

Adaptación a la vida universitaria y resiliencia de estudiantes con capacidades diferentes

Adaptation to university life and resilience of students with different abilities

María Lizett Zolano Sánchez¹ y María Julia León Bazán²

¹maria.zolano@unison.mx. <https://orcid.org/0000-0001-7526-2038>

²julia.leon@unison.mx. <https://orcid.org/0000-0002-7405-6141>

DOI: <https://doi.org/10.46589/riaf.vi40.588>

Recibido 21 de mayo de 2023.

Aceptado 11 de noviembre de 2023

Publicado: 30 de diciembre de 2023

Resumen

La presente investigación, por su diseño es descriptiva y exploratoria, tomando como referencia una muestra de 109 estudiantes con capacidades diferentes inscritos en el semestre 2022-2 pertenecientes a la Universidad de Sonora. El objetivo es determinar la relación entre la adaptación a la vida universitaria y la resiliencia a partir de las opiniones de los estudiantes, para definir la necesidad de desarrollar un programa de desarrollo de habilidad resiliente en los miembros de la comunidad universitaria. Los resultados, de carácter exploratorio, permiten argumentar que los estudiantes presentan un bajo nivel de resiliencia debido a la falta de desarrollo de habilidades resilientes. Como conclusión final, la resiliencia es una herramienta valiosa que permite comprender las condiciones y procesos del desarrollo humano y podría ayudar a las universidades a reconocer el valor y las capacidades de los estudiantes que, ante situaciones difíciles, logran aprender de ellas y salir fortalecidos.

Palabras Clave: Capacidades Diferentes, Vida Universitaria, Estudiantes Universitarios.

Abstract

The present research, due to its design, is descriptive and exploratory, taking as a reference a sample of 109 students with different abilities enrolled in the semester 2022-2 and belonging to the University of Sonora. The objective is to determine the relationship between adaptation to university life and resilience based on the opinions of students, in order to define the need to develop a resilient skill development program in the members of the university community. The results, of an exploratory nature, allow us to argue that students have a low level of resilience due to the lack of development of resilient skills.

Key words: Different Abilities, University Life, University Students.

Introducción

La resiliencia es crucial en la vida ya que nos permite enfrentar las situaciones difíciles con una actitud positiva; y su desarrollo depende tanto de nuestros recursos internos como de los externos, como la familia, la comunidad y las instituciones educativas, debido a que estos medios de socialización actúan como factores protectores, ayudando a disminuir las consecuencias negativas de situaciones estresantes o adversas. Por consiguiente, para construir resiliencia, es fundamental fortalecer las relaciones entre estos factores, ya que nos ayudan a superar o cambiar los aspectos negativos y peligrosos que amenazan nuestro equilibrio y desarrollo personal (Caldera, Aceves y Reynoso, 2016). Se reconoce que la resiliencia es una capacidad humana relacionada con la fortaleza más allá de la resistencia y, esto implica que es la habilidad, destreza o competencia que una persona adquiere para superar situaciones adversas con actitud y determinación, manteniendo un enfoque optimista y confiado. Por lo tanto, se entiende que la resiliencia es un proceso dinámico, constructivo e interactivo que se manifiesta en diferentes niveles, incluyendo aspectos biológicos, neurofisiológicos y sociales en respuesta a estímulos externos (Valles, 2014; Emili, 2019; Flórez, López y Vílchez, 2020).

Es indudable las dificultades que enfrentan los estudiantes a partir del ingreso a la universidad y durante sus primeros semestres, es un proceso de ajuste que implica desafíos, esfuerzo y cambios en su vida, situaciones que no solo son percibidas por los estudiantes, sino que también han sido objeto de investigaciones educativas que buscan comprender y explicar cómo factores como lo social, económico, familiar, personal y académico influyen en el ingreso y la adaptación a la universidad (Martín, Santo y Jenaro, 2018). La universidad enfrenta el desafío de convertirse en una institución educativa resiliente que inspire esperanza, alegría y optimismo en los estudiantes, ya que este es el lugar donde construyen gran parte de su identidad y desarrollan en ellos la capacidad de adoptar actitudes positivas en caso de que se encuentren en situaciones inciertas, tristes, adversas o violentas (León et al., 2020; Pérez, Intriago, Villamil y Meza, 2021).

Los procesos de adaptación dependen de la interacción entre las pautas individuales de desarrollo y los factores ambientales. Además de estos, también los intereses, los objetivos y las

aspiraciones que los jóvenes formulan sobre el futuro, pueden facilitar el ajuste eficaz a un contexto nuevo y desafiante como puede ser la Educación Superior (Ferreira, 2009). Ante el panorama incierto y a veces desolador de la vida cotidiana, es necesario fomentar en el ámbito educativo la resiliencia, con el objetivo de que los estudiantes universitarios puedan transformar el dolor en una fuerza creadora que los impulse a desarrollar estrategias proactivas para enfrentar las crisis que puedan experimentar en momentos de crisis en cualquier etapa de su vida (Florés, López y Vilches, 2020; Tello y Céspedes, 2023).

La resiliencia se refiere a la habilidad de las personas para enfrentar situaciones extremadamente estresantes en las que su capacidad de funcionamiento se ve afectada. Además, implica la capacidad de enfrentar problemas y buscar oportunidades de aprendizaje en medio de estas adversidades, por lo que la resiliencia debe ser considerada como una habilidad adaptativa frente a situaciones de riesgo y su desarrollo se basa en experiencias y aprendizajes continuos y, se considera un aspecto importante para la salud mental. (Montes, Aceves y Reynoso, 2016; Hernández, Fernández y Baptista, 2020; Álvarez *et al.*, 2020; Castillo y Velazco, 2020; Martínez, Sandoval, Soler y Bolívar, 2021). Con base en lo anterior, el presente trabajo plantea como objetivo determinar la relación entre la adaptación a la vida universitaria y la resiliencia a partir de las opiniones de los estudiantes, para definir la necesidad de desarrollar un programa de desarrollo de habilidad resiliente en los miembros de la comunidad universitaria

Materiales y Método

Este documento son los avances de una investigación de campo bajo un enfoque metodológico descriptivo, con un abordaje cuantitativo y exploratorio con el objetivo de determinar la relación entre la adaptación a la vida universitaria y resiliencia a partir de las opiniones de los estudiantes con capacidades diferentes de la Universidad de Sonora, para poder definir la necesidad de desarrollar un programa de desarrollo de habilidad resiliente en los miembros de la comunidad universitaria. Con base en la información proporcionada por la Dirección de Planeación de la Universidad de Sonora, México (UNISON, 2023), se cuenta con una población de 546 estudiantes

con capacidades diferentes, pertenecientes a la institución, los cuales se encuentran inscritos en el semestre 2022-2 (Tabla 1).

Tabla 1: Número total de estudiantes con capacidades diferentes inscritos en el semestre 2022-2.

| Unidad | Estudiantes |
|------------------------------------|-------------|
| Unidad Regional Centro | 435 |
| Unidad Regional Norte | 62 |
| Unidad Regional Sur | 49 |
| Total Institucional, UNISON | 546 |

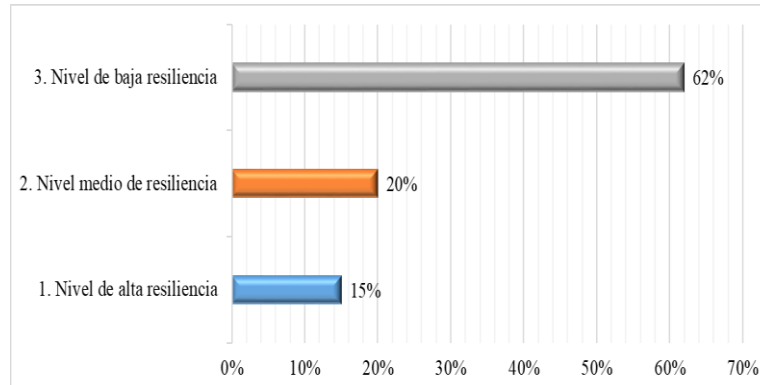
Fuente: Dirección de Planeación, UNISON (2023).

Del total de la población se obtuvo una muestra de 109 estudiantes con las características de la muestra planteadas para esta investigación y se tomaron en consideración otros criterios de inclusión para este estudio, tales como: estar inscrito de forma presencial en las licenciaturas de las unidades pertenecientes a la UNISON, aceptar participar de manera voluntaria y asentir el consentimiento informado. Para este estudio se aplicó mediante un *Google form* (González-Díaz et al., 2016), un cuestionario estandarizado con 15 *items*, el cual fue validado a juicio de expertos y con un coeficiente de confiabilidad Alpha de Cronbach de 0,92 (Muy Alta) por (González-Díaz & Perez, 2015). El instrumento fue aplicado a los estudiantes de la muestra elegida.

Resultados

Tras analizar los datos obtenidos por medio de los estudios exploratorios, a continuación, se presentan los resultados más relevantes del trabajo de investigación basado en la fase exploratoria de la investigación para conocer los principales desafíos de cada una de las variables analizadas.

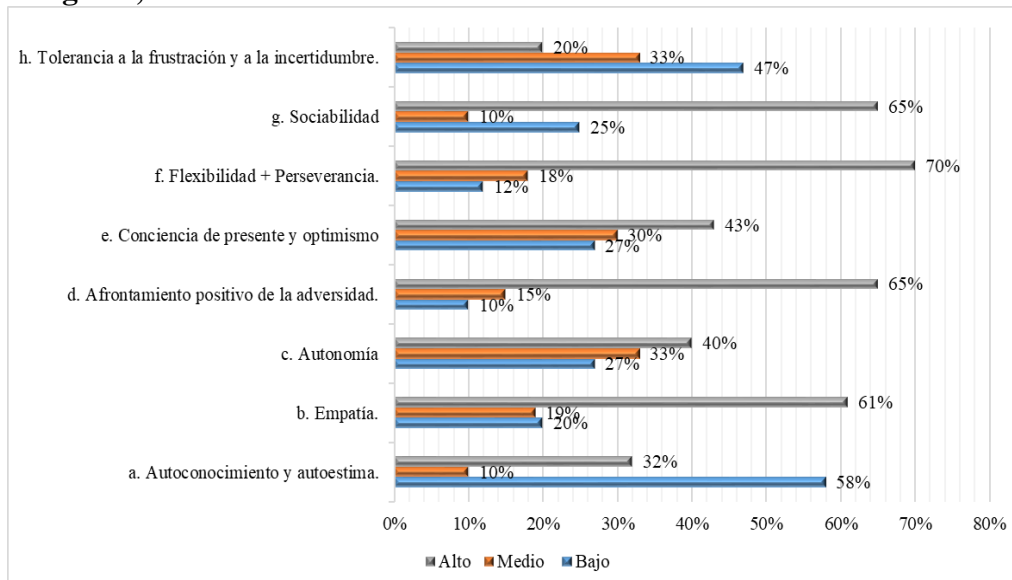
Imagen 1; Nivel de resiliencia



Fuente: Elaboración propia con base a los resultados estadísticos.

En la imagen 1, se representa el nivel de resiliencia de los estudiantes con capacidades diferentes en la muestra analizada. Los datos revelan que el 62% presenta un nivel de baja resiliencia, el 20% tiene un nivel medio de resiliencia y el 15% muestra un nivel alto de resiliencia. Los datos revelan que más del 60% de los estudiantes con capacidades diferentes tienen un nivel bajo de resiliencia, lo que podría indicar una falta de habilidades para hacer frente a las adversidades del entorno y, en consecuencia, una respuesta negativa.

Imagen 2; Cualidades o atributos



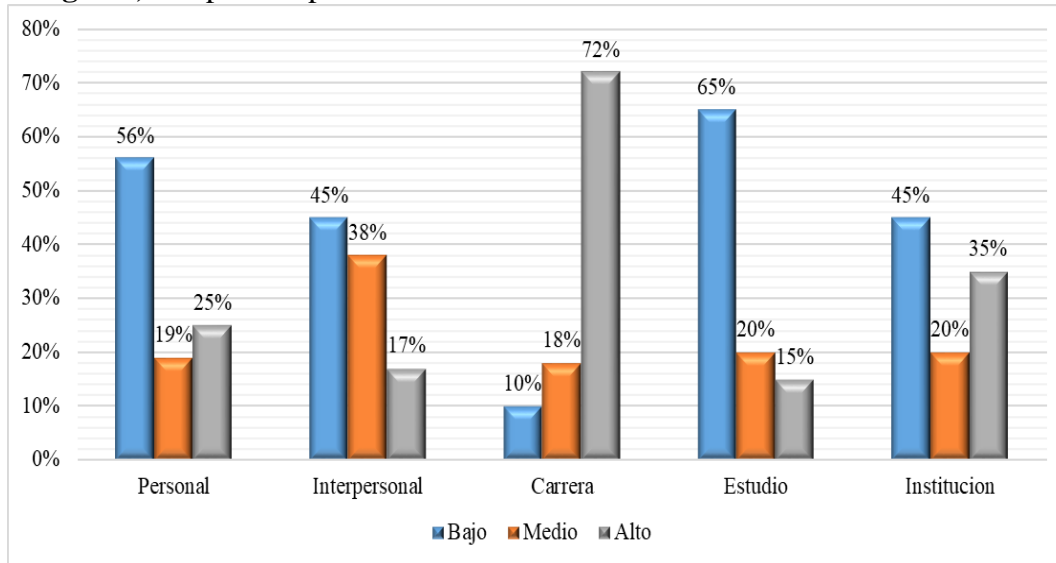
Fuente: Elaboración propia con base a los resultados estadísticos.

En la imagen 2, se muestran los niveles de resiliencia en estudiantes con capacidades diferentes. De acuerdo con las opiniones de la muestra analizada relacionada con el análisis de nivel alto de resiliencia, se puede observar que el autoconocimiento y la autoestima son las cualidades con mayor nivel de resiliencia, con un porcentaje del 58%. Además, un 47% considera que la tolerancia a la frustración y a la incertidumbre son atributos con una alta resiliencia. Un 27% opina que la autonomía es una cualidad resiliente, mientras que el 25% menciona la sociabilidad, la conciencia del presente y el optimismo. Por otro lado, un 20% considera que la empatía es una cualidad con un alto nivel de resiliencia, seguida por el 12% que menciona la flexibilidad y la perseverancia, y finalmente, el 10% destaca el afrontamiento positivo de la adversidad.

En relación al nivel medio de resiliencia, el 70% de los estudiantes de la muestra analizada opinan que su nivel medio de resiliencia se caracteriza por la capacidad de ser flexible y perseverar, pero hay una igualdad de respuestas que opinan que es la sociabilidad y la capacidad de afrontar la adversidad de manera positiva. El 61% menciona la empatía como su cualidad o atributo principal, mientras que el 43% menciona la conciencia del presente y el optimismo. El 40% destaca la autonomía y el 32% menciona el autoconocimiento y la autoestima.

En cuanto al nivel bajo de resiliencia para con sus cualidades o atributos, un 33% de los estudiantes de la muestra analizada considera que la falta de autonomía, la tolerancia a la frustración y la incertidumbre son los principales aspectos que afecta su resiliencia. El 30% considera que la conciencia del presente y el optimismo son deficientes en ellos. El 19% menciona la falta de empatía, el 18% menciona la falta de flexibilidad y perseverancia, el 15% menciona la falta de afrontamiento positivo a la adversidad y el 10% menciona la falta de sociabilidad, autoconocimiento y autoestima.

Imagen 3; Adaptación personal

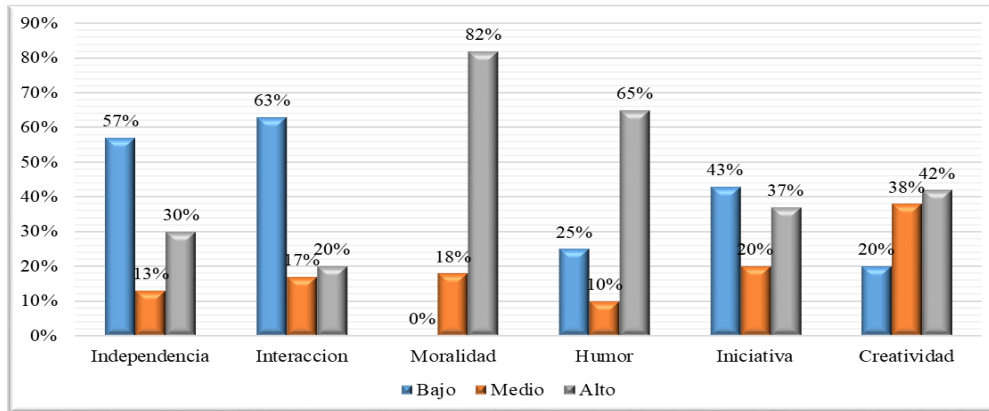


Fuente: Elaboración propia con base a los resultados estadísticos.

En la imagen 3, se presenta información relacionada con la resiliencia y su conexión con la adaptación personal. Dentro de aquellos estudiantes de la muestra analizada con un alto nivel de resiliencia, el 72% atribuye esta cualidad a una resiliencia hacia su carrera, mientras que el 35% lo atribuye a la institución. Además, el 25% considera que su personalidad es un factor determinante, seguido por un 17% que destaca la importancia de las relaciones interpersonales y un 15% que menciona el estudio como factor clave. Por otro lado, en el grupo de aquellos con un nivel medio de resiliencia, un 38% cree que las relaciones interpersonales son relevantes, mientras que un 20% destaca tanto el estudio como la institución. Además, un 19% señala la importancia de la personalidad y un 18% destaca la relevancia de la carrera.

Finalmente, en el grupo con un nivel bajo de resiliencia, el 65% considera que el estudio es el factor principal, seguido por un 56% que destaca la importancia de la personalidad. Además, un 45% menciona tanto las relaciones interpersonales como la institución, y un 10% menciona la carrera. Estos resultados revelan que existe una adaptación resiliente en relación a las carreras de los estudiantes, pero no ocurre lo mismo con la institución y, esto podría deberse al hecho de que la universidad no está haciendo esfuerzos para fomentar la resiliencia como una habilidad en este tipo de estudiantes.

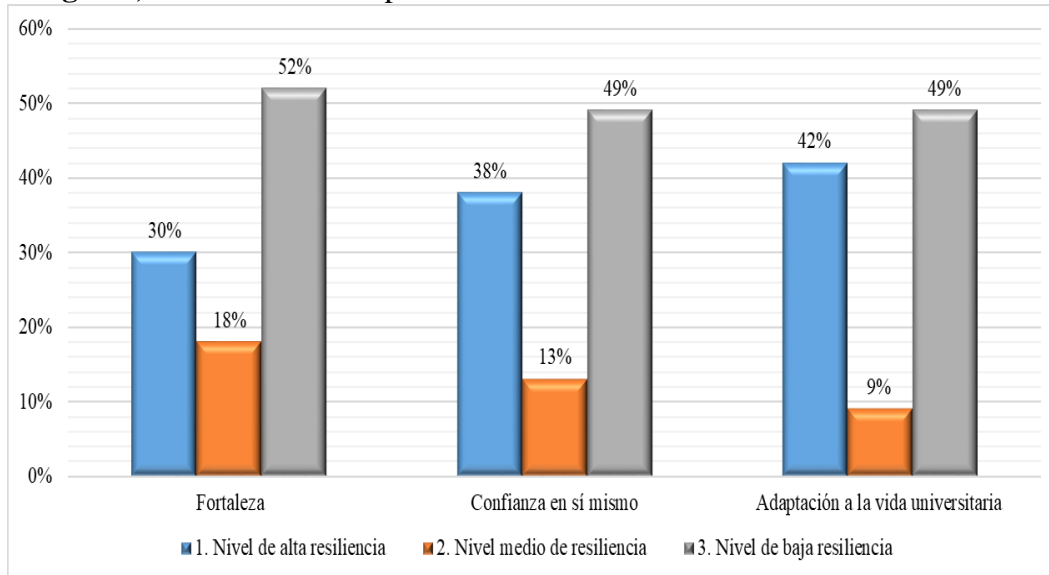
Imagen 4; Adaptación a la vida universitaria



Fuente: Elaboración propia con base a los resultados estadísticos.

En la imagen 4 se presentan los resultados de la resiliencia en relación a las características de adaptación a la vida universitaria. Se observa que el nivel bajo de resiliencia se refleja en un 63% en la interacción, un 57% en la independencia, un 43% en la iniciativa, un 25% en el humor y un 20% en la creatividad. Por otro lado, el nivel medio de resiliencia se destaca en un 82% en la moralidad, un 65% en el humor, un 42% en la creatividad, un 37% en la iniciativa, un 30% en la independencia y un 20% en la interacción. Finalmente, en el nivel alto de resiliencia se encuentra que un 38% considera que la creatividad es importante, seguido de un 20% en la iniciativa, un 18% en la moralidad, un 17% en la interacción, un 13% en la independencia y un 10% en el humor. Según las opiniones de los estudiantes, se desprende de estos hallazgos que el alto nivel de resiliencia en el factor de moralidad, representa un obstáculo para adaptarse de manera efectiva a la vida universitaria y, esto puede contribuir a dificultades adicionales en el desarrollo de sus habilidades interpersonales y su capacidad de interactuar.

Imagen 5; Relación de los aspectos estudiados con la resiliencia



Fuente: Elaboración propia con base a los resultados estadísticos.

En la imagen 5, se representa la relación entre los aspectos estudiados y la resiliencia. El 42% de los estudiantes de la muestra analizada con alta resiliencia se adaptan a la vida universitaria, mientras que el 38% a pesar de que tienen confianza en sí mismos y poseen poca autoestima (30%). En cuanto al nivel medio de resiliencia, el 18% muestra fortaleza, el 13% confianza en sí mismos y el 9% se adaptan a la vida universitaria. Por otro lado, el nivel de baja resiliencia se evidencia con un 52% en el aspecto de falta de fortaleza y un 49% de falta de confianza en sí mismos y adaptación a la vida universitaria. Estos resultados demuestran la relación entre los aspectos estudiados y la resiliencia, donde se observa que es evidente que estos estudiantes poseen una gran fortaleza, pero presentan dificultades en confiar en sí mismos, por lo cual les resulta difícil adaptarse a la vida universitaria, tal vez esta falta de resiliencia puede ser la causa de estas problemáticas.

Discusión de resultados

Según los datos, se ha observado que más del 60% de los estudiantes con discapacidades tienen una baja capacidad de resiliencia y, esto podría indicar una falta de habilidades para hacer frente a las adversidades del entorno, lo que a su vez podría generar una respuesta negativa para adaptarse de forma efectiva al ambiente universitario. Además, se ha encontrado que el 58% de estos estudiantes tienen un bajo nivel de resiliencia relacionado con el autoconocimiento y la autoestima y, esto puede llevar a generar actitudes de frustración e incertidumbre, posiblemente debido a que son conscientes de que no pueden valerse por sí mismos completamente. Sin embargo, es importante destacar que estos estudiantes son personas flexibles, perseverantes, sociables y siempre tratan de ser empáticos y esperan que los que les rodean también tengan la misma actitud.

Según los estudiantes de la muestra analizada, existe una falta de resiliencia por parte de la institución hacia ellos, tal vez debido a que este tipo de población cuenta con un pequeño número comparado con el total de la población lo que hace suponer que la universidad no hace esfuerzos para fomentar la resiliencia como una habilidad importante no solo para este tipo de estudiantes sino para todos los miembros de la comunidad universitaria. Los estudiantes consideran que su alta moralidad representa un obstáculo para adaptarse eficazmente a la vida universitaria, lo cual puede dificultar el desarrollo de habilidades interpersonales y su capacidad de interactuar. Estos hallazgos muestran una relación entre los aspectos estudiados y la resiliencia, mostrando que, aunque los estudiantes tienen una gran fortaleza, les cuesta confiar en sí mismos y adaptarse a la vida universitaria y es posible que esta falta de resiliencia sea la causa de las dificultades que enfrentan.

Conclusiones

Dentro de las características que se presentan en estudiantes con capacidades resilientes, se encuentra su capacidad de adaptación a los cambios que el medio exige, es decir se ajustan a las demandas que la sociedad les propone mediante el desarrollo de competencias y habilidades sociales y de comunicación. La inclusión de la resiliencia en los objetivos institucionales de la universidad juega un papel crucial porque es esencial que las universidades adopten y promuevan la resiliencia,

ya que esta habilidad se convierte en una herramienta invaluable para los miembros de la comunidad universitaria, su uso le permite enfrentar conflictos y superar dificultades de manera efectiva, mientras combate la falta de confianza y seguridad en sí mismos que todo individuo experimenta en algún momento y además, fomenta un ambiente de apoyo y crecimiento entre los miembros de la comunidad universitaria.

El fenómeno de la resiliencia cobra importancia en el proceso educativo, porque está demostrado que después de la familia, la universidad es un ambiente clave, fundamental para que los jóvenes adquieran las competencias necesarias para salir adelante, gracias a su capacidad para sobreponerse ante la adversidad. Con los resultados aquí presentados, se pone de manifiesto la viabilidad del presente proyecto de investigación y se cumple el objetivo planteado en el presente documento que es determinar la relación entre la adaptación a la vida universitaria y resiliencia a partir de las opiniones de los estudiantes con capacidades diferentes de la Universidad de Sonora, para poder definir la necesidad de desarrollar un programa de desarrollo de habilidad resiliente en los miembros de la comunidad universitaria.

En resumen, la etapa universitaria es un período crucial en la vida de los jóvenes, ya que está llena de desafíos y cambios que requieren una adaptación constante. Durante este tiempo, los estudiantes se encuentran en una posición vulnerable pero también tienen la oportunidad de aprender y crecer. Es fundamental que las universidades implementen programas de prevención dirigidos a toda la comunidad universitaria, no solo a aquellos con capacidades diferentes, para desarrollar habilidades de resiliencia que les permitan enfrentar los desafíos diarios sin afectar su salud mental.

A modo de conclusión final y tomando en cuenta los planteamientos anteriores, es importante estar conscientes que la adolescencia es un período lleno de desafíos que requiere adaptación constante. Es una etapa vulnerable pero también llena de oportunidades de aprendizaje y por eso, es importante desarrollar a los estudiantes universitarios en habilidades que fomenten la resiliencia, ya que les puede ayudar a enfrentar el día a día sin afectar su salud mental, ya que la adolescencia temprana es un momento crucial para implementar iniciativas de prevención dirigidas a todos los adolescentes.

Este estudio presenta varias limitaciones que sugieren sean trabajos en vías de investigación futuras. La percepción de un programa de resiliencia para que los estudiantes con capacidades diferentes logren adaptarse al ambiente universitario que aquí se presenta, solo en una parte del total de los estudiantes con capacidades diferentes, debe ser también aplicado al resto de la comunidad universitaria. Posteriormente, sería interesante profundizar en los efectos de la correlación entre otras variables que complementen este trabajo y ayude a la mejora del programa de resiliencia como herramienta de habilidad en los miembros de la comunidad universitaria para poder mejorar las condiciones de vida de sectores vulnerables.

Referencias

- Álvarez, D., Hernández, J., Espinoza, J., y Soler, J. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(2), 182-190. Obtenido de <https://biblat.unam.mx/es/revista/archivos-venezolanos-de-farmacologia-y-terapeutica/articulo/salud-mental-en-la-adolescencia-montevideana-una-mirada-desde-el-bienestar-psicologico>
- Caldera, J. F., Aceves, B. I. y Reynoso, O. U. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19 (36), doi:<http://dx.doi.org.ezproxy.cecar.edu.co:8080/10.17081/psico.19.36.1294>.
- Castillo, P., y Velazco, M. (2020). Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos. *Revista de psiquiatría Infanto-Juvenil*, 37(2), 30-44. doi:10.31766/revpsijv37n2a4
- Emili Coello, Y. (2019). Estudio fenomenológico de la resiliencia: una visión desde la experiencia del docente universitario. *CIENCIAMATRIA*, 5(9), 17-34. <https://doi.org/10.35381/cm.v5i9.97>
- Ferreira, I. (2009). *Adaptação e desenvolvimento psicossocial dos estudantes do Ensino Superior: Factores familiares e sociodemográficos*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian & Fundação para a Ciência e Tecnologia.
- Flórez, L. López, J. y Vílchez, R.A. (2020). Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: reto de las instituciones de educación superior. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 35- 47.
- González-Díaz, R. R., y Pérez, L. A. B. (2015). Análisis financiero empresarial del sector comercio como factor de competitividad través de la lógica difusa. *Estrategia*, 1(1), 1-10.
- González-Díaz, R. R., Lara, R. J. V., López, R. O., y Hernández Royett, J. (2016). Tax on advertising and commercial advertising: An analysis from Municipal Tax Management. *Globalciencia*, 2(1), 20-34.

- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.). (I. Editores, Ed.) México D.F.: Mc. Graw Hill.
- León, J. A. H., Montes, J. F. C., González, O. U. R., Zamora, I. A. C., y Orozco, S. S. (2020). Resiliencia. Diferencias entre estudiantes universitarios y jóvenes trabajadores. *Pensamiento psicológico*, 18(1), 21-30.
- Martín Pavón, M. J., Santo Sevilla, D. E., y Jenaro Río, C. (2018). Factores personales-institucionales que impactan el rendimiento académico en un posgrado en educación. *CPUE. Revista de Investigación Educativa*, (27), 4-32. Epub 07 de septiembre de 2020. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i27.2556>
- Martínez, J., Sandoval, M., Soler, M., y Bolívar, Y. (2021). Duelo Amoroso, Dependencia Emocional y Salud Mental en mujeres que han terminado una relación de pareja. *Informes Psicológicos*, 21(1), 101-116. doi:10.18566/infpsic. v21n1a07
- Montes, J., Aceves, B., y Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios, un estudio comparativo entre carreras. *Psicogente*, 19(36), 227-239. doi:10.17081/psico.19.36.1294
- Pérez, I. T. S., Intriago, J. O. V., Villamil, K. V. S., y Meza, A. K. T. (2021). Pensamiento sistémico para el desarrollo de la resiliencia universitaria. *Revista EDUCARE-UPEL-IPB-Segunda Nueva Etapa 2.0*, 25(2), 60-82.
- Tello Yancha, P. A., y Céspedes Guachamboza, D. A. (2023). Dependencia emocional y su relación con la resiliencia en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 3189-3206. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4650
- Valles, Y. (2014). *Construyendo la resiliencia en el contexto universitario: Una aproximación hermenéutica desde la experiencia del docente*. Trabajo de investigación para optar a la categoría de titular. Universidad Politécnica Territorial de Falcón "Alonso Gamero". Coro –Venezuela.

CÓMO CITAR

Zolano Sánchez, M. L., & León Bazán, M. J. . (2023). Adaptación a la vida universitaria y resiliencia de estudiantes con capacidades diferentes : Adaptación a la vida universitaria y resiliencia de estudiantes con capacidades diferentes . *Revista De Investigación Académica Sin Frontera: Facultad Interdisciplinaria De Ciencias Económicas Administrativas - Departamento De Ciencias Económico Administrativas-Campus Navojoa*, (40). <https://doi.org/10.46589/riASF.vi40.588>



CRIS - UNISON

Sistema de Gestión de la Investigación



[Neliti - Indonesia's Research Repository](#)

