

EJE 2

Procesos didácticos y de aprendizaje en Ciencias Sociales y Humanidades

Niveles de resiliencia en estudiantes de
licenciatura en una universidad de Colombia

3.^{er}

CONGRESO CARIBEÑO DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA

*Nuevos conocimientos para la mejora
de los procesos pedagógicos*



INSTITUTO SUPERIOR
DE FORMACIÓN DOCENTE
SALOMÉ UREÑA
ISFODOSU

RECIE
REVISTA CARIBEÑA DE
INVESTIGACIÓN EDUCATIVA

Niveles de resiliencia en estudiantes de licenciatura en una universidad de Colombia

Resilience Levels in Bachelor's Degree Students at a Colombian University

Adney Satty Ramírez Rincón¹

Sara Daniela Cubides Gualdrón²

Cinthya Cuevas Villanueva³

Resumen

Todos los seres humanos pasan por diferentes situaciones adversas que en muchas ocasiones los quebranta, al punto de sentir que la vida no tiene sentido y quedan atrapados en episodios de depresión o ansiedad. Esto se visibiliza en los informes presentados por organizaciones, agremiaciones y estudios adelantados por instituciones públicas o privadas que demuestran el alto índice de enfermedades mentales, las cuales, en muchas ocasiones, se ven reflejadas en violencia de todo tipo y suicidio. A partir de esto se planteó la necesidad de identificar los niveles de resiliencia en estudiantes de licenciatura en una universidad en Colombia. El tipo de estudio fue no experimental, cuantitativo y de corte transversal. Los resultados encontrados reflejaron que la muestra estudiada presenta unos niveles de resiliencia por encima de la media y se evidenció un mayor puntaje en las mujeres que en los hombres. Además, se halló que a medida que aumenta la edad los niveles de resiliencia disminuyen; por tanto, se deben establecer mecanismos que favorezcan la capacidad de superar las adversidades a lo largo de la vida.

Palabras clave: adversidad, ansiedad, depresión, niveles de resiliencia.

Abstract

All human being go through adverse situations which in many occasions break them down to the point of feeling that life has not meaning and they got trapped into depression and anxiety episodes. This is visible in the reports presented by organizations, and studies carried out by public or private institutions which reveal the high rate of mental health issues which are often reflected on violence of every type and even suicide. From this, the need to identify the resilience levels on bachelor's degree at a Colombian university was raised. The types of studies were non-experimental, quantitative and cross-sectional. The results found show that the studied sample suggests resilience's levels above the average, it also evidenced a higher score on women than in men. In addition, it was found that as age increases, the resilience levels decrease; therefore, mechanisms must be established in order to favor the ability to overcome adversity throughout life.

Keywords: adversity, anxiety, depression, resilience levels.

¹ Fundación Universitaria Monserrate. Colombia, direccionmaestriaed@unimonserate.edu.co

² sarad.cubidesg@gmail.com

³ Universidad Vizcaya de las Américas. México, cinthya.cv@hotmail.com

1. Introducción

Las personas se enfrentan a distintos tipos de adversidades a lo largo de la vida. Sin embargo, muchas veces se es espectador de cómo las mismas condiciones afectan de forma muy diferente, incluso contrarias, a los involucrados. Aunque cada cual reacciona ante los estímulos de forma particular desde su nacimiento, un nicho seguro provee lo necesario para gestionar de forma óptima la resiliencia (Cyrulnik y Anaut, 2016). Según Betancourt et al. (2021), la resiliencia radica en desarrollar y potenciar los recursos personales que dan manejo a situaciones desfavorables. No obstante, la resiliencia no es un valor intrínseco en algunos; se ha afirmado que la resiliencia es ordinaria, no extraordinaria; es algo que se demuestra comúnmente por lo que se puede aseverar que no es una característica que se tiene o no, sino que conlleva conductas, pensamientos y acciones que logran ser aprendidas y desarrolladas por cualquier persona (American Psychological Association, 2011; Oriol-Bosch, 2012).

Dicho esto, los humanos que enfrentan de manera positiva la adversidad desde la infancia o un suceso de algún momento de su vida que «debió hundirlos», por lo general se les llama «casos de éxito» porque lo enfrentaron y se encausaron hacia un estado mejor, la superaron a pesar de las expectativas o la opinión de los expertos; todo ese conjunto de factores que determinan las condiciones para posibilitarlo se conoce como resiliencia. La iniciativa de BBVA Aprendemos juntos (2018) considera que esta capacidad de salir adelante e iniciar un nuevo desarrollo depende en gran medida de las improntas biológicas que lo fortalecieron y del entorno que lo rodea antes y después del trauma, aunque también existen otros factores como las motivaciones intrínsecas y las relaciones provechosas con el contexto (Instituto Español de Resiliencia, s.f.). La resiliencia es una capacidad que se puede desarrollar y fortalecer al entender la existencia humana activa en vez de pasiva.

2. Metodología

Al contar con el problema y el propósito de investigación se procedió a definir el método que permitiría dar respuesta a la pregunta, ¿cuáles son los niveles de resiliencia presentados por los estudiantes de licenciatura en una universidad en Colombia? A partir de lo planteado, el estudio se enmarcó en un paradigma positivista, de tipo no experimental cuantitativo; este diseño permitió cumplir con lo planteado en el objetivo.

La población objeto fue de 371 estudiantes y la muestra correspondió a 179, a quienes se les aplicó la Escala de Resiliencia (RS 14) desarrollada por los doctores David Sánchez Teruel y María Auxiliadora Robles Bello de la universidad pública de Jaén, España. Dicho instrumento cuenta con altos índices de confiabilidad. Se encuentra conformada por 14 ítems tipo Likert, con siete números que van desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 7 (totalmente de acuerdo). Estos midieron el grado de resiliencia a partir de dos factores: El primero, competencia personal: autoconfianza, independencia, decisión, ingenio y perseverancia. El segundo, aceptación de uno mismo y de la vida: adaptabilidad, balance, flexibilidad y perspectiva de vida estable.

3. Resultados

La muestra fue constituida por 179 participantes; el 97.2 % manifestó pertenecer al género femenino y el 2.8 % restante al género masculino. Sobre la edad, 59.2 % reportó tener entre 21 y 30 años, el 40.8 % restante se encuentra distribuido en las diferentes categorías. Asimismo, el 83.2 % manifestó ser soltero, mientras que el 16.2 % mencionó ser casado y solo una persona reportó ser separado.

Se encuentran puntuaciones altas de la muestra respecto a la Escala de Resiliencia a partir de que la media de los puntajes fue de 70.35, aunque se observa un rango estadístico de 84; 14 es el puntaje más bajo y 98 el más alto. No obstante, las medidas de dispersión evidencian que los puntajes no están concentrados en la media y tienden a ser inferiores a esta.

Respecto al género, se observa una ligera diferencia de 13.11 puntos entre la media alcanzada por las mujeres y los hombres, lo cual evidencia que las mujeres arrojaron mayores puntajes en la escala. Los datos estadísticos evidencian que los puntajes agrupados en el género femenino no son tan cercanos a la media, inclusive, tienden a ser inferiores a esta, por lo que no se puede asegurar que las mujeres sean más resilientes que los hombres, más aun teniendo en cuenta que aunque la desviación encontrada en los puntajes agrupados en el género masculino es ligeramente más alta que la de las mujeres y los datos no se encuentran tan agrupados en la media gracias a la curtosis, la asimetría arrojada por el género masculino evidencia que los datos tienden a ser superiores a la media y el rango inferior es superior; sin embargo, se debe tener en cuenta que la muestra es mayormente femenina, por lo que los datos no son contundentes.

Dentro del factor sociodemográfico se encontró que los estratos bajos comparten puntajes que no se concentraron tanto en la media, en especial los datos agrupados en el estrato dos. Y del mismo modo, en todos los grupos se aprecia que los puntajes son tendientes a estar por debajo de la media, sobre todo en los datos pertenecientes al estrato tres.

Respecto a los puntajes obtenidos por rango de edad, se puede evidenciar medias similares en los grupos que abarcan a los participantes menores de 51; 73.38 % del grupo es menor de 20 años, 68.9 % de 21 a 30 años, y 71.62 % de 31 a 40 años. Pero el rango va disminuyendo a medida que va aumentando la edad, lo cual podría presentarse por la frecuencia de los datos en los grupos de mayor edad. Las medidas de dispersión indican poca concentración en la media, a excepción de los menores de 20 años, y de tendencia de los datos a encontrarse por debajo de la media.

4. Conclusiones

La importancia de desarrollar la resiliencia está en su influencia directa en todos los aspectos de la vida y el nivel de satisfacción (Condory y Martínez, 2019). Dentro de los mayores y recientes gestores de estrés de los estudiantes universitarios se encuentra la pandemia que surgió tras la infección del virus COVID-19. En cuanto la resiliencia, Palomino-Oré y Huarcaya-Victoria (2020) mencionan que las medidas de contención que limitan la relación con el otro pueden deteriorar la funcionalidad del sistema por un tiempo prolongado y disminuir

la resiliencia en la población. Por esto, aunque hasta el momento no había sido prioritario, ahora se buscan las alternativas adecuadas para mejorar el manejo del estrés y la predicción de posibles estresores para gestionar la resiliencia a través de ayuda psicológica con el fin de aminorar el impacto y las posibles adversidades que se puedan generar en el futuro a raíz del estrés al que fue sometido cada ser humano durante la pandemia, como exponen Carrasco y Villegas (2022), que confirma la relación entre la resiliencia y el bienestar psicológico.

5. Agradecimientos y reconocimientos

Agradecemos a los estudiantes del programa de licenciatura UNIMINUTO que participaron en este estudio; a Cinthya Cuevas, pasante de investigación del programa de Licenciatura en Ciencias de la Educación de la Universidad Vizcaya de las Américas de Michoacán, México, y al programa DELFIN en convenio con UNIMONSERRATE.

6. Referencias bibliográficas

- American Psychological Association. (2011, July 26). El camino a la resiliencia.
<https://www.apa.org/topics/resilience/camino>
- Aprendamos juntos. (diciembre 2018) Versión completa. Resiliencia: el dolor es inevitable, el sufrimiento es opcional. Boris Cyrulnik [archivo de video].
https://www.youtube.com/watch?v=_IugzPwpsyY
- Betancourt Gamboa, Kenia, Soler Herrera, Mayelin, & Colunga Santos, Silvia. (2021). Niveles de resiliencia en estudiantes de Estomatología en la Universidad de Ciencias Médicas de Camagüey. *EDUMECENTRO*, 13(1), 1-15. Epub 31 de marzo de 2021. Recuperado en 28 de julio de 2022, de <https://r.issu.edu.do/l?l=14521wgR>
- Carrasco, B. S., & Villegas, X. M. (2022). Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de Psicología de los últimos ciclos de una universidad privada de Lima Norte, 2020 [Tesis de licenciatura]. Universidad Privada del Norte. Repositorio de la Universidad Privada del Norte.
<https://hdl.handle.net/11537/30120>
- Condori, K. O. V., & Martínez, R. A. (2019). Resiliencia como factor determinante para la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*, 33(3), 1-15.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412019000300007&script=sci_arttext&tlng=en
- Cyrulnik, B. & Anaut, M. (2016). ¿Por qué la resiliencia?: lo que nos permite reanudar la vida. Editorial Gedisa.
- Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. *Educación Médica*, 15(2).
<https://r.issu.edu.do/l?l=145223Zu>
- Palomino-Oré, C., & Huarcaya-Victoria, J. (2020). Stress disorders caused by quarantine during the COVID-19 pandemic. *Horizonte Médico (Lima)*, 20(4), e1218.
<https://dx.doi.org/10.24265/horizmed.2020.v20n4.10>
- Sánchez, D., & Robles, M. A. (2015). Escala de resiliencia 14 ítems (RS-14): propiedades psicométricas de la versión en español. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 2(40), 103-113. <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645432011.pdf>
- Instituto Español de Resiliencia. (s.f.). Tim Guénard. <https://resiliencia-ier.es/tim-guenard/>