desarrollar.

Figura 4.
Rueda de la resiliencia.



Como se observa en la Figura 4, la rueda de la resiliencia se conforma de seis pasos; de los cuales los primeros tres mitigan el riesgo tomando en cuenta los vínculos positivos, normas claras, firmes para educar en habilidades para confrontar la vida, y, en cambio los últimos tres abordan una construcción de la resiliencia mediante el afecto, apoyo y expectativas para brindar oportunidades representativas. De acuerdo con los temas manejados en la rueda, se propone que se aplique cada paso en una sesión semanal, de aproximadamente una hora y treinta minutos.

La inteligencia emocional se incorporaría como complemento a la resiliencia para que los estudiantes puedan conocerse un poco más, enfrentar ese miedo a reconocerse y dejar de lado los miedos que los inmovilizan; el ver las cosas diferentes, ayudara a tener un panorama completo de los recursos que se tienen, para actuar; abona a no sentirse solos, debido a que reconocerán que no son únicos y tampoco están aislados en las cosas que se les presentan, y muy importante podrán reconocer sus emociones reafirmando así la autoconciencia, autorregulación, motivación, tener más conciencia social y mejores habilidades sociales.

Referencias

- Business, H. y Merino, B. (2019). Resiliencia. Editorial Reverté.
<https://elibro.net/es/ereader/bibliotecavirtualcecip/128585?page=36>
- Castaño, H., Peralta, S., Ramírez, A. (2006). Factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre (Colombia). *Psicología desde el Caribe*. 17. pp. 196-219. Barranquilla, Colombia.
- Henderson, N., Milstein, M. (2003). Resiliencia en la escuela. Paidós.
- Kotliarenco, M. (2002). Desarrollo Integral: Algunas consideraciones sobre el desarrollo cerebral. Recuperado de:
https://www.academia.edu/50913377/Algunas_consideraciones_sobre_el_desarrollo_cerebral
- Olabegoya, R. (2006). La protección civil y las catástrofes naturales. *Inginería y territorio*. 74. pp. 82-87
- Peralta D., S. C., Ramírez G., A. F., y Castaño B., H. (2006). Factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre (Colombia). *Psicología desde el Caribe*. (17). Pp. 196-219. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21301709.pdf>
- Rutter, M. (1987). Resiliencia psicosocial y mecanismos de protección. Recuperado de:
http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com_docman&view=down&load&alias=67-resiliencia-psicosocial-y-mecanismos-deproteccion&category_slug=infancia-adolescencia&Itemid=100225
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia: una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*. 10(2). Pp. 61-79. Universidad del País Vasco. España.
<https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia: Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*. 10(2). Pp. 61-79. Universidad del País Vasco. España.
<https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>