

RESILIENCIA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: CASO DIVISIÓN DE INGENIERÍAS DE LA UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO, CAMPUS GUANAJUATO

Villalobos Pérez, Saúl (1), Silva Muñoz, Sergio Antonio (2)

1 [Doctorado en Ciencias del Desarrollo Humano, Universidad del Valle de Atemajac, León, México] [s.villalobos@ugto.mx]

2 [Departamento de Ingeniería Civil, División de Ingenierías, Campus Guanajuato, Universidad de Guanajuato] [silva@ugto.mx]

Resumen

Al estar expuesto el estudiante universitario a las adversidades de la vida, es importante fortalecer su invulnerabilidad mediante factores protectores que le permitan superar los problemas cotidianos, le ampliarle su mundo de posibilidades le dará mayores y mejores competencias, a estos se les conoce como los factores resilientes. Para identificar la resiliencia es necesario emplear métodos mixtos para valorar el comportamiento del estudiante a través de pruebas de actitud que evalúan los diferentes tipos de conductas. El objetivo de esta investigación es diseñar un instrumento que identifique esas actitudes. El resultado es el cuestionario de resiliencia para estudiantes de la Universidad de Guanajuato (CRE-UG), el cual consta de 90 ITEMS, a ser valorados en escala Likert, cuyas variables socio-demográficas comprenden edad, sexo, estado civil, estrato socioeconómico, carrera y semestre en curso. Además de los ocho factores resilientes del modelo de verbalizaciones de Edith Henderson Grotberg, que son empatía, iniciativa, autonomía, optimismo, altruismo, comunicación, autoestima y confianza, los primeros cinco coincidentes con los de Wolin y Wolin. Este instrumento es el inicio de una investigación integral acerca de la resiliencia que contribuya en la formación de personas y profesionales comprometidas en la búsqueda de un mundo más humanizado.

Abstract

The University student is exposed to adversities life, thus it is important to strengthen his invulnerability through protective factors that enable him to overcome everyday problems, expand his world of possibilities and provide him with greater and better skills, known as resilient factors. To identify the resiliency it is necessary to use mixed methods to assess student's behavior by applying attitude tests that evaluate the different types of behaviors. The objective of this research is to design an instrument that helps to identify such as attitudes. The result is a resiliency questionnaire for students of the University of Guanajuato (CRE-UG), consisting of 90 ITEMS, to be marked on a Likert scale, whose socio-demographic variables include age, sex, marital status, socioeconomic, program and semester. In addition to the eight resilient factors of the model of verbalizations of Edith Henderson Grotberg, named empathy, initiative, autonomy, optimism, altruism, communication, self-esteem and confidence, from which the first five factors are coincident with those of Wolin and Wolin. This instrument is just the beginning of a more comprehensive research on resilience that will contribute to the formation of engaged individuals and professionals searching for a more humanized world.

“PALABRAS CLAVE”

Resiliencia; adversidad, Factores resilientes; estudiante universitario, promoción de la salud.

INTRODUCCIÓN

Hoy en día se viven experiencias que hace un par de décadas eran inimaginables, la llamada cuarta revolución industrial, marcada por la convergencia de tecnologías digitales, físicas y biológicas, anticipa que cambiará el mundo tal como lo conocemos [1]. Se ha modificado nuestros estilos de vida, aun cuando hay grandes posibilidades de desarrollo para el ser humano en general, existen grandes diferencias y desigualdades en la sociedad, en múltiples aspectos socioeconómicos. Estas diferencias sociales provocan que el ser humano sea vulnerable a los problemas, y sí estos crecen se transforman en adversidades. La persona desarrolla su estrés desde su niñez hasta su vejez, no es limitativa ni selectiva.

El estudiante universitario forma parte de un sector de la población muy importante para el desarrollo de la sociedad por tener mayor potencial de contribuir a través de sus conocimientos, habilidades, actitudes, valores y emociones que adquiere durante su formación profesional, además, en la medida que el estudiante universitario esté saludable (proceso), no solo que sea saludable (concepto), estará más preparado para contribuir con su país. Como toda persona, el joven universitario es vulnerable, por lo que se debe fortalecer mediante los factores protectores que le permitan superar las adversidades y desarrollarse, el ampliarle su mundo de posibilidades le dará mayores y mejores competencias, a estos factores protectores se les conoce como los factores resilientes.

La resiliencia, definida por Grotberg como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e inclusive, ser transformados por estas [2], debe ser estudiada y puesta en práctica por todos, así como todos tenemos derecho a la salud, a la educación, a ser tratados con respeto y dignidad, también tenemos derecho a saber cómo desarrollar la resiliencia desde pequeños. De aquí que este estudio profundice en la búsqueda de alternativas que contribuyan a fortalecer la resiliencia del estudiante universitario.

El entorno universitario favorece aspectos que construyen la vida diaria de los estudiantes, ya que además de ocuparse de satisfacer muchas de las necesidades de los adolescentes, fija la dirección del crecimiento, seguridad, capacidad y autodescubrimiento que los adolescentes experimentan hasta convertirse en individuos bien adaptados; habilitándolos para enfrentar, superar, fortalecerse e incluso adaptarse a partir de las experiencias adversas. El estudiante universitario es más competente para contribuir en el desarrollo de un país, sea cual sea su área del conocimiento, además la resiliencia lo hará más consciente y reflexivo ante las desigualdades sociales que debemos abatir al punto que nos permita contar con sociedades más justas, equitativas y sanas en lo general.

Es importante saber que la resiliencia aumenta la calidad de vida y la sensación de bienestar, es efectiva no sólo para enfrentar adversidades, sino también para promover la salud mental y emocional [3].

Existen modelos para el estudio de la resiliencia en jóvenes tales como el de compensación, el de protección y el de desafío. Aunque estos tres modelos de resiliencia son analíticamente diferentes, conceptualmente no son excluyentes. Garnezy *et al.*, sugieren que se puede utilizar más de un modelo para describir el proceso de resiliencia en jóvenes [4].

Ya lo dicen Ospinoza *et al.*, "un modelo de promoción de la resiliencia implica un tipo de intervención psicosocial que promueva procesos que involucren al individuo y su ambiente social, ayudándolo a superar la adversidad (y el riesgo), a adaptarse a la sociedad y a tener una mejor calidad de vida. Por ello, más que controvertir las estrategias de promoción de la salud, la promoción de la resiliencia puede complementar las intervenciones, haciendo énfasis en las posibilidades de cada persona para superar las dificultades durante todo el ciclo vital" [5].

Diversos autores han buscado identificar los distintos factores resilientes que permiten a la persona superar las adversidades del día a día, a continuación se muestra una tabla que resume dichos factores.

TABLA 1.- ANALISIS DE FACTORES PERSONALES, (Puig, G. y Rubio, J.L., 2011, p. 101) [6].

ROJAS MARCOS (2010)	WOLIN & WOLIN (1993)	SUAREZ OJEDA (1993)	DANIEL RODRIGUEZ (2004)	MABEL MUNIST (1998)	RLASCANO (PROGRAMA YACHAY) (1995)	GROTBORG (2003)
Conexiones afectivas personales	Interacción /Relación					Empatía
	Iniciativa	Iniciativa	Iniciativa	Iniciativa		Iniciativa
	Creatividad	Creatividad	Creatividad		Creatividad	
	Humor	Humor	Humor		Humor	Optimismo
Funciones ejecutivas personales	Moralidad	Moralidad	Moralidad			Altruismo
	Perspicacia					
Locus de control interno	Interdependencia	Interdependencia	Interdependencia	Autonomía	Autonomía	Autonomía/autoc control
		Comunicación	Comunicación			Comunicación
		Introspección	Introspección			
		Pertenencia	Pertenencia			
Autoestima		Autoestima			Autoestima	Autoestima
				Confianza		Confianza
				Laboriosidad		
				Identidad	Identidad cultural	
				Pensamiento crítico		
Espiritualidad					Espiritualidad	

Para identificar la resiliencia en una persona es necesario emplear métodos para medir su comportamiento, lo cual se puede hacer a través de pruebas de actitud para evaluar diferentes tipos de conductas, en este caso el principal documento a generar en esta investigación será el diseño de un cuestionario de resiliencia para estudiantes de la Universidad de Guanajuato (CRE-UG), existen dos escalas que se pueden aplicar en este tipo de pruebas, la escala de Thurstone y la escala de Likert, resultando esta última, la más conveniente para evaluar actitudes de los estudiantes universitarios ante diversas situaciones [7].

MÉTODO

En la Universidad de Sucre Colombia se elaboró el cuestionario de resiliencia en estudiantes universitarios (CRE-U), el cual está basado en la teoría de los autores Emmy Werner; así como de Wolin & Wolin; que se centra en explicar los factores personales que sirven para protección y fuerza a las personas en situaciones difíciles o adversas para dicha Universidad. Los factores que se tuvieron en cuenta fueron: interacción, iniciativa, independencia, humor, moralidad, introspección, creatividad y pensamiento crítico. Al mismo tiempo, el instrumento tiene una validez de experto, ya que este cuestionario fue evaluado por 3 investigadores en el tema. El CRE-U tiene un total de 90 ITEMS, con 5 opciones de respuesta estilo escala Likert. Por otro lado 33 de los ITEMS tienen valoración inversa [8].

Para el caso de esta investigación se tomará como referencia algunos de los ITEMS incluidos en el CRE-U para diseñar un cuestionario que sea apto para la UG, de manera que el cuestionario se denominará CRE-UG, en este caso se basa en la teoría de Edith Henderson Grothberg quién emplea el modelo de las verbalizaciones en el cual identifica factores en la persona que le permiten hacer frente a la adversidad, los organizó de manera que la persona los pueda verbalizar de forma sencilla mediante tres expresiones (Yo tengo, Yo soy, Yo puedo), los emplea de acuerdo a las circunstancias, al contexto y a su habilidad en función de cuales tiene más desarrollados o le resultan más simple emplearlos en el momento específico [9]. No significa que tenga todos ellos, pero sí puede desarrollarlos con la práctica o ejercitándose para estar más resiliente. El CRE-UG tiene un total de 90 ITEMS, con 5 opciones de respuesta estilo escala Likert, en la cual: 1 significa Nunca, 2 Casi nunca, 3 A veces, 4 Por lo general; y 5 Siempre. Por otro lado 27 de los ITEMS tienen valoración inversa.

En el modelo de Grotberg los factores resilientes a utilizar también son ocho, que son nuestras variables a estudiar, los cinco primeros que se enuncian corresponden en el mismo orden a los empleados por la Universidad de Sucre Colombia en el CRE-U, el resto se refieren a otro tipo de factor resiliente, estos son: empatía, iniciativa, autonomía, optimismo, altruismo, comunicación, autoestima y confianza. Las variables socio-demográficas son edad, sexo, estado civil, estrato socioeconómico, carrera y semestre en curso.

A continuación se describe de manera breve a que se refiere cada uno de ellos:

Empatía.- Habilidad para entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar y de esta manera poder responder correctamente a sus reacciones emocionales. Se logra cuando combinamos a nivel intelectual la escucha activa, a nivel emocional la comprensión y a nivel conductual la asertividad [10].

Iniciativa.- Actitud permanente de adelantarse a los demás en su accionar. Predisposición a actuar de forma proactiva y no sólo pensar en lo que hay que hacer en el futuro. Implica marcar el rumbo por medio de acciones concretas, no sólo de palabras [11].

Autonomía.- Independencia y libertad. Capacidad de tomar nuestras propias decisiones. [12].

Optimismo.- Valor que nos ayuda a enfrentar las dificultades con buen ánimo y perseverancia, descubriendo lo positivo que tienen las personas y las circunstancias, confiando en nuestras capacidades y posibilidades junto con la ayuda que podemos recibir [13].

Altruismo.- Forma de comportamiento de ayuda, a veces costoso, que muestra interés por el prójimo y se realiza sin expectativa de beneficio personal [14].

Comunicación.- Intercambio de puntos de vista entre dos o más personas de forma clara y empática, con respeto y afecto, tiene un efecto de protección frente a la implicación en comportamientos de carácter delictivo [15].

Autoestima.- Necesidad de respeto y confianza en sí mismo. La necesidad de la autoestima es básica, todos tenemos el deseo de ser aceptados y valorados por los demás. Satisfacer esta necesidad de autoestima hace que las personas se vuelvan más seguras de sí mismas. El no poder tener reconocimiento por los propios logros, puede llevar a sentirse inferior o un fracasado [16].

Confianza.- Sentimiento instintivo, una creencia incuestionable en algo o alguien, es libremente otorgada, es muy similar al amor y su presencia o ausencia puede producir grandes diferencias en nuestra vida [17].

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El cuestionario, del cual se presentan -líneas abajo- ITEMS seleccionados, será sometido a valoración ante un grupo de expertos y una vez recibida la retroalimentación, se realizará una prueba piloto previo a su aplicación definitiva.

Una vez aplicado el cuestionario se interpretarán sus resultados para correlacionar las variables y a partir de este estudio determinar cuáles son los factores resilientes más frecuentes en los estudiantes de ingeniería de la UG y cuáles de ellos deben ser atendidos y cómo deben ser atendidos para mejorar su desarrollo integral.

Finalmente y mediante una selección de aquellos estudiantes que presenten mayor resiliencia se aplicará una entrevista a profundidad con el fin de detectar cuál es la diferencia en el aprendizaje de habilidades para la vida que estos estudiantes tienen.

A continuación presento a manera de muestra del CRE-UG, para cada uno de los factores resilientes dos preguntas con valoración directa y la última con valoración inversa.

Empatía,

1. He contado con personas que me aprecian.
2. En situaciones adversas tengo, al menos, una persona que me apoya.
3. Me cuesta trabajo expresar mis sentimientos a las personas con quien establezco relaciones.

Iniciativa,

4. Participo en actividades que están fuera del ámbito académico.
5. Me gusta enfrentar retos.
6. Me disgusta cuando me exigen mucho en clases.

Autonomía,

7. Me siento bien cuando tengo que afrontar dificultades sin ayuda de los demás.
8. Participo en clases para dar mis opiniones en público.
9. Necesito la aprobación de los demás para tomar decisiones importantes.

Optimismo,

10. Cuando afronto una situación difícil conservo mi sentido del humor.
11. A pesar de tener un problema grave, trato de mantenerme alegre.
12. Cuando tengo un problema, me siento deprimido.

Altruismo,

13. Apoyo a mis amigos en sus momentos difíciles.
14. Me integro a grupos que brindan ayuda a los necesitados.
15. Cuando llego a un lugar quiero ser el primero que atiendan.

Comunicación,

16. Tomo en cuenta los consejos de mis padres.
17. Expreso con facilidad lo que siento y lo que pienso.
18. Me disgusta cuando no están de acuerdo con mi opinión.

Autoestima,

19. Me gusta saber que me respetan por lo que soy.
20. Busco mejorar mis habilidades en algún deporte o actividad.
21. Suelo rendirme ante alguna prueba física o deporte.

Confianza,

22. Cuento con la ayuda de algún adulto que me orienta en la vida.
23. Recibo el amor y cariño de alguien de manera incondicional.
24. Suelo depender de las decisiones de los demás.

CONCLUSIONES

El estudiante universitario que ha desarrollado la capacidad para reconocer sus fortalezas y debilidades tiene mayor oportunidad de dirigir sus energías en el sentido correcto, es por ello que la herramienta (CRE-UG) diseñada en esta investigación busca ayudarlo a responder a las adversidades, de tal manera que el hecho de conocer el significado del término resiliencia, contribuye a su formación integral. A partir de ello se pretende que el estudiante comprenda acerca de los factores resilientes y cómo a partir de ellos puede hacer frente a los problemas, empleando aquel o aquellos que se adapten mejor a las circunstancias. Así mismo la herramienta CRE-UG le ayudará a darse cuenta de que su formación es dinámica y que su resiliencia puede ser adquirida, modificada y contagiada a lo largo de su vida, y que el entorno y su socialización le harán evolucionar en su comportamiento, ya que el estudiante universitario resiliente tiene la capacidad de ser una persona y un profesional más comprometido en la búsqueda de un mundo más humanizado. Finalmente, CRE-UG puede ser aplicado a estudiantes de diversos programas e instituciones de educación superior.

REFERENCIAS

- [1] (BBC Mundo, Valeria Perasso, 12 de Octubre 2016, recuperado el 16 de julio de 2018 de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-37631834>)
- [2] [9] [12] Grotberg, Edith Henderson. (2006). "La resiliencia en el mundo de hoy, cómo superar las adversidades"; Barcelona, España. Editorial Gedisa.
- [3] Melillo, A.; Suárez Ojeda, E.N.; Rodríguez, D. (comps). (2004). "Resiliencia y Subjetividad, los ciclos de la vida"; Buenos Aires, Argentina. Editorial Paidós.
- [4] López-Cortón Facal, Ana. (2015). "Factores predictores de procesos resilientes en jóvenes universitarios"; Tesis doctoral, Universidad Da Coruña, España.
- [5] [6] Puig, Gema y Rubio, José Luis. (2011). "Manual de la resiliencia aplicada"; Barcelona, España. Editorial Gedisa.
- [7] Salkind, N.J. (1999). "Métodos de investigación", University of Kansas, Pearson Educación.
- [8] Peralta Díaz, S. C.; Ramírez Giraldo, A. F. & Castaño Buitrago, H. (2006). Factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre (Colombia). Psicología desde el Caribe, núm. 17, julio 2006, pp. 196-219.
- [10] María Julieta Balart Gritti, recuperado el 5 de julio de 2018 de http://www.gref.org/nuevo/articulos/art_250513.pdf
- [11] Martha Alles, recuperado el 5 de julio de 2018 de <http://blogs.up.edu.pe/psicomentarios/definiendo-competencias-iniciativa-y-proactividad/>
- [13] Universidad México Americana del Norte A.C <http://www.uman.edu.mx/boletin/orienta%20febrero%202007.pdf>
- [14] Barreto, 2015 recuperado el 5 de julio de 2018 de <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/928/Altruismo%2C%20empatia%20y%20autoestima%20%C2%BFson%20las%20personas%20mas%20solidarias%20las%20que%20mas%20se%20oponen%20a%20recibir%20ayuda.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- [15] Kerr&Stattin 2000, recuperado el 5 de julio de 2018 de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342007000300003
- [16] Abraham Maslow, recuperado el 5 de julio de 2018 de <https://www.laautoestima.com/abraham-maslow.htm>
- [17] Jack Gibb 1978, recuperado el 5 de julio de 2018 de <https://docplayer.es/13263170-Confianza-y-desarrollo-del-potencial-humano-mario-morales-vergara-2000.html>