

Análisis cuantitativo de resiliencia y apoyo social en estudiantes universitarios de primero y último curso de Psicología

Quantitative analysis of resilience and social support in first and last year university students of Psychology

Análise quantitativa da resiliência e apoio social em estudantes universitários de primeiro e último ano de Psicologia



Pedro Javier **Castañeda García**
 Tamara **Alejo Trujillo**
 María Rosario **Cota Bedoya**
 Marlon Fabián **García Torres**
 Vanesa **Cruz Santana**

ID: [10.33881/2027-1786.rip.15108](https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.15108)

Title: Quantitative analysis of resilience and social support in first and last year university students of Psychology

Título: Análisis cuantitativo de resiliencia y apoyo social en estudiantes universitarios de primero y último curso de Psicología

Título: Análise quantitativa da resiliência e apoio social em estudantes universitários de primeiro e último ano de Psicologia

Alt Title / Título alternativo / Título alternativo:

[en]: Quantitative analysis of resilience and social support in first and last year university students of Psychology

[es]: Análisis cuantitativo de resiliencia y apoyo social en estudiantes universitarios de primero y último curso de Psicología

[pt]: Análise quantitativa da resiliência e apoio social em estudantes universitários de primeiro e último ano de Psicologia

Author (s) / Autor (es) / Autor (es):

Castañeda García, Alejo Trujillo, Cota Bedoya, García Torres & Cruz Santana

Keywords / Palabras Clave / Palavras-chaves:

[en]: academic itinerary; university role; resilience; social support; life transition; adaptation

[es]: itinerario académico; rol universitario; resiliencia; apoyo social; transición vital; adaptación

[pt]: itinerário acadêmico; papel universitário; resiliência; suporte social; transição de vida; adaptação

Proyecto / Project / Projeto:

No Reporta

Financiación / Funding / Financiamento:

No reporta

Submitted: 2021-03-29

Accepted: 2021-11-10

Pedro Javier **Castañeda García**, PhD Med

ORCID: [0000-0001-7890-4243](https://orcid.org/0000-0001-7890-4243)

Source | Filiacion:

Universidad de La Laguna

BIO:

Director Master Universitario en Psicogeriatría y Gerontología Social. Docente investigador, Lic en Psicología, Master en Gerontología, Dr. en Psicología.

City | Ciudad:

San Cristóbal de La Laguna [es]

e-mail:

pcastane@ull.edu.es

Tamara **Alejo Trujillo**, Psi

ORCID: [0000-0003-1695-6384](https://orcid.org/0000-0003-1695-6384)

Source | Filiacion:

Universidad de La Laguna

BIO:

Psicólogo investigador

City | Ciudad:

San Cristóbal de La Laguna [es]

e-mail:

alu0101066912@ull.edu.es

Resumen

En este trabajo hemos estudiado la percepción de resiliencia y apoyo social que tiene un grupo de alumnado universitario en su primer y último curso de estudios. Para ello se entrevistó a 100 jóvenes voluntarios de ambos sexos que contestaron a tres pruebas, un cuestionario sociodemográfico donde también se preguntaba por su atribución de resiliencia del entorno socio-familiar más cercano, la Escala de Resiliencia (Connor & Davidson, 2003) y la Escala de Apoyo Social Familiar de Amigos (González & Landero, 2014). Se administraron las tres partes de la entrevista de manera telemática. Los datos obtenidos se trataron mediante análisis descriptivos, con pruebas paramétricas (correlación Pearson) y no-paramétricas (U de Mann Whitney, Kruskal-Wallis y Chi cuadrado). Los resultados mostraron que la resiliencia y el apoyo social están relacionados positivamente entre sí, tanto al comienzo del primer año académico como del último. Cuando las relaciones del alumnado son positivas con amistades puntúan más en resiliencia y apoyo social, tanto en primer curso como en cuarto; y cuando son positivas con familiares, puntúan más en apoyo social, solo en alumnado de primer curso. La variable lugar de procedencia del alumnado ha revelado una relación destacada con el resto de variables analizadas. Se concluye que la resiliencia y el apoyo social son dos variables importantes relacionadas con el desempeño del nuevo rol del alumnado universitario, dentro de la complejidad que conlleva esta transición vital. Se necesita más investigación de este proceso para detectar aspectos mejorables y proponer intervenciones pedagógicas que optimicen entornos socioeducativos resilientes

Abstract

In this work we have studied the perception of resilience and social support that a group of university students have in their first and last year of studies. For this, 100 young volunteers of both sexes were interviewed who answered three tests, a sociodemographic questionnaire, where they were also asked about their attribution of resilience from the closest socio-family environment, the Resilience Scale (Connor & Davidson, 2003), and the Family and Friends Social Support Scale (González & Landero, 2014). The three parts of the interview were administered electronically. The data obtained were processed by descriptive analysis, parametric (Pearson correlation) and non-parametric tests (Mann Whitney U, Kruskal-Wallis and Chi square). The results showed that resilience and social support are positively related to each other, both at the beginning of their first academic year and in the last. When the students' relationships are positive with friends, they score more in resilience and social support, both in the first year and in the fourth year; and when they are positive with relatives, they score more in social support, only in first-year students. The variable place of origin of the students has revealed an outstanding relationship with the rest of the variables analyzed. It is concluded that resilience and social support are two important variables related to the performance of the new role of university students, within the complexity that this vital transition entails. More research is needed on this process to detect aspects for improvement and propose pedagogical interventions that optimize resilient socio-educational environments

Resumo

Neste trabalho estudamos a percepção de resiliência e apoio social que um grupo de estudantes universitários tem em seu primeiro e último ano de estudos. Para isso, foram entrevistados 100 jovens voluntários de ambos os sexos que responderam a três testes, um questionário sociodemográfico que também perguntou sobre a sua atribuição de resiliência ao ambiente sociofamiliar mais próximo, a Escala de Resiliência (Connor & Davidson, 2003) e a Escala de Família e Escala de Apoio Social de Amigos (González & Landero, 2014). As três partes da entrevista foram administradas eletronicamente. Os dados obtidos foram tratados por análise descritiva, com testes paramétricos (correlação de Pearson) e não paramétricos (Mann Whitney U, Kruskal-Wallis e Qui quadrado). Os resultados mostraram que a resiliência e o apoio social estão positivamente relacionados entre si, tanto no início do primeiro ano letivo como no último. Quando o relacionamento dos alunos com os amigos é positivo, eles pontuam mais em resiliência e apoio social, tanto na primeira quanto na quarta série; e quando são positivos com os familiares, pontuam mais no apoio social, apenas nos alunos do primeiro ano. A variável local de origem dos alunos revelou uma relação marcante com o restante das variáveis analisadas. Conclui-se que a resiliência e o suporte social são duas importantes variáveis relacionadas ao desempenho do novo papel dos estudantes universitários, dentro da complexidade que essa transição vital acarreta. São necessárias mais pesquisas sobre esse processo para detectar aspectos que podem ser melhorados e propor intervenções pedagógicas que otimizem ambientes socioeducativos resilientes

Citar como:

Castañeda García, P. J., Alejo Trujillo, T., Cota Bedoya, M. R., García Torres, M. F. & Cruz Santana, V. (2022). Análisis cuantitativo de resiliencia y apoyo social en estudiantes universitarios de primero y último curso de Psicología. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15 (1), 79-90. Obtenido de: <https://reviberopsicologia.ibero.edu.co/article/view/2114>

María Rosario **Cota Bedoya**, Psi

ORCID: [0000-0001-6859-9150](https://orcid.org/0000-0001-6859-9150)

Source | Filiacion:

Universidad de La Laguna

BIO:

Psicólogo investigador

City | Ciudad:

San Cristóbal de La Laguna [es]

e-mail:

alu0101040691@ull.edu.es

Marlon Fabián **García Torres**, Psi

ORCID: [0000-0001-8154-8083](https://orcid.org/0000-0001-8154-8083)

Source | Filiacion:

Universidad de La Laguna

BIO:

Psicólogo investigador

City | Ciudad:

San Cristóbal de La Laguna [es]

e-mail:

marlitoon98@gmail.com

Vanesa **Cruz Santana**, Psi

ORCID: [0000-0002-4732-8666](https://orcid.org/0000-0002-4732-8666)

Source | Filiacion:

Universidad de La Laguna

BIO:

Psicólogo investigador

City | Ciudad:

San Cristóbal de La Laguna [es]

e-mail:

vanesacruzantana@gmail.com

Análisis cuantitativo de resiliencia y apoyo social en estudiantes universitarios de primero y último curso de Psicología

Quantitative analysis of resilience and social support in first and last year university students of Psychology

Análise quantitativa da resiliência e apoio social em estudantes universitários de primeiro e último ano de Psicologia

Pedro Javier **Castañeda García**
Tamara **Alejo Trujillo**
María Rosario **Cota Bedoya**

Marlon Fabián **García Torres**
Vanesa **Cruz Santana**

Introducción

Ir a estudiar a la Universidad puede ser un acontecimiento o una transición vital estresante para mucho alumnado (**Ibrahim et al., 2013**), dados los cambios importantes que se producen en el itinerario académico de sus vidas, como muestran varios estudios realizados en ámbitos culturales diferentes de África (**Othieno et al., 2014**), Australia (**Brewer et al., 2021; Larcombe et al., 2016**), China (**Chen et al., 2013**), Europa (**Jardim et al., 2021; Wörfel et al., 2016**), Latinoamérica (**Lugo-Márquez et al., 2016; Reyes Pérez et al., 2017; Tipismana, 2019**), USA (**Beiter et al., 2015**), entre otros. Dos factores que se han relacionado con un mejor ajuste y afrontamiento de ese nuevo rol universitario son la resiliencia y el apoyo social. También, en algún estudio se ha encontrado relaciones positivas entre resiliencia y satisfacción con la vida en alumnado específico de extraedad escolar (**Bernal Romero et al., 2015**).

Frente a la complejidad multidimensional de ese momento evolutivo, el objetivo central de este trabajo es analizar algunos aspectos de esos dos factores y así poder comprobar su importancia e influencia, como demuestran algunos datos de trabajos que han encontrado que el apoyo social (y una baja depresión) explica hasta el **33%** de la varianza en un modelo de predicción de resiliencia (**Hamdan-Mansour et al., 2014**); y también Pidgeon et al. (**2014**), donde un **36%** de la varianza en resiliencia se explica teniendo de base el apoyo social.

La resiliencia en universitarios, junto con el apoyo social, pueden predecir en un **50% la vulnerabilidad al estrés, siendo esta mayor en ausencia de resiliencia (Rahat & Ilhan, 2016)**. Además, ese apoyo social representa una fuente valiosa de protección en salud mental y calidad de vida (Alsubaie et al., 2019). Estudios realizados con alumnado universitario en Perú reflejan la gran necesidad de factores protectores como la resiliencia, puesto que la presencia de esta variable facilita la buena adaptación durante el curso, y predice la mejor percepción de rendimiento académico en el alumnado (Tipismana, 2019).

Estudios anteriores también corroboran estos hallazgos presentando tres mecanismos que parecen ser beneficiosos para hacer frente a la transición universitaria y la adaptación positiva a la adversidad, además de estar asociada directa e indirectamente con la resiliencia; estos tres mecanismos son: el optimismo, la percepción de apoyo a la autonomía parental y el apoyo social percibido (Tusaie & Dyer, 2004; Tusaie et al., 2007). Un estudio reciente ha encontrado que un buen predictor del ajuste al primer año en la universidad es la resiliencia y el auto-concepto académico Haktanir et al. (2021).

El estudio de la resiliencia trae consigo el análisis de factores protectores observados en las personas que han estado expuestas a situaciones adversas, y cómo se comportan de manera resiliente (García y Domínguez, 2013). Estos autores identificaron tres aspectos que se repiten de forma recurrente cuando se habla de este factor protector: características del temperamento, relaciones familiares y fuentes de apoyo externo. Sin embargo, es concluyente decir que ningún factor por sí solo la promueve; es decir, tienen que estar involucrados varios factores y actuar de forma integrada para promover un desarrollo sano. No siendo estos factores independientes entre sí.

El apoyo social es la protección y asistencia que otras personas proporcionan al individuo. Puede ser físico, instrumental, material o emocional y lo proporciona la red social. La investigación de Davarniya et al. (2019) muestra claramente que aumentar el apoyo social puede proporcionar un escudo contra las angustias psicológicas, y ayuda a mantener el bienestar físico y psicológico.

Además, otros autores han hecho la distinción entre el apoyo social recibido o real y su dimensión subjetiva (apoyo social percibido). Rosa-Rodríguez et al. (2015) afirman que estas dos dimensiones se relacionan con el bienestar de los individuos.

Tusaie et al. (2007) sugieren tres mecanismos que parecen ser beneficiosos para hacer frente a la transición universitaria y la adaptación positiva a la adversidad, además de estar asociados directa e indirectamente con la resiliencia, y que son: optimismo, percepción de apoyo a la autonomía parental (PAS) y apoyo social percibido (PSS).

Con respecto al apoyo social percibido (PSS), se ha encontrado que las relaciones tanto con los mentores como con los compañeros resultan beneficiosas para ayudar a las personas a adaptarse positivamente durante la transición universitaria. Los mentores pueden desempeñar un papel importante en la promoción de la resiliencia entre los niños y adolescentes en riesgo. Para Dawson y Pooley (2013), los adultos no parentales, que sirven como mentores, pueden brindar un apoyo confiable, comunicar valores morales, enseñar información y habilidades, inspirar, motivar, mejorar la relación interpersonal y fomentar la autoestima.

El estudio de dichos autores también confirma la necesidad de factores protectores durante la etapa universitaria, tras estudiar a alumnado que cursa el primer año de universidad. Se interesaron por estudiar mecanismos como el optimismo, la promoción del desarrollo independiente, el funcionamiento volitivo y el apoyo social percibido

en la resiliencia. Encontraron que el optimismo y el apoyo social predicen de forma independiente y significativa la resiliencia, y que ambos se ubicaron como predictores muy fuertes. Además, se tuvo en cuenta el impacto positivo de la resiliencia en la promoción de los resultados positivos en tiempos de cambio.

En otro estudio se encontró que la resiliencia y el apoyo social tienen una correlación positiva y estadísticamente significativa con el ajuste a la vida universitaria, entre los alumnos de primer y segundo año (Jeong, 2020).

Rodríguez et al. (2015) hallaron, en una muestra de adolescentes, que la resiliencia correlaciona positivamente con autoconcepto, y apoyo social percibido; se observó una variación significativa en las puntuaciones de ambas variables en función de la resiliencia. El autoconcepto y el apoyo social percibido fueron identificados como predictores de la resiliencia.

Sin embargo, ha habido otros estudios con resultados contradictorios como el de Robbins et al. (1993) que mostraron que el apoyo social no influye en el ajuste universitario ni en el rendimiento académico. También Liu et al. (2015) encontró, con estudiantes de enfermería que la influencia psicológica de los acontecimientos vitales negativos pueden aumentar el riesgo de inadaptación escolar e incidir en el nivel de resiliencia.

Otro estudio más reciente, realizado con adolescentes escolarizados en Paraguay, muestra que no existe correlación entre apoyo social y disposición resiliente en esa muestra (Coppari et al., 2018), lo que demuestra que es necesario estudiar más esas dos variables tan relevantes.

A pesar de esos datos contradictorios, los resultados mayoritarios de las investigaciones expuestas destacan la importancia de esas dos variables, en medio de la complejidad multidimensional que implica ese momento evolutivo del alumnado universitario. El presente trabajo se planteó evaluar tales aspectos desde un enfoque interdependiente (Fergus y Zimmerman, 2005), donde la resiliencia está relacionada con factores externos, como el apoyo social, y también con factores o fortalezas internas, como la atribución de resiliencia desde sí mismo y desde los demás.

Objetivo general:

Analizar la autopercepción de resiliencia y apoyo social en alumnado universitario, al inicio y final de sus estudios.

Objetivos específicos:

1. Obtener, en primer lugar, un perfil sociodemográfico de la muestra participante, teniendo en cuenta: edad, sexo/género, estado civil, lugar de procedencia, residencia/convivencia durante los estudios, mudanza por estudios, enfermedades y salud, relaciones con amistades y con familiares, nivel económico. En segundo lugar, conocer su atribución de resiliencia tanto consigo mismo como desde su red social y familiar más cercana.
2. Analizar comparativamente los niveles de resiliencia y apoyo social percibido, entre alumnado de primer curso y de cuarto curso, además de realizar un análisis en relación con sus amistades y sus familiares.

3. Observar si existen relaciones entre el nivel de resiliencia y el nivel de apoyo social con algunas variables sociodemográficas, tanto en el alumnado de primero como de cuarto curso.

o varias opciones a la vez. Esta pregunta final del cuestionario sociodemográfico permitía complementar la información sobre resiliencia y apoyo social obtenida de los otros dos cuestionarios específicos en cada tema.

Método

Participantes

En este estudio se entrevistó a una muestra disponible de 100 estudiantes de la carrera de Psicología, en la Universidad de La Laguna, ubicada en la isla de Tenerife, archipiélago canario, en España. Participaron voluntariamente 50 alumnos de primer curso, de entre 17 y 53 años de edad ($X = 20.2$ años; $DT = 6,64$) y 50 de cuarto curso, de entre 21 y 28 años de edad ($X = 22.4$ años; $DT = 1,85$). Del total de participantes, 74% eran mujeres y 26% hombres. Su perfil sociodemográfico completo se muestra en el primer apartado de Resultados.

Instrumentos

En la entrevista se incluyeron tres cuestionarios: el primero con dos partes, una de datos sociodemográficos y otra de atribución de resiliencia; el segundo cuestionario, de resiliencia general para evaluar la capacidad de afrontamiento ante las adversidades de los estudiantes universitarios, y un tercero para analizar el apoyo social, familiar y de amigos. A continuación, se explican esos tres instrumentos.

Cuestionario sociodemográfico y atribución de resiliencia (AR)

Incluyó una primera sección con datos sobre la edad, el sexo (femenino, masculino u otro), estado civil, lugar de procedencia cercano o lejano (de la misma isla donde está la única Facultad de Psicología y Logopedia del archipiélago, o de fuera, del resto de islas), residencia (dónde vive durante el curso universitario y si tuvo que realizar algún desplazamiento/mudanza para poder asistir a la universidad), con quién vive (sola/o, en pareja, en familia, con compañera/o de piso, u otro y especificar cuál), si ha padecido algún tipo de enfermedad (en caso de que sí, cuál), cómo considera su nivel de salud (muy saludable, saludable, salud regular y mala salud; en estos dos últimos especificar por qué), relaciones con amistades y relaciones con familiares (Muy buenas, Buenas, Normales, Regulares, Malas, Muy malas; en estas tres últimas especificar por qué), y situación económica personal (Muy buena, Buena, Normal, Mala, Muy mala).

En una segunda sección del cuestionario se incluyó una última pregunta de propia elaboración, relacionada con la atribución de resiliencia, que llamaremos (AR) y que resume la definición de resiliencia de la pedagoga americana Froma Walsh (2004) "capacidad de resistir y tener éxito frente a desafíos críticos de la vida" pero que hemos ampliado y relacionado tanto a una atribución consigo mismo como desde otras personas del entorno sociofamiliar más cercano al alumnado participante: ¿En qué grado consideras que el salir adelante en tu vida ha sido gracias a: tú mismo/a (), tu madre (), tu madrastra (), tu padre (), tu padrastro (), tu abuela materna (), tu abuelo materno (), tu abuela paterna (), tu abuelo paterno (), tus amigas (), tus amigos/as (), tus tíos/tías maternas (), tus tíos/tías paternas () y otras personas...)? Cada pregunta fue contestada con una escala Likert de cuatro opciones: 1 (Nada), 2 (Poco), 3 (Bastante), 4 (Mucho), que permitía marcar una

Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)

(Connor & Davidson, 2003)

Esta escala ha sido traducida al español por Bobes et al. (2001). Está compuesta por 25 ítems (por ej. "No me desanimo fácilmente ante el fracaso o soy capaz de adaptarme cuando surgen cambios"). Incluye cinco factores: persistencia o tenacidad y un fuerte sentido de auto-eficacia; confianza y fortaleza frente al estrés; capacidad de adaptación y relaciones seguras; capacidad de recuperar el control, y espiritualidad. Se responde con una escala de respuesta tipo Likert, comprendida entre 0 (En absoluto), 1 (Rara vez), 2 (A veces), 3 (A menudo) y 4 (Casi siempre). A mayor puntuación (0 a 100) mayor resiliencia. En cuanto a las propiedades psicométricas, la escala ha mostrado una consistencia interna con alfa de Cronbach de .89, para la prueba global. En cuanto a la confiabilidad test-retest, las puntuaciones (M y DT) entre el periodo del primer test (52.7; 17.9) y el segundo test (52.8; 19.9) demostraron una confiabilidad alta, con un coeficiente de correlación de 0.87 (Connor & Davidson, 2003).

Escala de Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFA-R)

(González & Landero, 2014)

Está compuesta por 15 ítems (por ej. "Tus padres te demuestran cariño y/o afecto, o con qué frecuencia cuentas con alguien cuando lo necesitas"). Se responde con una escala de respuesta tipo Likert con 5 alternativas de respuesta: 1 (Nunca), 2 (Muy pocas veces), 3 (Algunas veces), 4 (Muchas veces) y 5 (Siempre). Cuenta con dos dimensiones, una para medir el apoyo de la familia (8 ítems) y otra para el de los amigos (7 ítems). La dimensión de apoyo familiar comprende los siguientes ítems: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13 y 14, mientras que la dimensión de apoyo de amigos se constituye por los ítems: 2, 4, 6, 8, 10, 12 y 15. Se suman todos los ítems y su recorrido es de 15 a 75 puntos. A mayor puntaje mayor apoyo social, esto también puede hacerse para cada dimensión. En cuanto a las propiedades psicométricas, la escala ha mostrado una consistencia interna con alfa de Cronbach de .919, confirmando una estructura bifactorial (apoyo social y estrés) que explica el 66.09% de la varianza. Como criterio de validez se evaluó la relación entre apoyo social y estrés obteniendo una correlación negativa y significativa ($rs = -.337, p = .001$) (González & Landero, 2014).

Procedimiento

Se contactó con el alumnado a través del correo institucional de la Universidad de La Laguna y se explicaron las instrucciones de los cuestionarios de forma sencilla y clara. Por otro lado, se evitó que los participantes conocieran los conceptos concretos de la investigación en los encabezados de los cuestionarios (resiliencia y apoyo social) con el propósito de evitar posibles respuestas sesgadas, por lo que se les comentó que era una investigación con la finalidad de ampliar el conocimiento del alumnado universitario. Asimismo, se respetó el anonimato de las respuestas, tanto para la recogida de datos como en

el tratamiento posterior de los mismos. La participación fue totalmente voluntaria para reducir los efectos de la deseabilidad social. Cuando se consiguió llegar a **50 cuestionarios bien cumplimentados por cada curso, primero y cuarto, se cerró la recogida de datos, y no se vaciaron en el programa SPSS los que llegaron después.**

Este estudio cumplió los valores éticos requeridos en la investigación y la evaluación psicológica, respetando los principios fundamentales incluidos en el código ético de la *Asociación Americana de Psicología (APA)*, y en las normativas vigentes (*consentimiento informado, derecho a la información, protección de datos personales y garantías de confidencialidad, no discriminación, gratuidad y posibilidad de abandonar el estudio*).

Análisis de datos

Fueron realizados con la ayuda del paquete IBM SPSS en su versión 20. En primer lugar, se realizó un análisis descriptivo del conjunto de variables con la finalidad de conocer la composición de la muestra, se utilizaron tablas de frecuencia con porcentajes para las variables categóricas, incluyendo la media y desviación típica en algunos casos.

En segundo lugar, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para determinar si las variables cuantitativas del estudio se ajustaban a la curva normal, aquellas variables cuya significación era superior a 0.05 se consideraron normales, el resto de variables, al ser de tipo ordinal fueron tratadas con pruebas no paramétricas para estudiar su relación con las variables sociodemográficas.

En tercer lugar, se procedió al análisis inferencial con las pruebas Kruskal Wallis y U de Mann Whitney, con el fin de contrastar si existen o no diferencias entre los grupos de una variable categórica (sociodemográficas) y una variable cuantitativa (resiliencia y apoyo social en puntuaciones directas).

Por otro lado, mediante la prueba de *Chi cuadrado* se contrastaron las variables categóricas, para comprobar si existe relación entre resiliencia, apoyo y datos sociodemográfico. Por último, mediante la correlación de Pearson, se obtuvo la relación entre las variables cuantitativas, en este caso, para resiliencia y apoyo social en puntuaciones directas.

Resultados

Perfil sociodemográfico

En cuanto a los resultados obtenidos que corresponden a la primera parte del objetivo 1, obtener las características sociales y demográficas de la muestra de los participantes, se han obtenido los siguientes datos. Las variables más homogéneas entre los participantes, y que rondan un 90%, son la edad, el estado civil de soltería y la salud óptima. Por el contrario, las variables más desiguales son el género, el lugar de procedencia, la mudanza o no por estudios, las relaciones con amistades vs con familiares, con quién viven durante el curso, y situación económica actual buena vs normal. Para conocer las puntuaciones concretas de todas las variables sociodemográficas, véase Tablas 1 y 2.

Tabla 1 Puntuaciones de las variables sociodemográficas en sus distintas categorías de la muestra de primer curso universitario

Variables	Categorías	N	%
Género	Hombre	10	20.0
	Mujer	40	80.0
	Otro	0	00.0
Estado civil	Soltero	48	96.0
	En pareja	2	4.0
Lugar de procedencia	Cercano	28	56.0
	Lejano	22	44.0
Residencia. Con quién vive (durante los estudios)	Solo	1	2.0
	En pareja	3	6.0
	En familia	28	56.0
	Con compañeras/os de piso	15	30.0
	Otro	2	4.0
Mudanza por estudios	Sin contestar	1	2.0
	Sí	21	42.0
Haber padecido algún tipo de enfermedad	No	29	58.0
	Sí	5	10.0
Nivel de salud	No	43	86.0
	Sin contestar	2	4.0
	Muy saludable	8	16.0
Relaciones con amistades	Saludable	36	72.0
	Regular	6	12.0
	Muy buena	26	52.0
Relaciones con tu familia	Buena	22	44.0
	Normal	2	4.0
	Muy buena	23	46.0
	Buena	19	38.0
	Normal	5	10.0
Situación económica personal	Regular	2	4.0
	Mala	1	2.0
	Muy buena	2	4.0
	Buena	13	26.0
	Normal	23	46.0
	Regular	12	24.0

Tabla 2 Puntuaciones de las variables sociodemográficas en sus distintas categorías de la muestra de cuarto curso universitario

Variables	Categorías	N	%
Género	Hombre	16	32.0
	Mujer	34	68.0
	Otro	0	00.0
Estado civil	Soltero	48	96.0
	En pareja	2	4.0
Lugar de procedencia	Cercano	27	54.0
	Lejano	23	46.0
Residencia. Con quién vive (durante los estudios)	Solo	3	6.0
	En pareja	5	10.0
	En familia	24	48.0
	Con compañeras/os de piso	16	32.0
	Otro	1	2.0
	Sin contestar	1	2.0

Variables	Categorías	N	%
Mudanza por estudios	Sí	27	54.0
	No	23	46.0
Haber padecido algún tipo de enfermedad	Sí	5	10.0
	No	45	90.0
Nivel de salud	Muy saludable	12	24.0
	Saludable	33	66.0
	Regular	5	10.0
Relaciones con amistades	Muy buena	23	46.0
	Buena	24	48.0
	Normal	3	6.0
Relaciones con tu familia	Muy buena	19	38.0
	Buena	20	40.0
	Normal	10	20.0
Situación económica personal	Regular	1	2.0
	Muy buena	5	10.0
	Buena	17	34.0
	Normal	21	42.0
	Regular	6	12.0
	Mala	1	2.0

Relaciones entre resiliencia (CD-RISC) y Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFAR-R) con curso escolar

En relación a los resultados obtenidos en el segundo objetivo de este trabajo, han aparecido relaciones significativas entre resiliencia y apoyo social tanto en alumnado de primero como de cuarto curso, concretamente una correlación directa de intensidad moderada para el primer curso ($r = .471, p < .01$) y de la misma forma para el cuarto curso ($r = .359, p < .05$). Así, cuando ambos alumnados puntúan más en resiliencia lo hacen también en apoyo social. Sin embargo,

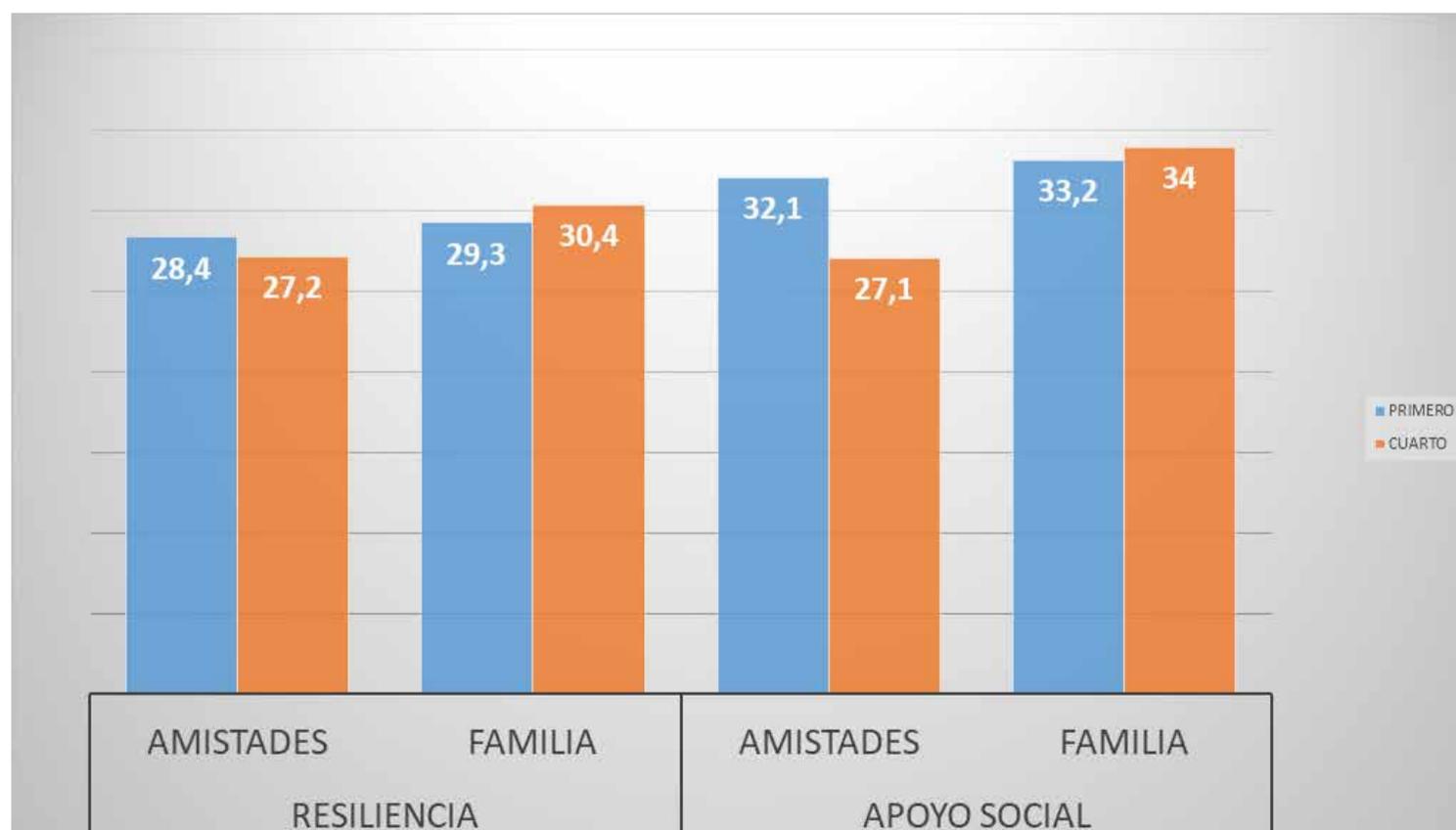
la correlación entre ambas variables es de intensidad alta con el alumnado de primero.

Relación entre resiliencia (CD-RISC) y Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFAR-R) con distintas variables sociodemográficas

En cuanto al tercer y último objetivo, se encontraron efectos significativos con las siguientes variables: curso escolar, relaciones con amistades y familiares, lugar de procedencia, atribución de resiliencia (AR) y nivel económico actual.

Resiliencia (CD-RISC) y Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFAR-R) con curso escolar y amistades.

En cuanto a averiguar si existe relación significativa entre la percepción de resiliencia y apoyo social, en alumnado tanto de primer curso como de cuarto curso, con el tipo de relaciones con las amistades, comprobando que sí existen relaciones significativas (Kruskal-Wallis) entre relaciones positivas con amistades (opciones “*buenas*” y “*muy buenas*”) y resiliencia ($H = 7.764; p < .05$) y relaciones positivas con apoyo social ($H = 14.584; p < .01$) al igual que ocurre en cuarto curso con resiliencia ($H = 8.150; p < .05$) y con apoyo social ($H = 6.785; p < .05$). Por lo que, cuando tienen relaciones positivas con sus amistades, el alumnado de primer curso puntúa de manera parecida en resiliencia y en apoyo social, mientras que el alumnado de cuarto curso puntúa de manera casi idéntica. Véase Gráfica 1.



Gráfica 1 Puntuaciones medias en resiliencia y apoyo social del alumnado de primero y cuarto curso en función de su relación positiva con amistades y familia

Resiliencia (CD-RISC) y Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFAR-R) con curso escolar y familiares.

Además, este análisis con el mismo grupo (alumnos de primer curso), se repitió, pero esta vez en base al tipo de relaciones con familiares. En cuanto a la resiliencia cabe destacar que, si bien no ha resultado significativa, observamos la tendencia a que aquellas personas con buenas relaciones familiares puntúan más alto en resiliencia. En la variable apoyo social, mediante Kruskal-Wallis los datos resultaron significativos ($H = 21.178; p < .01$). Lo que nos indica que aquel alumnado que presenta muy buenas relaciones familiares tiene una mayor percepción de apoyo social que el alumnado que no las tiene así. Véase Gráfica 1.

Por el contrario, en alumnado de cuarto curso la relación de ambas variables en base al tipo de relación con los familiares, encontramos que no existen diferencias significativas ($p > .05$). Por lo que una relación positiva o negativa con los familiares no influye en esas dos variables, en contraposición a los datos obtenidos con primer curso, donde sí existe esta relación, pero solo con el apoyo social. Véase Gráfica 1.

Resiliencia (CD-RISC), lugar de procedencia y curso escolar.

También, los más cercanos, puntuaban más alto en la escala de Resiliencia (U de Mann Whitney), concretamente en los dos ítem

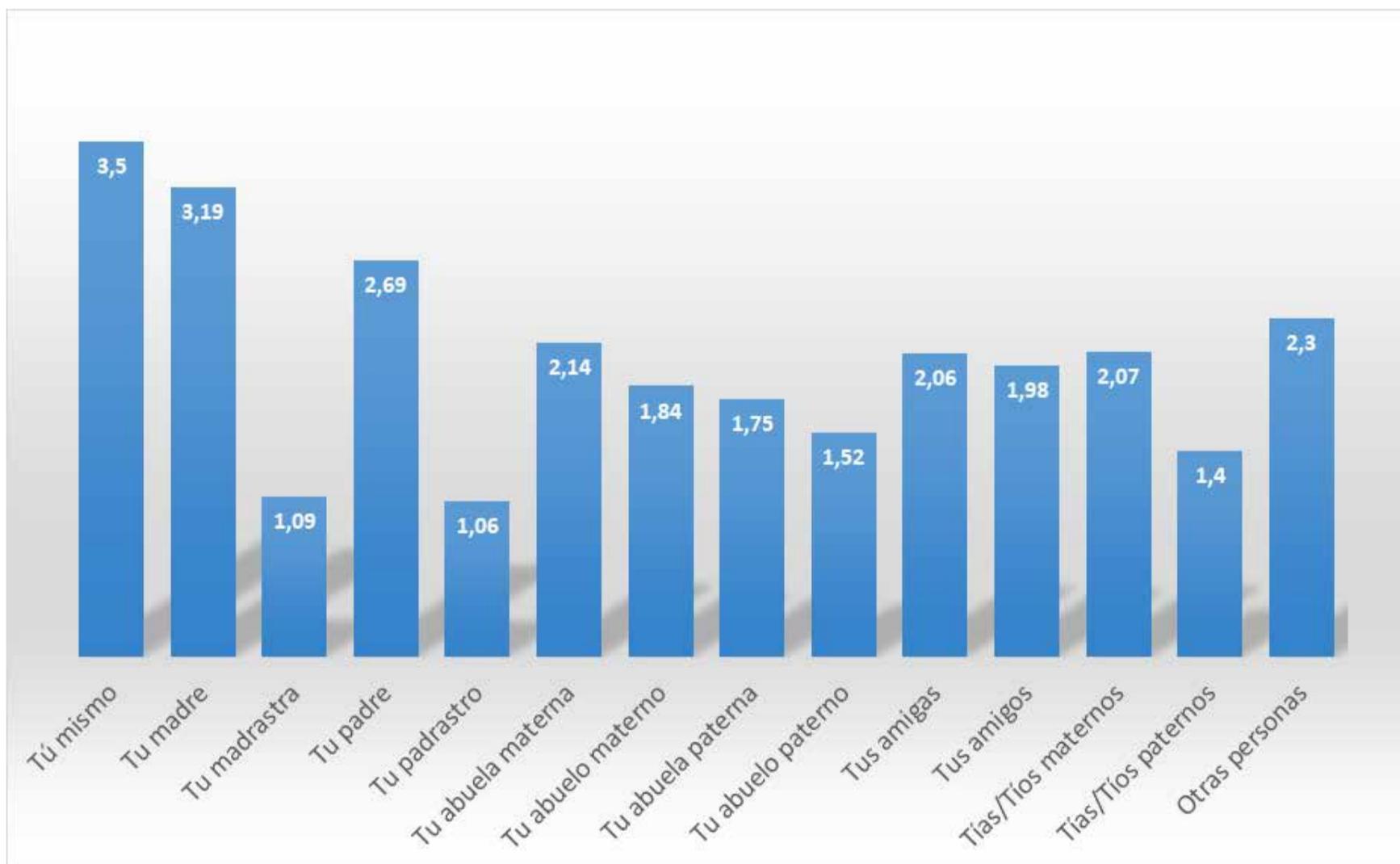
Siempre me esfuerzo sin importar cuál pueda ser el resultado ($U = 946,000; p = .033$) y *Prefiero intentar solucionar las cosas por mí mismo* ($U = 214,500; p = .042$). También resultó que el alumnado de primer curso, de procedencia cercana, puntuó más alto en el mencionado ítem de resiliencia *Siempre me esfuerzo sin importar cuál pueda ser el resultado* ($U = 208,500; p = .041$).

Lugar de procedencia y situación económica.

Cuando se tenía en cuenta la variable lugar de procedencia del alumnado, cercano o lejano, resultó significativo para la prueba de U de Mann Whitney, con los de procedencia más cercanos que puntuaban más alto en *Situación económica actual* ($U = 214,500; p = .047$).

Atribución resiliencia (AR).

Tras realizar una prueba *Chi-cuadrado para la muestra completa, encontramos que*, ante la pregunta que atribuye su resiliencia a sí mismo y a su entorno sociofamiliar *¿En qué grado consideras que el salir adelante en tu vida ha sido gracias a...?* las siguientes tres opciones resultaron estadísticamente significativas: *Tú mismo* ($\chi^2 = 7,345; p = .25$), *Tu madre* ($\chi^2 = 19,647; p = .001$) y *Tu padre* ($\chi^2 = 17,224; p = .001$). Véase Gráfica 2.



Gráfica 2 Puntuaciones medias en atribución de resiliencia (AR), sin tener en cuenta otras variables

Atribución resiliencia (AR) y lugar de procedencia.

Aplicando la prueba U de Mann Whitney, aquel alumnado de procedencia más lejana, ante la misma pregunta de atribución anterior eligió más la opción gracias a **“Tus amigos”** ($U = 818,600$; $p = .002$).

Atribución resiliencia (AR), lugar de procedencia y curso escolar.

Se encontró que el alumnado de procedencia más cercana y de primer curso puntuó más alto en atribución de resiliencia a sus **“Abuelos maternos”** ($U = 213,000$; $p = .046$). Mientras que el alumnado de primero y más lejano lo hizo gracias a **“Tus amigos”** ($U = 177,000$; $p = .007$).

Discusión y conclusión

A continuación, se comentan y discuten los resultados en la misma secuencia vista anteriormente. Con respecto al perfil sociodemográfico de la muestra, destacan algunas variables con resultados predecibles por el tipo de estudios y por la edad, como la de un mayor porcentaje del género femenino y de una buena salud, así como la soltería en el estado civil, y unas relaciones mayoritariamente positivas con amistades y familia. Otra de las variables interesantes es el lugar de procedencia del alumnado que, al estar estos estudios en una situación geográfica específica, determina una accesibilidad física diferente, los más cercanos que proceden del mismo territorio insular que los imparte y los más lejanos que proceden del resto de islas, fuera de su sede; y que en este estudio conforman una submuestra casi equivalente (**55% / 45%, respectivamente**).

Una de las variables anteriores más interesantes para comentar sigue siendo la del género de la muestra participante, donde el grado de Psicología determina una mayor presencia del alumnado femenino, con un porcentaje que casi triplica al obtenido por el género masculino. En este sentido podemos decir que todavía la elección de los estudios de esta disciplina no es neutra, las chicas siguen eligiendo principalmente carreras tipificadas tradicionalmente como ‘femeninas’, donde se potencian los factores de cuidado y protección, como muestran algunos trabajos recientes (Cope et al., 2016), y que parece potenciarse más aún en programas específicos de postgraduado; así, los de psicología cognitiva representan solo un **54% (frente al 46% de varones) mientras que los de psicología escolar y evolutiva alcanzan el 85% y el 82%, respectivamente, frente al 15% y 18% de ellos (Fowler et al., 2018)**. Aunque con una menor promoción posterior de mujeres en los puestos académicos máximos (catedráticos en psicología) y sus publicaciones asociadas (Odic & Wojcik, 2020). El conocer las causas de estas diferencias de género en la elección de los estudios y sus profesiones asociadas permitiría plantear políticas y programas educativos que promulguen una mayor igualdad entre los sexos y la eliminación paulatina de prejuicios sin base científica razonable (Vera Gil, 2014; Wang & Degol, 2017).

En relación a los resultados encontrados de la correlación significativa entre percepción de resiliencia y apoyo social, confirma lo que otros estudios ya señalaban, su asociación mutua (Jeong, 2020; Martínez-López et al., 2019; Pidgeon et al., 2014). Parece lógica esa

relación entre sentir un mejor afrontamiento al nuevo rol universitario y percibir unos mayores niveles de apoyo social que lo contrario (Salami, 2011). Aunque los resultados del presente trabajo apuntan a una tendencia que podría estar señalando un cambio entre el primer año de ser universitario y el último, dada la mayor correlación entre ambos factores (resiliencia y apoyo social) al principio que al final. Tal vez, la percepción del alumnado evolucione y le lleve a sentir ambos factores más autónomos entre sí o más dependientes de nuevas fuentes de apoyo que van surgiendo en los nuevos contextos universitarios.

Los resultados de algunas variables sociodemográficas analizadas conjuntamente en el tercer objetivo de este trabajo pueden ampliar y dilucidar más aspectos sobre qué nuevos factores están influyendo en sus índices de resiliencia y apoyo social. Esos datos muestran que en el inicio del rol universitario tanto la relación positiva con las amistades como con la familia son dos factores de gran importancia, mientras que, en el último curso universitario, la familia ya no lo es, estadísticamente; quedando las amistades con factor asociado de resiliencia y apoyo social, en ambos periodos universitarios. Esto estaría relacionado temporalmente con el inicio del rol universitario en una etapa aún adolescente donde la propia identidad se construye normalmente como un itinerario con recursos propios menos dependientes de los padres (Wiley & Berman, 2013). Tal vez, este aspecto sea un proceso común de separación del núcleo familiar y de afianzamiento relacional, en el nuevo contexto universitario, donde las amistades sirven de apoyo principal a través de su aceptación social mutua (Crede & Niehorster, 2012; Martínez-López et al., 2019).

Esa separación física del núcleo familiar es uno de los resultados más destacados en el presente trabajo, tras analizar y comparar el lugar geográfico de procedencia cercano **versus lejano al centro de estudios. La mayoría de los estudios que analizan esta variable parten de muestras de alumnado desplazados a otros países extranjeros donde se mezcla con otras variables que complejiza su interrelación con resiliencia y apoyo social (Dresen et al., 2019; Maharaja, 2018; Pipitone, 2018)**.

La distancia de la fuente familiar de apoyo social podría revelar relaciones bidireccionales con la resiliencia como sucede en este estudio donde el alumnado más cercano, y que además vive con su familia, difiere del más alejado en aspectos concretos de resiliencia que subrayan su mayor persistencia académica, sin importar los resultados obtenidos, y de solucionar las cosas por sí mismos (**Siempre me esfuerzo sin importar cuál pueda ser el resultado**). Tal vez el primer aspecto tenga que ver también con los recursos económicos familiares, que se comentan de nuevo en un párrafo posterior, y el segundo con que, disponiendo de todo el apoyo cercano, algo les toca que afrontar, frente al alumnado de procedencia más lejana.

Sobre la atribución de resiliencia (AR), según venga de sí mismo o de su entorno social más cercano (amigos y familia), los únicos datos estadísticamente significativos confirman un esquema nuclear tradicional de apoyo social, que si se ordenan de mayor a menor puntuación estaría primero la madre, después el propio alumnado y en tercer lugar su padre. También destacan los datos significativos con abuelas y abuelos, pero del alumnado de procedencia más cercano, y que suelen ser relaciones importantes en el contexto familiar del alumnado universitario, aunque muy poco estudiadas (Castañeda et al., 2004). Estos resultados coinciden con otros estudios, también con muestreo universitario, donde la progenitora es la primera protagonista de ese apoyo social (Cano García y Fernández Ferrer, 2015; Contreras Tinoco y Hernández González, 2019). Los resultados que muestran que el alumnado de procedencia más lejana atribuye significativamente su resiliencia a los amigos pudiera estar asociado a tres aspectos encontrados por Mattanah et al. (2011) con aquel alumnado

que estudia lejos de su casa, frente al que permanece con su familia: una mejor adaptación a las relaciones con los otros, una mejor percepción propia y una mayor competencia académica, en su trabajo sobre el apego familiar y el ajuste al nuevo rol universitario, donde aparecía una relación lineal positiva entre los dos. Estudiar y analizar este papel de los progenitores en su apoyo al nuevo rol universitario de sus hijos/hijas es de vital importancia por lo que supone para estos un momento evolutivo complejo de itinerancia o transición entre la adolescencia y la adultez (Lowe & Dotterer, 2018).

Los datos sobre la mejor situación económica actual del alumnado de procedencia cercana, a falta de más datos socioeconómicos, podría deberse a que la cercanía al centro de estudios abarata el coste familiar promedio, al poder residir ese alumnado con la propia familia ($X = 52\%$) y evitar cualquier desplazamiento, frente al encarecimiento de los de procedencia más lejana, que tendrían que pagar por ello ($X = 46\%$). Por lo que descartaríamos el factor de economía familiar como influencia determinante en los dos índices principales de este estudio, resiliencia y apoyo social, frente a otros estudios que sí asocian ese factor del nivel socioeconómico con distintos resultados académicos y otros aspectos personales y emocionales (Ostrove & Long, 2007; Padgett et al., 2012; Páramo et al., 2017). Aunque, tal vez, en este estudio podríamos relacionar indirectamente con este aspecto económico familiar el único ítem de la escala de resiliencia, *Siempre me esfuerzo sin importar cuál pueda ser el resultado, que resultó mucho más puntuado por el alumnado de procedencia cercana, explicándolo en base a que los de procedencia más lejana no podrían permitirse el quitarle importancia a cualquier resultado, sobre todo cuando este fuera negativo, por tener mayores costes económicos para mejorarlo, por ejemplo repitiendo asignaturas o curso. Sería interesante averiguar en otro estudio este aspecto concreto y su influencia sobre un posible rendimiento diferencial, como ha mostrado un estudio sobre metacognición diferente con estudiantes que viven lejos de su casa familiar* (Downing, 2012).

Las principales limitaciones de este trabajo han sido la muestra modesta y procedente únicamente de un solo centro universitario, y además de un tipo de estudios específicos, lo que limitaría su generalización, hasta analizar otros lugares y otro tipo de carreras. También una muestra con los dos géneros más homogéneos podría aportar información relevante ante estas dos variables centrales del estudio. También el presente diseño transversal y sus resultados comparativos entre primero y cuarto año de estudios podrían ampliarse y mejorarse con un diseño longitudinal que pudiera mostrar la trayectoria de esas dos variables, a lo largo de cada uno de los cuatro años sucesivos que duran esos estudios.

Como conclusión de este trabajo con alumnado universitario de psicología podemos deducir que la percepción de sus índices generales de resiliencia y el apoyo social están relacionados positivamente entre sí, tanto al comienzo de su primer año académico como del último. Cuando las relaciones del alumnado son positivas con amistades puntúan más en resiliencia y apoyo social que cuando no lo son, tanto en primer curso como en cuarto; y cuando son positivas con familiares puntúan más en apoyo social, solo en alumnado de primer curso. La variable lugar de procedencia del alumnado ha revelado una relación destacada con el resto de variables del estudio, mostrando como puede interactuar con algunos aspectos de la resiliencia, la situación económica actual, la atribución de resiliencia propia como en los demás cercanos. Este trabajo confirma los datos acumulados que vienen subrayando la importancia de conocer mejor el periodo en que el alumnado comienza y termina sus estudios universitarios, por su relación importante con dos variables que están en la base de su éxito tanto académico como del bienestar: la resiliencia y el apoyo social (Hamdan-Mansour et al., 2014; Pidgeon y col., 2014).

Preparar ese periodo y anticiparse con un mejor conocimiento y diagnóstico de sus variables intervinientes puede ser un buen enfoque pedagógico efectivo para que el proceso tenga mejores resultados tanto en el propio alumnado, en las instituciones que los acogen (Berg & Pietrasz, 2017; López-Cortón Facal, 2015) así como en sus familias y su apoyo esencial (Lowe & Dotterer, 2018). Para algunos autores podría plantearse el identificar marcadores de riesgo en aquel alumnado que presenta niveles bajos de resiliencia y proporcionarles un apoyo adecuado a sus necesidades (Wealthall, 2015), dado que puede ser un proceso de afrontamiento abierto y no una capacidad cerrada (Brewer et al., 2021; Trujillo García, 2011). Otros autores plantear introducir la figura del tutor universitario en resiliencia (García y Torbay, 2012) que se refiere a un alumno/a veterano, que apoya al recién llegado a la institución universitaria, acompañándole en distintos aspectos de ese nuevo rol. También esa figura puede ser la de un profesor/a, que esté pendiente de todo su proceso académico, tratándole de manera personalizada. Según Lucas (2012), se trataría de prevenir posibles circunstancias negativas o amenazantes de cualquier tipo, para reducir su impacto en un mejor ajuste del alumnado a la universidad.

Referencias

- Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D., & Wadman, R. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, *24*(4), 484-496. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02673843.2019.1568887>
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of affective disorders*, *173*, 90-96. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032714006867?via%3Dihub>
- Berg, P., & Pietrasz, C. (2017). Turning classroom failure into student success: The value of integrating resiliency building activities in the academic classroom. *Management Teaching Review*, *2*(4), 299-311. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2379298117710780>
- Bernal Romero, T., Daza Pinzón, C., & Jaramillo Acosta, P. (2015). Satisfacción con la vida y resiliencia en jóvenes en extraedad escolar. *Revista Iberoamericana de Psicología*, *8*(2), 43-53. <https://reviberopsicologia.iber.edu.co/article/view/rip.8204>
- Bobes, J., Bascaran, M. T., García-Portilla, M. P., Bousoño, M., Sáiz, P. A., y Wallance, D. H. (2001). Banco de instrumentos básicos de psiquiatría clínica. Psiquiatría ED. https://www.academia.edu/20277438/Banco_de_instrumentos_basicos_para_la_practica_de_la_psiquiatria_clinica
- Brewer, M., van Kessel, G., Sanderson B., & Carter, A. (2021). Enhancing student resilience by targeting staff resilience, attitudes and practices. *Higher Education Research & Development*, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07294360.2021.1877622>
- Cano García, E., y Fernández Ferrer, M. (2015). La visión de los estudiantes de origen extranjero sobre factores y competencias clave para el acceso a la universidad. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, *26*, 263-284. <https://recyt.fecyt.es/index.php/PSRI/article/view/38448>
- Castañeda, P. J., Sánchez, D., Sánchez, A., y Blanc, S. (2004). Cómo perciben los nietos adultos las relaciones con sus abuelos. *Anuario de Psicología*, *35*(1), 107-123. <https://revistes.ub.edu/index.php/Anuario-psicologia/article/view/8707/10860>
- Chen, L., Wang, L., Qiu, X. H., Yang, X. X., Qiao, Z. X., Yang, Y. J., & Liang, Y. (2013). Depression among Chinese university students: Prevalence and socio-demographic correlates. *PLoS One*, *8*(3), e58379. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0058379>

- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety, 18*(2), 76-82. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/da.10113>
- Contreras Tinoco, K., & Hernández González, E. (2019). Redes de apoyo familiares y feminización del cuidado de jóvenes estudiantes universitarios. *Redes. Revista Hispana Para El Análisis De Redes Sociales, 30*(1), 54-67. <https://revistes.uab.cat/redes/article/view/v30-n1-contreras-hernandez>
- Cope, C., Michalski, D. S., & Fowler, G. A. (2016). Summary report, APA Graduate Study in Psychology 2017: *Student demographics*. APA Office of Graduate and Postgraduate Education and Training. <https://www.apa.org/education-career/grad/survey-data/2017-student-demographics>
- Coppari, N., Bagnoli, L., Cudas, G., López, H., Martínez, U., Martínez, L., & Montaña, M. (2018). Relación entre apoyo social percibido y disposición resiliente en adolescentes paraguayos. *Psychologia, 12*(2), 13-22. <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/3415>
- Crede, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review, 24*(1), 133-165. <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10648-011-9184-5>
- Davarniya, R., Shakarami, M., & Zahrakar, K. (2019). Resilience, coping strategies, and social support: Important predictors of students' vulnerability to stress. *Journal of Research & Health, 9*(1), 90-94. <http://jrgh.gmu.ac.ir/article-1-498-en.html>
- Dawson, M., & Pooley, J. (2013). Resilience: The Role of Optimism, Perceived Parental Autonomy Support and Perceived Social Support in First Year University Students. *Journal of Education and Training Studies, 1*(2), 38-49. <https://redfame.com/journal/index.php/jets/article/view/137>
- Downing, K. (2012). The impact of moving away from home on undergraduated metacognitive development. En H. Kloos, B. Morris & J. Amaral, (Eds.), *Current topics in children's learning and cognition* (pp. 139-150). *IntechOpen*. <https://www.intechopen.com/chapters/40975>
- Dresen, C. K., Wilmes, M. L., Sullivan, K. R., & Waterbury, T. A. (2019). Building Resilience Through Strengths-Based Learning During Graduate Study Abroad: An Exploratory Study. *Journal of Experiential Education, 42*(3), 297-310. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1053825919861414>
- Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health, 26*(1), 399-419. <https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev.publhealth.26.021304.144357>
- Fowler, G., Cope, C., Michalski, D., Christidis, P., Lin, L., & Conroy, J. (2018) Women outnumber men in psychology graduate programs. *Monitor on Psychology, 49*(11), 21. <https://www.apa.org/monitor/2018/12/datapoint.html>
- García, M. C., y Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 11*(1), 63-77. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77325885001.pdf>
- García, M., y Torbay, A. (2012). Universidad y resiliencia. Metamorfosis del potencial humano. En A. Forés, y J. Grané (pp. 117-138). *La resiliencia en entornos educativos*. Ed. Narcea. <https://ilera.com.mx/wp-content/uploads/2019/11/La-resiliencia-en-entornos-socioeducativos-Anna-Fores-Miavalles-Jordi-Grane-Ortega.pdf>
- González, M. T., & Landero, R. (2014). Propiedades Psicométricas de la Escala de Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFA-R) en una Muestra de Estudiantes. *Acta de Investigación Psicológica, 4*(2), 1469-1480. https://www.revista-psicologia.unam.mx/revista_aip/index.php/aip/article/view/145
- Haktanir, A., Watson, J. C., Ermis-Demirtas, H., Karaman, M. A., Freeman, P. D., Kumaran, A., & Streeter, A. (2021). Resilience, Academic Self-Concept, and College Adjustment Among First-Year Students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice, 23*(1), 161-178. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1521025118810666>
- Hamdan-Mansour, A., Azzeghaiby, S., Alzoghajbi, I., Badawi, T., Nassar, O., & Shaheen, A. (2014). Correlates of Resilience among University Students. *American Journal of Nursing Research, 2*(4), 74-79. <http://pubs.sciepub.com/ajnr/2/4/4/index.html>
- Ibrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E., & Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research, 47*(3), 391-400. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022395612003573?via%3Dihub>
- Jeong, J. (2020). The Impacts of Resilience, Social Support on Adjustment to College Life of Freshman and sophomore year in university students. *Korea Convergence Society 11*(2), 385-394. <http://koreascience.or.kr/article/JAKO20201336397160.page>
- Jardim, J., Pereira, A., & Bártolo, A. (2021). Development and Psychometric Properties of a Scale to Measure Resilience among Portuguese University Students: Resilience Scale-10. *Education Sciences, 11*(2), 61. <https://www.mdpi.com/2227-7102/11/2/61>
- Larcombe, W., Finch, S., Sore, R., Murray, C. M., Kentish, S., Mulder, R. A., Lee-Stecum, P., Baik, C., Tokatlidis, O., & Williams, D. A. (2016). Prevalence and socio-demographic correlates of psychological distress among students at an Australian university. *Studies in Higher Education, 41*(6), 1074-1091. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/03075079.2014.966072>
- Liu, Ch., Zhao, Y., Tian, X., Zou, G., & Li, P. (2015). Negative life events and school adjustment among Chinese nursing students: The mediating role of psychological capital. *Nurse Education Today, 35*(6), 754-759. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0260691715000568?via%3Dihub>
- López-Cortón Facal, A. (2015). *Factores predictores de procesos resilientes en jóvenes universitarios*. Tesis doctoral. Universidad A Coruña. https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/15355/Lopez-CortonFacal_Ana_TD_2015.pdf?sequence=7&isAllowed=y
- Lowe, K., & Dotterer, A. M. (2018). Parental Involvement During the College Transition: A Review and Suggestion for its Conceptual Definition. *Adolescent Research Review 3*(1), 29-42. <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs40894-017-0058-z>
- Lucas, I. (2012). *Resiliencia: valores de vida y vivencias académicas en los estudiantes de enfermería*. Tesis doctoral. Universidad de Badajoz. <https://core.ac.uk/download/pdf/304880874.pdf>
- Lugo-Márquez, C. I., Guerrero-Mojica, N., Castañeda-Guerrero, M., Gámez-Roque, N. F., Martínez-García, I. y Padilla-Muñoz, J. (2016). Resiliencia y factores de riesgo en estudiantes universitarios al inicio de su formación profesional. *Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social, 24*(3), 171-6. <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2016/eim163d.pdf>
- Maharaja, G. (2018). The impact of study abroad on college students' intercultural competence and personal development. *International Research and Review: Journal of Phi Beta Delta Honor Society for International Scholars, 7*(2), 18-41. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1188735.pdf>
- Martínez-López, Z., Tinajero, C., Rodríguez, M. S., y Paramo, M. F. (2019). Perceived social support and university adjustment among Spanish college students. *European Journal of Psychology and Educational Research, 2*(1), 21-30. <https://doi.org/10.12973/ejper.2.1.21>
- Mattanah, J. F., Lopez, F. G., & Govern, J. M. (2011). The Contributions of Parental Attachment Bonds to College Student Development and Adjustment: A Meta-Analytic Review. *Journal of Counseling Psychology, 58*(4), 565-96. <https://doi.10.1037/a0024635>

- Odic, D., & Wojcik, E. H. (2020). The publication gender gap in psychology. *The American psychologist*, *75*(1), 92-103. <https://doi.org/10.1037/amp0000480>
- Ostrove, J. M., & Long, S. M. (2007). Social class and belonging: Implications for college adjustment. *The Review of Higher Education*, *30*(4), 363-389. <https://doi.org/10.1353/rhe.2007.0028>
- Othieno, C. J., Okoth, R. O., Peltzer, K., Pengpid, S., & Malla, L. O. (2014). Depression among university students in Kenya: Prevalence and sociodemographic correlates. *Journal of Affective Disorders*, *165*, 120-125. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.04.070>
- Padgett, R. D., Johnson, M. P., & Pasarella, E. T. (2012). First-generation undergraduate students and the impacts of the first-year of college: Additional evidence. *Journal of College Student Development*, *53*(2), 243-266. <https://doi.org/10.1353/csd.2012.0032>
- Páramo, M. F., Araújo, A. M., Tinajero, C., Almeida, L.S. y Rodríguez, M. S. (2017). Predictors of students' adjustment during transition to university in Spain. *Psicohema*, *29*(1), 67-72. <https://doi.org/10.7334/psicohema2016.40>
- Pidgeon, A., Rowe, N., Stapleton, P., Magyar, H., Lo, B. (2014). Examining Characteristics of Resilience among University Students: An International Study *Open Journal of Social Sciences*, *2*(11), 14-22. <http://www.scirp.org/journal/jss> <http://dx.doi.org/10.4236/jss.2014.211003>
- Pipitone, J. M. (2018). Place as pedagogy: Toward study abroad for social change. *Journal of Experiential Education*, *41*(1), 54-74. <https://doi.org/10.1177/1053825917751509>
- Rahat, E., & Ilhan, T. (2016). Coping styles, social support, relational self – Construal, and resilience in predicting students' adjustment to university life. *Kuram Ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, *16*(1), 187-208. <https://doi.org/10.12738/estp.2016.1.0058>
- Reyes Perez, V., Alcazar Olan, J., Resendiz Rodriguez, A., & Flores Morales, R. (2017). Miedo, ansiedad y afrontamiento. Estudiantes universitarios mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología*, *10*(1), 83-92. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.10110>
- Robbins, S. B., Lese, K. P., & Herrick, S. M. (1993). Interactions between goal instability and social support on college freshman adjustment. *Journal of Counseling and Development*, *71*(3), 343-348. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1993.tb02224.x>
- Rodríguez, A., Ramos, E., Ros, I., y Fernández, A. (2015). Relaciones de resiliencia con el autoconcepto y el apoyo social percibido en una muestra de adolescentes. *Acción Psicológica*, *12*(2), 1-14. <https://doi.org/10.5944/ap.12.2.14903>
- Rosa-Rodríguez, Y., Cartagena, N. N., Peña, Y. M., Berrios, A. Q., y Osorio, N. T. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, *33*(1), 31-43. <https://doi.org/10.12804/apl33.01.2015.03>
- Salami, S. O. (2011). Psychological predictors of adjustment among first year college of education students US-China. *Education Review*, *8*(2), 239-248. <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED519567.pdf>
- Tipismana, O. (2019). Resilience factors and coping as predictors of academic performance of the students in private universities. *REICE. Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, *17*(2), 147-185. <https://doi.org/10.15366/reice2019.17.2.008>
- Trujillo García, S. (2011). Resiliencia: ¿Proceso o capacidad? Una lectura crítica del concepto de resiliencia en 14 universidades colombianas. *Revista Iberoamericana De Psicología*, *4*(1), 13-22. <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/rip.4102/174>
- Tusaie, K., & Dyer, J. (2004). Resilience: A historical review of the construct. *Holistic Nursing Practice*, *18*(1), 3-10. <https://doi.org/10.1097/00004650-200401000-00002>
- Tusaie, K., Puskar, K., & Sereika, S. M. (2007). A predictive and moderating model of psychosocial resilience in adolescents. *Journal of Nursing Scholarship*, *39*(1), 54-60. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2007.00143.x>
- Vera Gil, S. (2014). Las alumnas universitarias: modelo de resiliencia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, *6*(1), 143-150. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3498/349851790016>
- Walsh, F. (2004). *Resiliencia familiar. Estrategias para su fortalecimiento*. Amorrortu Editores.
- Wang, M. T., & Degol, J. L. (2017). *Gender Gap in Science, Technology, Engineering, and Mathematics (STEM): Current Knowledge, Implications for Practice, Policy, and Future Directions*. *Educational Psychology Review*, *29*(1), 119-140. <https://doi.org/10.1007/s10648-015-9355-x>
- Wealthall, S. (2015). Resilience in tertiary students. *En Marcus A., Henning, Christina U Krägeloh y Glenis Wong-Toi (eds), Student Motivation and Quality of Life in Higher Education* (pp. 175-181). *Routledge Research in Educational Psychology*. <https://www.routledge.com/Student-Motivation-and-Quality-of-Life-in-Higher-Education/Henning-Krageloh-Wong-Toi/p/book/9780415787901>
- Wiley, R. E., & Berman, S. L. (2013). Adolescent identity development and distress in a clinical sample. *Journal of Clinical Psychology*, *69*(12), 1299-1304. <http://doi.org/10.1002/jclp.22004>
- Wörfel, F., Gusy, B., Lohmann, K., Töpritz, K., & Kleiber, D. (2016). Mental health problems among university students and the impact of structural conditions. *Journal of Public Health*, *24*(2), 125-133. <https://doi.org/10.1007/s10389-015-0703-6>