

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO**  
**FACULTAD DE MEDICINA**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES  
DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL  
DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR:** Br. Adolfo Jair Ponte Azañero

**ASESOR:** Dra. María Asunción Chamorro Maldonado

Trujillo-Perú

2017

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del jurado calificador

Cumpliendo con las disposiciones vigentes emanadas por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Privada Antenor, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Psicología, someto a vuestro criterio profesional la evaluación del presente trabajo de investigación titulado “Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo”, elaborado con el propósito de obtener el título de Licenciado en Psicología.

Con la convicción de que se le otorgara el valor justo y mostrando apertura a sus observaciones, les agradezco por anticipado por las sugerencias y apreciaciones que se brinden en la investigación.

Trujillo, 12 de diciembre del 2017.

Bachiller. Adolfo Jair Ponte Azañero

## **DEDICATORIA**

Para mis padres, quienes confiaron en mi desde que decidí iniciar mis estudios y que en todo momento me mostraron su respaldo

A mis abuelos y tíos, que me inspiraron a continuar siempre, sin importar lo complicada que se muestren las situaciones

Y a todas las excepcionales personas que he conocido a lo largo de estos años, por hacer de la etapa universitaria una extraordinaria experiencia.

## **AGRADECIMIENTOS**

Quiero expresar mi mayor agradecimiento a mi Asesora, la Dra. María Asunción Chamorro, gracias a quien pude concluir esta investigación, y por supuesto a cada uno de los docentes por cuyas aulas he tenido la fortuna de pasar. Cada uno aportante desde su muy distinta perspectiva a mi crecimiento tanto a nivel académico como de persona.

De la misma forma agradezco a todos aquellos que se tomaron un tiempo en contribuir para que este trabajo sea terminado de la mejor manera posible.

## INDICE DE CONTENIDO

PRESENTACIÓN .....	ii
DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTOS .....	iv
INDICE DE CONTENIDO .....	v
INDICE DE TABLAS Y FIGURAS .....	vii
RESUMEN .....	ix
ABSTRACT .....	x
CAPITULO I: MARCO METODOLOGICO.....	11
1.1. EL PROBLEMA .....	12
1.1.1. Delimitación del problema .....	12
1.1.2. Formulación del problema .....	14
1.1.3. Justificación del problema .....	14
1.1.4. Limitaciones del estudio .....	15
1.2. OBJETIVOS .....	15
1.2.1. Objetivos general.....	15
1.2.2. Objetivos específicos.....	15
1.3. HIPOTESIS .....	17
1.3.1. Hipótesis general.....	17
1.3.2. Hipótesis específicas .....	17
1.4. VARIABLES E INDICADORES .....	18
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN .....	18
1.5.1. Tipo de investigación.....	18
1.5.2. Diseño de investigación.....	19
1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	19
1.6.1. Población.....	19
1.6.2. Muestra.....	19
1.7. TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS .....	20
1.8. PROCEDIMIENTO .....	25
1.9. ANALISIS ESTADISTICO.....	26
CAPITULO II: MARCO REFERENCIAL TEORICO .....	27
2.1. Antecedentes.....	28
2.2. Marco teórico.....	31

2.3. Marco conceptual .....	54
CAPITULO III: RESULTADOS .....	56
CAPITULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	67
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	85
CAPITULO VI: REFERENCIAS Y ANEXOS .....	89

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	57
Nivel de Adaptación a la Vida Universitaria en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	
Tabla 2.....	58
Nivel de Adaptación a la Vida Universitaria según dimensiones, en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	
Tabla 3.....	59
Nivel de Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	
Tabla 4.....	60
Nivel de Resiliencia según dimensiones, en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	
Tabla 5.....	61
Correlación entre Adaptación a la Vida Universitaria y Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	
Tabla 6.....	62
Correlación entre la dimensión Personal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	
Tabla 7.....	63
Correlación entre la dimensión Interpersonal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	
Tabla 8.....	64
Correlación entre la dimensión Carrera de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	
Tabla 9.....	65
Correlación entre la dimensión Estudio de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	

Tabla 10.....	66
Correlación entre la dimensión Institución de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo	

## RESUMEN

Se ha realizado un estudio correlacional entre adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo. Para ello se trabajó con una muestra de 133 estudiantes, varones y mujeres, entre 17 y 19 años de edad, del 1er y 2do ciclo de la carrera profesional de Psicología de una universidad privada de Trujillo, con matrícula vigente en el periodo 2017 – I, empleando para su evaluación el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R) y la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)

Los resultados muestran, en cuanto a la Adaptación a la Vida Universitaria, predomina en los estudiantes evaluados, un nivel medio a nivel general y en sus dimensiones, con porcentajes de estudiantes de Psicología que registran este nivel que oscilan entre 35.3% y 42.9%.; y un nivel medio de Resiliencia a nivel general y en sus dimensiones, con porcentajes que oscilan entre 37.6% y 49.6%.

En cuanto al análisis relacional, se encontró una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre Adaptación a la Vida Universitaria y Resiliencia en los sujetos de estudio. Asimismo, existe una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre la dimensión Personal y las dimensiones Insignth, Independencia, Interacción, Humor y Creatividad; una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre la dimensiones Interpersonal y Carrera con las dimensiones Independencia y Moralidad; una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre la dimensión Estudio y las dimensiones Interacción y Moralidad; y una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre dimensión Institución y las dimensiones Independencia, Moralidad e Iniciativa.

**Palabras clave:** Adaptación a la vida universitaria, Resiliencia, Psicología, Estudiantes

## ABSTRACT

A correlational study has been carried out between adaptation to university life and resilience in Psychology students from a private university in Trujillo. A sample of 133 students, men and women, between 17 and 19 years of age, of the 1st and 2nd cycle of the professional career of Psychology of a private university of Trujillo, with enrollment in force in the period 2017 - I , Using for their evaluation the Academic Experience Questionnaire (QVA - R) and the Resilience Scale for Adolescents (ERA)

The results show that, in terms of Adaptation to University Life, an average level in general and in its dimensions predominates in the students evaluated, with a percentage of Psychology students that register between 35.3% and 42.9%. ; And an average level of Resilience in general and in its dimensions, with percentages ranging from 37.6% to 49.6%.

Regarding the relational analysis, a very significant correlation was found, positive and in average degree, between Adaptation to University Life and Resilience in the study subjects. Likewise, there is a very significant positive and average correlation between the Personal dimension and the Insight, Independence, Interaction, Humor and Creativity dimensions; A very significant correlation, positive and in average degree, between the Interpersonal and Career dimensions with the Independence and Morality dimensions; A very significant correlation, positive and in average degree, between the dimension Study and the dimensions Interaction and Morality; And a very significant correlation, positive and in average degree, between Institution dimension and the dimensions Independence, Morality and Initiative.

**Key words:** Adaptation To University Life, Resilience, Psychology, Students

# **CAPÍTULO I**

## **MARCO METODOLÓGICO**

## **1.1. EL PROBLEMA**

### **1.1.1. Delimitación del problema**

El ingreso a la universidad es percibido comúnmente como un proceso de adaptación que implica retos, esfuerzos y cambios en la vida de las personas, esto se puede apreciar a través de los comentarios que realizan los estudiantes, sus familiares, los profesores e investigadores en torno a las dificultades que los estudiantes enfrentan durante sus primeros semestres. Estas situaciones no sólo han sido percibidas por los sujetos que las viven, sino que han generado investigaciones que, desde el ámbito educativo, pretenden entender y explicar la manera como las situaciones: social, económica, familiar, personal, y/o académica influyen en el ingreso y la adaptación a la universidad. (Pérez-Pulido, 2016)

Ingresar a la universidad generalmente es visto por los estudiantes, sus familiares y amigos como una gran oportunidad, que en un primer momento implica fuertes cambios y que a futuro representa beneficios para quien cursa una carrera universitaria, en especial en el ámbito profesional y laboral; sin embargo, a pesar de la importancia que representa el ingreso a los estudios superiores, un gran número de estudiantes toman esta decisión de manera desinformada, sin realizar una reflexión seria sobre las razones que los llevan a elegir una carrera e institución (Tinto, 1989).

Al iniciar sus estudios universitarios el joven ingresa en un mundo que le es nuevo, del cual cuenta con algún tipo de noción, pero al conocerlo directamente se enfrenta con retos que no había contemplado, que implican realizar diversos ajustes de tipo personal, social y hábitos académicos a los cuales la institución debe poner atención para facilitar su proceso de adaptación (Nel, Troskie-de Bruin y Bitzer, 2009).

En este periodo crítico de adaptación la transición pasa por un fenómeno personal interior, que de acuerdo a su madurez va sucediendo, ese cambio aparentemente no se ve, pero es un cambio constante que no está relacionado con un tiempo determinado, y que responde a la repercusión personal de los cambios internos con influencia del entorno social y escolar que a veces se

torna estresante y que puede ser el inicio de alguna problemática en salud. (Sánchez, et al., 2014)

En el proceso personal de adaptación a la vida universitaria, influyen diferentes factores como lo es el ambiente de la universidad, el lugar físico, el personal docente y administrativo, los familiares, la cultura, el nivel socioeconómico, la escolaridad previa, las expectativas sobre la institución y la carrera que eligieron tornándose críticos los primeros días de ingreso a la Universidad. (Sánchez et al., 2014).

Siendo así, cuando estos factores influyen negativamente en la percepción del estudiante sobre su nuevo centro de estudios, tienden a presentarse el riesgo de deserción. Según datos de Penta Analytics (2017), empresa dedicada al análisis de big data; actualmente en el Perú, el 27 % de los ingresantes a una universidad privada abandonan su carrera en el primer año de estudios. La cifra aumentaría al contabilizar el total de alumnos que no terminan una carrera, pues llegan a tasas de deserción al 48%.

Aunado a la adaptación a la vida universitaria, otro aspecto de vital importancia en la vida del estudiante es la resiliencia predispuesta al afrontamiento de problemas y vicisitudes propios de su rol, la cual es definida por Grotberg (1995) como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas. Asimismo, Infante (2002) manifiesta que la resiliencia es una respuesta global en la que se ponen en juego los mecanismos de protección, entendiendo a estos la no valencia contraria a los factores de riesgo, sino aquella dinámica que permite al individuo salir fortalecido de la adversidad, en cada situación específica y respetando las características personales.

Así, en un estudio con población universitaria norteamericana, china y taiwanesa, de ambos sexos y con edades promedio de 21 años se encontró, indistintamente de la cultura de procedencia, una asociación entre rasgos resilientes y el estilo de afrontamiento orientado a la solución de problemas (Li, Eschenauer y Yang, 2013). Asimismo, en un estudio realizado con estudiantes

peruanos, del primer año de una universidad nacional se encontró un nivel moderado y significativo de resiliencia. (Salgado, 2012)

Tomando como referencia ambas variables, adaptación a la vida universitaria y resiliencia, y centrándonos de forma particular en la realidad de los estudiantes de 1er y 2do ciclo de la carrera profesional Psicología de una universidad privada de Trujillo, se puede inferir que continuamente se enfrentan a una serie de retos y demandas que la universidad les impone, para los cuales algunos están más preparados y otros menos; por lo que habrán de enfrentar su proceso de adaptación al campo universitario a través de diferentes estrategias individuales; apoyándose de los recursos sociales, familiares, institucionales y personales con los que cuenten, dentro de los cuales, se destaca indudablemente la resiliencia, pues es evidente que en gran medida su condición de adolescentes y de nuevos ingresantes, les impide afrontar de forma apropiada las vicisitudes y problemas asociadas a sus actividades tanto académicas como personales, propiciando la aparición de problemas emocionales tales como: baja autoestima, ansiedad, estrés, depresión, etc.

Frente a la problemática detallada en líneas anteriores es que se genera el interés por parte del investigador en conocer qué relación existe entre adaptación a la vida universitaria y resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

### **1.1.2. Formulación del problema**

¿Qué relación existe entre adaptación a la vida universitaria y resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo?

### **1.1.3. Justificación del estudio**

El presente estudio beneficiara al gremio de profesionales de la salud dedicados a la investigación, dado que busca generar un conocimiento actualizado y confiable respecto a los niveles de las variables adaptación a la vida universitaria y resiliencia; así como la relación entre ambas, presentes en el comportamiento de los estudiantes de Psicología de una universidad privada

de Trujillo, al ser este un tema abordado con poca profundidad en nuestra localidad.

La investigación beneficiará a los estudiantes universitarios involucrados en la misma, pues a partir de ella se puede promover la inclusión de programas de tutoría y salud mental dentro de su formación, que les permita contar con un adecuado soporte ante los distintos cambios emocionales que enfrentan propios de la etapa de desarrollo que afrontan en la actualidad.

La relevancia social del estudio radica en que beneficiará a las autoridades de la universidad, pues podrán ostentar un conocimiento más objetivo de las variables en estudio, de tal modo, podrán ejecutar las acciones de intervención necesarias, y por ende abordar de forma apropiada posibles conflictos a nivel socioemocional ligados a ambas variables de estudio.

A nivel metodológico, al analizar las propiedades psicométricas de los instrumentos de estudio, esta investigación beneficiará a los estudiantes de la carrera profesional de psicología, pues brinda instrumentos válidos y confiables que pueden ser empleados en la evaluación de poblaciones con características similares a las de la muestra representativa.

#### **1.1.4. Limitaciones**

La validez externa de la presente investigación solamente se limitará a segmentos poblacionales afines a la muestra representativa seleccionada para el desarrollo de la misma.

Esta investigación solamente se limita a cotejar las bases teóricas de Adaptación a la Vida Universitaria de Almeida (2000); y asimismo con respecto a la variable Resiliencia, la teoría propuesta por Prado y Del Águila (2000).

### **1.2. Objetivos**

#### **1.2.1. Objetivo General**

Determinar la relación entre adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

### **1.2.2. Objetivos Específicos**

Identificar el nivel de adaptación a la vida universitaria en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Identificar el nivel de resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Establecer si se correlaciona o no significativamente la dimensión Personal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Establecer si se correlaciona o no significativamente la dimensión Interpersonal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Establecer si se correlaciona o no significativamente la dimensión Carrera de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Establecer si se correlaciona o no significativamente la dimensión Estudio de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Establecer si se correlaciona o no significativamente la dimensión Institucional de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

## **1.3. HIPÓTESIS**

### **1.3.1. Hipótesis General**

H<sub>0</sub>: Existe relación significativa entre adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo

### **1.3.2. Hipótesis Específica**

H<sub>1</sub>: Existe correlación significativa entre la dimensión Personal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

H<sub>2</sub>: Existe correlación significativa entre la dimensión Interpersonal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

H<sub>3</sub>: Existe correlación significativa entre la dimensión Carrera de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

H<sub>4</sub>: Existe correlación significativa entre la dimensión Estudio de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

H<sub>5</sub>: Existe correlación significativa entre la dimensión Institucional de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la resiliencia (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa, Creatividad) en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

## **1.4. VARIABLES E INDICADORES**

**A. Variable 1:** Adaptación a la vida universitaria, que será evaluada a través del Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R)

**\* Indicadores**

- Personal
- Interpersonal
- Carrera
- Estudio
- Institución

**B. Variable 2:** Resiliencia, que será evaluada a través de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)

**\* Indicadores**

- Insight
- Independencia
- Interacción
- Moralidad
- Humor
- Iniciativa
- Creatividad

## **1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN**

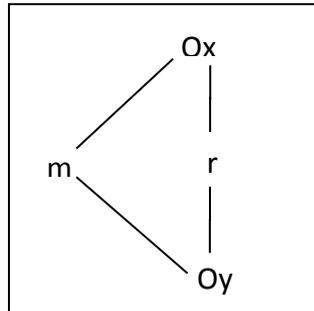
### **1.5.1. Tipo de Investigación**

El presente estudio es una investigación sustantiva - descriptiva, ya que se orienta a describir, explicar y predecir la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población, lo que permite buscar leyes generales que permita organizar resultados científicos. (Sánchez y Reyes, 2006)

### **1.5.2. Diseño de Investigación**

El presente estudio adopta un diseño descriptivo - correlacional, ya que se orienta a determinar el grado de relación existente entre dos o más variables

en una misma muestra de sujeto. (Sánchez y Reyes, 2006). Asume el siguiente diagrama:



Dónde:

- m: Muestra del grupo de estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo
- Ox: Observación de la adaptación a la vida universitaria
- Oy: Observación de la resiliencia
- r: índice de relación existente entre ambas variables.

## 1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA

### 1.6.1. Población

La población está conformada por 202 estudiantes, varones y mujeres, entre 17 y 19 años de edad, del 1er y 2do ciclo de la carrera profesional de Psicología de una universidad privada de Trujillo, con matrícula vigente en el periodo 2017 – I.

*Cuadro 1: Tamaño poblacional de los estudiantes según ciclo de estudios y género*

Ciclo	Género	Frecuencia	%
3°	M	31	15.3
	F	47	23.3
4°	M	51	25.2
	F	73	36.1
TOTAL		202	100.0

*Fuente: Datos alcanzados en el estudio*

### 1.6.2. Muestra

Se determinó el tamaño muestral, mediante un muestreo probabilístico aleatorio simple, a través de la aplicación de la fórmula de Cochran:

$$n = \frac{z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{(N - 1)(E)^2 + z^2 \cdot p \cdot q}$$

Dónde:

- Z: 1.96
- p: 0.50 (50% de posibilidad).
- q: 0.50 (50% sin posibilidad).
- N: tamaño de muestra.
- E: 0.05

Por lo tanto, la muestra estará constituida por 133 estudiantes, varones y mujeres, entre 17 y 19 años de edad, del 1er y 2do ciclo de la carrera profesional de Psicología de una universidad privada de Trujillo, con matrícula vigente en el periodo 2017 – I.

*Cuadro 2: Tamaño poblacional de los estudiantes según ciclo de estudios y género*

Ciclo	Género	Frecuencia	%
3°	M	20	15.3
	F	31	23.3
4°	M	34	25.2
	F	48	36.1
TOTAL		133	100.0

*Fuente: Datos alcanzados en el estudio*

#### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes con una edad entre 17 y 19 años
- Estudiantes que aceptaron voluntariamente ser evaluados
- Protocolos que fueron completados adecuadamente.

## **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que no estuvieron presentes durante las fechas programadas para la evaluación.
- Estudiantes que no aceptaron ser evaluados
- Protocolos que no fueron completados adecuadamente.

## **1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **1.7.1 Técnicas**

- Evaluación psicométrica

### **1.7.2. Instrumentos:**

#### **1.7.2.1. Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R)**

El nombre original de la prueba es "Questionário de Vivencias Académicas" (QVA), cuyo autor es Leandro S. Almeida. Almeida elaboró el instrumento en el año 1997; en la Universidad Do Minho. (Portugal). La administración del instrumento puede ser tanto de manera colectiva como individual, con una duración en ambos casos de 15 a 20 minutos aproximadamente. El objetivo general del test, es poder otorgar y explicar el nivel de adaptación que el alumnado tiene a la vida universitaria, basándose en la teoría del autor del mismo test. Esto se logra por la medición de cada una de las áreas, donde los ítems se presentan en una escala Likert de 5 puntos, en la que "1" expresa desacuerdo total con la afirmación y "5" acuerdo total.

Posteriormente, Márquez Rodríguez, Ortiz Urazán, & Rendón Arango (2009), revisan el instrumento en la Universidad Santo Tomás de Bogotá, Colombia. Adaptando el instrumento al idioma español y reduciéndolo a 5 escalas con un total de 60 ítems. Continuando con la calificación Likert, logran validar y estandarizar el instrumento. La nueva prueba se denomina QVA –R, la cual consistió en una adaptación y reajusto del QVA original.

### **Validez**

Para evaluar la validez de constructo del QVA – R se llevó a cabo un análisis factorial exploratorio con rotación Varimax. Para incluir un ítem en una

dimensión se estableció como criterio un nivel de saturación mayor o igual a .3. Los cinco factores explican el 40.5% de la varianza total.

### **Confiabilidad**

En la prueba original, se obtuvo un buen índice de consistencia interna general en las sub-escalas de la prueba. Así, se pueden ver que los alfa obtenidos son iguales o superiores a 0.75.

En cuanto a la confiabilidad del QVA –R, se generó un análisis psicométrico que incluyó estimar la confiabilidad mediante el índice alfa de Cronbach y la validez con base a un análisis factorial exploratorio con el procedimiento de componentes principales. Lo que se pudo encontrar es que el Alfa de Cronbach es superior a 0.60. Posteriormente

### **Validez y confiabilidad interna**

En la presente investigación, se obtuvo la validez de constructo del Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R), por medio del método Item – test, empleando el estadístico Alpha de Cronbach, el cual permitió establecer que todos los ítems que conforman el instrumento, correlacionan en forma directa y muy significativamente ( $p < .01$ ), con la puntuación total, registrando valores que superan el valor mínimo requerido de .20, los mismos que oscilan entre .307 y .714. Con respecto a la confiabilidad, se procedió mediante el método de consistencia interna, empleando el estadístico Alpha de Cronbach, alcanzando los siguientes índices: Personal (.785), Interpersonal (.761), Carrera (.801), Estudio (.783), Institucional (.804) y Escala General (.761).

#### **1.7.2.2. Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)**

La Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA) fue creada por el Psic. Rodolfo Prado Álvarez y Lic. Mónica del Águila Chávez, profesores investigadores de la Universidad Nacional Federico Villareal – Facultad de Psicología. El propósito del instrumento es evaluar la conducta Resiliente en adolescentes de 11 a 19 años de edad. Su administración puede generarse de forma individual o colectiva, sin tiempo límite, sin embargo, se espera que dure aproximadamente entre 30 a 40 minutos. La prueba evalúa las siete áreas de la

escala construida con el enfoque de Wolin y Wolin: Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa y Creatividad. Este instrumento consta de 34 ítems, que presentaron una validez en la correlación de Pearson con una consistencia interna de .031 a 0.5 y una confiabilidad por consistencia interna de Alpha Cronbach de 0.86, lo cual indica que es un instrumento válido y confiable. Según la respuesta del sujeto, cada ítem equivale a determinada puntuación: Rara vez (1 Pto), A veces (2 Ptos), A menudo (3 Ptos), siempre (4 Ptos). Una vez establecidos los puntajes directos, según las respuestas del sujeto, se procede a sumar las respuestas por cada ítem según al indicador que pertenezcan: Insight (1, 3, 9, 15, 30), Independencia (22, 29, 32, 33), Interacción (19, 20, 21, 24, 26), Moralidad (14, 16, 17, 18, 28), Humor (8, 11, 12, 13, 34), Iniciativa (6, 10, 23, 25, 27), Creatividad (2, 4, 5, 7, 31); obteniendo así una puntuación directa por las siete áreas y otra en general. Posteriormente, según el puntaje obtenido se busca en la tabla de Baremos la categoría correspondiente, para luego pasar a interpretar de modo cualitativo cada área y la Resiliencia en General.

### **Validez**

En primer lugar, se realizó un análisis de correlación ítem – ítem para verificar la discriminación de los ítems, para lo cual se empleó el coeficiente de correlación de Pearson ( $r$ ). Los datos alcanzados por los autores de la prueba indican que todos los ítems presentan coeficientes superiores a 0.20, siendo el menor de todos 0.2014 ( $p < .05$ ) y el máximo 0.5083 ( $p < .001$ ), lo que indica que todos los ítems contribuyen a la medición de la Resiliencia y por lo tanto aportan a la validez del instrumento.

Aponte (2004) estimó la validez del instrumento en una muestra de 256 adolescentes, del Hogar de la Niña y del Hogar San José de la Provincia de Trujillo, cuyas edades fluctúan entre 12 a 18 años, mediante el método Ítem – Test, empleando el Coeficiente de Correlación de Pearson ( $r$ ). Los datos alcanzados indican que todos los ítems presentan coeficientes superiores a 0.30 siendo el menor de todos 0.31 y el máximo 0.49; lo cual nos indicaría que todos los ítems contribuyen a la medición de la Conducta Resiliente y por tanto aportan a la validez del instrumento.

## **Confiabilidad**

Posteriormente procedieron a calcular el coeficiente de confiabilidad con el método de consistencia interna de Alpha de Cronbach, cuyos resultados indican que el coeficiente más bajo se obtuvo en la escala de interacción ( $r = 0.5225$ ), mientras que el coeficiente más alto fue obtenido en la escala de Moralidad ( $r = 0.6734$ ). La prueba en general obtuvo un coeficiente de  $0.8629$  ( $p < .001$ ) el cual es altamente significativo; lo cual indica que el instrumento es consistente.

Aponte (2004) estimó la confiabilidad del instrumento en una muestra de 256 adolescentes, del Hogar de la Niña y del Hogar San José de la Provincia de Trujillo, cuyas edades fluctúan entre 12 a 18 años, mediante el método de las dos mitades o Spliff – half, siendo los resultados corregidos con el estadístico Alpha de Cronbach. Los datos alcanzados indicaron que el coeficiente bajo se obtuvo en el área de Independencia ( $0.34$ ), mientras que el coeficiente alto es el de las áreas de Insight, Humor y de Creatividad con ( $0.45$ ). La escala general obtuvo un coeficiente de  $0.64$ , indicando así su significancia y contribución del instrumento.

## **Validez y confiabilidad interna**

En la presente investigación, se obtuvo la validez de constructo de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA), por medio del método Ítem – test, empleando el estadístico Alpha de Cronbach, el cual permitió establecer que todos los ítems que conforman el instrumento, correlacionan en forma directa y muy significativamente ( $p < .01$ ), con la puntuación total, registrando valores que superan el valor mínimo requerido de  $.20$ , los mismos que oscilan entre  $.253$  y  $.606$ . Con respecto a la confiabilidad, se procedió mediante el método de consistencia interna, empleando el estadístico Alpha de Cronbach, alcanzando los siguientes índices: Insight ( $.841$ ), Independencia ( $.732$ ), Interacción ( $.739$ ), Moralidad ( $.811$ ), Humor ( $.791$ ), Iniciativa ( $.778$ ), Creatividad ( $.845$ ) y Escala General ( $.853$ ).

## **1.8. PROCEDIMIENTO**

Para la recolección de datos se solicitó el permiso al Director de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego, mediante una solicitud. Una vez conseguido el permiso se coordinaron los horarios con los docentes para la aplicación de los instrumentos. En el horario acordado, se ingresaron a las aulas, donde se les informó a los estudiantes con la lectura del consentimiento informado el objetivo de la recolección de datos y se recalcó su participación voluntaria.

Se distribuyó primero el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R), una vez terminado, se les entregó la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA). Por lo tanto, una vez terminada la evaluación de los estudiantes, se seleccionaron los protocolos debidamente contestados procediendo a codificarlos en forma consecutiva.

## **1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO**

Una vez aplicados ambos instrumentos, a la muestra investigada correspondiente a estudiantes de Psicología, se realizó la crítica-codificación de los datos, que consiste en revisar las pruebas para separar aquellas incompletas y/o erróneamente llenadas. Enseguida se asignó un número a cada una de las pruebas para su identificación.

Luego fueron ingresados en una hoja de cálculo de Microsoft Office Excel, y fueron procesadas con el soporte del paquete estadístico SPSS 24.0, procediendo luego a realizar el análisis de los datos obtenidos, empleando métodos que proporcionan la estadística descriptiva y la estadística Inferencial, tales como:

- Correlación ítem-test corregido para evaluar la validez de constructo de los instrumentos a utilizar.
- Coeficiente alfa de Cronbach, que permitirá evaluar la consistencia interna de los instrumentos en la población investigada.

- Construcción de normas percentilares de ambos instrumentos: el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R) y la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA).
- Tablas de distribución de frecuencias simples y porcentuales, (elaboradas según las normas APA), para organización y presentación de los resultados obtenidos referente al nivel de adaptación a la vida universitaria y nivel de resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.
- En lo que respecta al análisis correlacional, en primer lugar, se determinará el cumplimiento de la normalidad de las puntuaciones obtenidas por los estudiantes, mediante la aplicación de la prueba estadística de Kolmogorov-Smirnov, para decidir el uso de la prueba paramétrica de correlación de Pearson o de la prueba no paramétrica de correlación de Spearman, en la evaluación de la asociación entre la adaptación a la vida universitaria y la resiliencia en los sujetos de estudio.

**CAPÍTULO II**  
**MARCO REFERENCIAL**  
**TEÓRICO**

## **2.1. Antecedentes**

### **Antecedentes internacionales**

López-Cortón (2015) en La Coruña, España, investigó los factores que contribuyen a construir procesos resilientes en la etapa universitaria, considerada un momento clave en la evolución del individuo. La muestra estuvo compuesta por 343 estudiantes de la Universidad de A Coruña, aplicándoles la escala de Resiliencia CD-RISC, un cuestionario sociodemográfico y de actividades en el tiempo libre, de elaboración propia, y la escala de Acontecimientos Vitales de Holmes y Rahe. Los resultados indican como factores relevantes en el proceso resiliente: el número de actividades realizadas, la situación sentimental, el área de conocimiento, el escuchar música, las horas dedicadas a escribir, el compatibilizar trabajo y estudios, el practicar deporte y la frecuencia de ver a la familia. Estos hallazgos impulsan a promover dichos factores, tanto a nivel individual como dentro del contexto educativo, favoreciendo niveles altos de resiliencia, y consecuentemente, de bienestar emocional.

González y Artuch (2014) en Navarra, España, investigaron la relación entre la resiliencia y afrontamiento en un grupo de universitarios. La muestra estuvo compuesta por 117 estudiantes. Se utilizó como instrumentos de recolección de datos a la escala de afrontamiento EEC y la escala de resiliencia CD-RISC. Los resultados muestran la relación positiva y significativa entre las variables analizadas y se confirman efectos del sexo y tipo de universidad sobre factores como tenacidad, espiritualidad, autoinstrucciones, acción dirigida a las causas, reevaluación positiva y firmeza y apoyo religioso entre otros.

Lucas de Almeida, I. (2012) en Badajoz, España, investigó los Valores de Vida, las Vivencias Académicas y otros factores Protectores de los Estudiantes de Enfermería, promotores de Resiliencia. La muestra estuvo conformada por 83 estudiantes inscritos en el Curso de Licenciatura de Enfermería de una universidad pública de la localidad en mención. El instrumento de recolección de datos se compone de tres escalas, Lo Inventario de los Valores de Vida (LVI), el Cuestionario de Vivencias Académicas reducido (QVA-r) elaborado por Almeida, Ferreira e Soares (2001) y la Escala de Resiliencia (CD-RISC). El LVI

(Brown, 2002) validado para el portugués por Almeida y Pinto (2002) y el CD-RISC (Connor & Davidson, 2003) validado para la población portuguesa por Martins (2009). Los resultados mostraron que son importantes predictores de la Resiliencia, las subescalas das Vivencias Académicas: Personal, institucional y Estudio.

Álvarez y Cáceres (2010) en Bucaramanga, Colombia, investigaron las dimensiones de la resiliencia, las correlaciones de ésta con la edad, el estrato socioeconómico, el número de hijos y las diferencias por género, estado civil y tipo de convivencia familiar en 180 estudiantes universitarios de ciudad de Bucaramanga. El estudio correlacional-transversal abordó una muestra no probabilística de estudiantes universitarios. Se utilizó el instrumento CRE-U (Peralta, Ramírez & Castaño, 2006) para evaluar la resiliencia. Se hallaron factores resilientes en el grupo: Habilidades para solucionar problemas, humor y conductas vitales positivas. No se hallaron correlaciones significativas entre la resiliencia y la edad, el estrato socioeconómico ni el número de hijos. Las mujeres resultaron más resilientes que los hombres, así como los solteros y quienes viven junto a sus familias. La correlación entre la resiliencia y rendimiento académico fue débil. No se hallaron diferencias según el género ni el estado civil en la resiliencia de los examinados.

### **Antecedentes nacionales**

Aquino (2016) en Lima, Perú, investigó la relación entre la adaptación a la vida universitaria y las características de resiliencia en un grupo de 122 becarios universitarios de condición socio-económica de pobreza o pobreza extrema. Asimismo, busca describir diferencias en ambas variables según características sociodemográficas. Para ello se emplearon el Cuestionario de vivencias académicas (QVA-r) y la Escala de resiliencia para adultos (RSA). Los resultados dan cuenta de una relación directa entre todas las áreas de adaptación y la resiliencia total, siendo las más altas las halladas entre el área de personal ( $r = .64$ ;  $p < .001$ ) y estudio ( $r = .57$ ;  $p < .001$ ) con resiliencia total. También, se encontró que las sub-escalas de futuro planeado y competencia social estuvieron relacionadas con todas las áreas de adaptación, encontrándose las más altas, para el primer caso, con el área de estudio ( $r =$

.53;  $p < .001$ ) y, para el segundo caso, con el área interpersonal de adaptación ( $r = .69$ ;  $p < .001$ ).

Arenas (2016) en Lima, Perú, investigó la relación entre la inteligencia Emocional y Resiliencia en alumnos de cuarto y quinto de educación secundaria. El tipo de investigación fue descriptivo y el diseño de investigación fue correlacional. La muestra estuvo constituida por 107 participantes. Para la recolección de datos se utilizó el BarOn ICE y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados muestran que existe correlación estadísticamente positiva entre inteligencia emocional y resiliencia, así como entre resiliencia y los componentes intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y estado de ánimo de la inteligencia emocional, esto indica que a mayor nivel de inteligencia emocional de los alumnos del 4to y 5to de secundaria del colegio República de Panamá presentan un mayor desarrollo de capacidades resilientes.

Chau y Saravia (2014) en Lima, Perú, investigaron la relación entre la salud percibida y la adaptación a la vida universitaria de un grupo de jóvenes estudiantes de Lima, Perú. Para ello, se aplicó el Cuestionario de Adaptación Universitaria (Qva-R) y una medida de salud percibida, a una muestra de 281 estudiantes universitarios. Los resultados mostraron una relación positiva entre la salud percibida y las cinco áreas que miden la adaptación universitaria. El área Personal presentó la mayor relación con la salud percibida. Esto evidenció la importancia de la relación que existe entre la habilidad para adaptarse a la vida universitaria y la percepción de salud de los alumnos.

### **Antecedentes locales**

Rodríguez (2014) en Trujillo, Perú, investigó la relación entre burnout académico y la adaptación a la vida universitaria en una muestra de 175 estudiantes de primer año de las carreras de educación inicial, primaria y secundaria. Se empleó un muestreo probabilístico estratificado y los instrumentos utilizados para la medición de las variables fueron la adaptación de Pérez et al. (2012) del Inventario de Burnout de Maslach para estudiantes y la adaptación de Márquez, Ortiz y Rendón (2008) del cuestionario de vivencias

académicas QVAR. Los resultados de la investigación mostraron que no existe relación significativa entre el burnout académico y la adaptación universitaria. No obstante, se encontró correlaciones débiles y moderadas entre algunas de las dimensiones de ambas variables. Se halló también un bajo nivel de burnout académico y un nivel promedio de adaptación universitaria.

## **2.2. Marco Teórico**

### **2.2.1. Adaptación a la vida universitaria**

#### **2.2.1.1. Definición**

Aunque no existe consenso en cuanto a la definición de adaptación, la mayoría de los autores coinciden en comprenderla como la acomodación o ajuste a unas circunstancias; y, en el ámbito educativo, se define como el equilibrio existente entre las motivaciones y aptitudes del alumno, evidenciado en su comportamiento frente a las exigencias del contexto (Beltrán & Torres, 2000).

La adaptación, además, puede ser integrativa, es decir, aquella que no sólo satisface las demandas presentes, sino que también facilita la solución de problemas posteriores, o no integrativa, en el sentido en que reduce la ansiedad de la situación actual, pero en el futuro puede generar mayor tensión. Así, la adaptación puede verse facilitada u obstaculizada por factores de diversa índole, cuya interacción incrementa la probabilidad de fracaso escolar y deserción (Beltrán y Torres, 2000).

Investigaciones recientes han mostrado que la adaptación a la vida universitaria puede ser comprendida mediante tres dimensiones fundamentales. En primer lugar, la dimensión personal, que involucra niveles adecuados de disciplina, planeación y manejo del tiempo, afrontamiento de nuevos métodos y rutinas académicas que demandan mayor exigencia y autonomía por parte de los estudiantes, así como construcción de la identidad y proyección de vida en función de los cambios socioculturales que condicionan la toma de decisiones y conllevan alteraciones en el estilo de vida (Almeida et al., 2000).

En segundo lugar, la dimensión interpersonal, que incluye las relaciones con figuras de autoridad en general, la familia, los pares y la pareja, entre otros, y cuya valoración en términos de soporte incrementa la probabilidad de que las vivencias universitarias constituyan un factor protector de amplio espectro (Batista, Monteiro, Rodrigues, Simões y Rodrigues, 2005).

En tercer lugar, la dimensión contextual, que incluye aspectos como las nuevas formas de comunicación que emergen en las relaciones pedagógicas y con los miembros de la institución en general, los métodos de estudio, las motivaciones en el proceso de aprendizaje y las características y servicios de la institución (Almeida et al., 2000).

### **2.2.1.2. Dimensiones de la adaptación a la vida universitaria**

#### **2.2.1.2.1. Según Baker y Sirik (1999)**

Baker y Sirik (1999) manifiestan que la adaptación a la vida universitaria se compone de las siguientes dimensiones:

##### **a. Adaptación académica**

Enfocada en el rendimiento académico representa un determinante esencial para la retención y la graduación del estudiante. Un rendimiento académico pobre es un indicador que muestra las dificultades que los alumnos tienen para adaptarse a la universidad. Una buena adaptación académica se refleja en sus actitudes a través de los cursos de estudio, su compromiso con el material y la adecuación de sus estudios con sus esfuerzos académicos.

##### **b. Adaptación social**

Adaptarse y comenzar la universidad es una experiencia única que depende de la clase social del estudiante. La falta de integración social se intensifica si el capital socio-cultural, lingüístico y económico no está acorde con el discurso dominante de la universidad. La adaptación social se mide por el grado por el cual los estudiantes se han integrado por ellos mismos en la estructura social de las residencias universitarias y de la universidad en general, toman parte en actividades en el campus, encuentran nuevas personas

y hacen amigos, en oposición a experimentar dificultades con la soledad o la pérdida familiar.

### **c. Adaptación psicológica**

Para algunos estudiantes adaptarse a la universidad puede ser una experiencia que podría conllevar a problemas emocionales y depresivos. Los estudios han probado que la angustia psicológica de los alumnos universitarios es significativamente más alta que el de la población en general. El estrés puede afectar negativamente la persistencia del nuevo estudiante universitario. Baker y Sirik, denominan a esta categoría: personal-emocional.

### **d. Adaptación institucional**

Se refiere al grado en el cual los estudiantes se identifican con la comunidad universitaria y llegan a estar emocionalmente vinculados a ella.

## **2.2.1.2.2. Según Almeida (2000)**

Por otro lado, Almeida (2000) manifiesta que la adaptación a la vida universitaria se compone de las siguientes dimensiones:

### **a. Personal**

Evalúa las percepciones del estudiante en cuanto a su bienestar físico y psicológico.

### **b. Interpersonal**

Evalúa la relación con los pares en general, así como las relaciones significativas del evaluado. Así como también, aspectos relativos al involucramiento en actividades extracurriculares.

### **c. Carrera**

Evalúa la adaptación al pregrado, al proyecto vocacional y las perspectivas de carrera.

#### **d. Estudio**

Evalúa competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de Aprendizaje.

#### **e. Institucional**

Evalúa intereses hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes.

#### **2.2.1.3. El proceso de adaptación de los estudiantes a la Educación Superior**

La entrada en la Educación Superior es un momento clave para el éxito del estudiante y de la institución de Educación Superior. Se trata, claramente, de un periodo de transición en la vida de los alumnos y de las alumnas que muchas veces surge como un detonante de nuevas adquisiciones y estructuraciones personales con reflejos particulares en el desarrollo cognitivo y psicosocial, es decir, en su identidad. (Pascarella y Terenzini, 2001)

La identidad es un sentimiento de bienestar que emerge del encuentro entre las expectativas de uno y las respuestas del contexto a ellas, mismo que negociándolas permitiendo dar sentido a la vida de los individuos y de los grupos. El acceso a la Educación Superior se constituye entonces como una etapa decisiva en la construcción de la identidad de los jóvenes estudiantes, interesando identificar los factores que la determinan, como por ejemplo la pertenencia a grupos.

En los últimos años se ha verificado una mayor complejidad en el tipo de relación que existe entre los estudiantes y las instituciones de Educación Superior que estos frecuentan. De esta forma, la relación que el estudiante crea con la propia institución de educación y la forma en que se implica en sus dinámicas son decisivas para su buena adaptación y para su éxito educativo (Lopes y Pereira, 2012).

La implicación del estudiantado en actividades extracurriculares facilita el desarrollo de la capacidad de liderazgo, de trabajo en equipo y la toma de decisiones. La misma idea debe estar subyacente a las prácticas adoptadas en el aula. Para maximizar el aprendizaje del alumnado se sugiere recurrir a las actividades que induzcan la participación activa, tales como la resolución de problemas, la discusión e intercambio de ideas y también las tutorías. De hecho, si el estudiantado está implicado en la “vida” de su institución educativa, si toma parte de sus dinámicas, si tiene niveles elevados de interés y satisfacción, dentro y fuera del aula, si está implicado en las diversas actividades que suceden en el mundo académico, su adaptación será más fácil y rápida. El sentimiento de pertenencia es, por lo tanto, un valor que se debe tener en cuenta cuando nos referimos a cuestiones de adaptación. (Ferreira, 2009).

Los procesos de adaptación dependen de la interacción entre las pautas individuales de desarrollo y los factores ambientales. Además de estos, también los intereses, los objetivos y las aspiraciones que los jóvenes formulan sobre el futuro, pueden facilitar el ajuste eficaz a un contexto nuevo y desafiante como puede ser la Educación Superior (Ferreira, 2009).

En el momento de entrada de los estudiantes en la institución de enseñanza, el grupo de iguales constituye uno de los elementos preponderantes en las cuestiones de adaptación e inclusión. En otras palabras, estar integrado en un grupo de iguales facilita la transición a la Educación Superior, ya que los colegas funcionan como modelos que ofrecen oportunidades de definición y validación de una nueva identidad como estudiantes de la Educación Superior. En cualquier edad, el grupo de iguales tiene influencia en las decisiones que tomamos, en las opiniones que nos formamos, en los gustos que desarrollamos, en los caminos que seguimos. (Ferreira, 2009)

Sin embargo, en la adolescencia y en el inicio de la edad adulta es cuando esta influencia gana más notoriedad, constituyéndose en un sentimiento de identidad y reconocimiento. Las interacciones entre iguales durante el

aprendizaje tienen el potencial de funcionar como un proceso facilitador del desarrollo intelectual y psicosocial de los sujetos (Dias, 2006).

De hecho, el papel del grupo de iguales debe afrontarse con alguna atención en la medida en que puede funcionar como un motor para la buena adaptación de los jóvenes que todos los años llegan a las instituciones de Educación Superior. Cuanto mayor sea el nivel de implicación de los estudiantes con sus iguales, mayor será su implicación en el sistema comunicacional de la institución. Las interacciones con otros estudiantes, “que inicialmente son meramente recreativas (como ir a una fiesta, bailar o practicar algún deporte), pueden promocionar la adaptación ayudando a los estudiantes a familiarizarse y a integrarse en una cultura de escuela, al mismo tiempo que se identifican con su papel de estudiantes” (Ferreira, 2009).

Sin embargo, no podemos olvidarnos o reducir el papel que la propia institución puede tener en la acogida de los estudiantes. De hecho, los alumnos y alumnas se sienten muchas veces desplazados en relación al ambiente y a las dinámicas que ya existen, por eso es fundamental tener a su espera una base fuerte de apoyo, que se traduce, por parte de la institución de Educación Superior, en la existencia de mecanismos y de servicios responsables de la recepción y la buena adaptación de sus estudiantes.

Soares et al. (2006) refieren como posibles contribuciones institucionales para la adaptación del estudiantado a la Educación Superior las siguientes: la organización institucional estructurada y normativa; mecanismos de recepción y de soporte a los alumnos; mecanismos de seguimiento educativo, vocacional y psicosocial del estudiantado; trabajo conjunto del profesorado y del alumnado para la promoción del aprendizaje y éxitos escolares; esquemas de flexibilización de recorridos de formación, de aprendizaje y de formas de evaluación. De hecho, son varias las estrategias y los mecanismos que las instituciones de Educación Superior tienen a su alcance para las cuestiones relativas a la adaptación a este nivel de enseñanza, no obstante, corresponde a cada una de ellas adoptar las más adecuadas a su contexto, público y necesidades generales.

#### **2.2.1.4. Dificultades en el proceso de adaptación a la vida universitaria**

Painepán (2012) manifiestan que las dificultades en el proceso de adaptación a la vida universitaria son:

##### **a. Ritmo de estudio o presión por la carga académica**

Con la mejor intención que se demuestre, probablemente durante el primer año de estudios los estudiantes obtengan alguna o varias calificaciones muy bajas o tengan que enfrentarse a la reprobación de algún ramo y experimentar la frustración que surge. De la misma forma, es posible que deban aceptar que la presión del trabajo académico es fuerte y permanente. En estas circunstancias, adquiere relevancia sobrellevar las frustraciones como parte del proceso de aprendizaje y generar estrategias para sobrellevar las dificultades: preguntar las dudas en clases, a los profesores y compañeros. A la vez, es posible investigar, aprender o pedir ayuda en relación al manejo de estrés, mejorar los hábitos y estrategias de estudio, así como reforzar nuestra autoestima, entre otros.

##### **b. Dudas vocacionales e intención de cambiarse o retirarse de la carrera**

Los factores o causas más frecuentes de deserción de los alumnos universitarios en primer año se deben a problemas vocacionales, situación económica familiar y/o rendimiento académico. Para enfrentar estas dificultades, es necesario acudir a las redes de apoyo: conversar con los familiares y amigos, así como solicitar apoyo de otras instancias de la universidad cuya función es prestar servicios de orientación vocacional, apoyo económico o de rendimiento.

##### **c. Incomodidad social, malestar emocional o físico relacionado con la participación en las aulas universitarias o actividades propias de la universidad**

Es importante recurrir a los servicios de salud correspondientes, pues en ocasiones durante el proceso de adaptación a la vida universitaria pueden surgir síntomas físicos o psicológicos que requieren de ayuda especializada.

Es importante invertir tiempo para asumir que este es un periodo personal de adaptación. Entonces, cabe reflexionar y decidir, de forma individual, sobre qué acciones tomar, qué actitudes adquirir, entre otras, para sobrellevar mejor el paso de la vida de estudiante secundario a estudiante universitario.

#### **d. Fomentar la confianza en sí mismo**

Cada persona posee características particulares que lo diferencian de los demás, métodos individuales para aprender, tiempos y ritmos diferentes. Es importante que el estudiante universitario confíe en sus propias capacidades, pues es imprescindible que realmente logre sentir que está aprendiendo y que, a futuro, tenga en cuenta que ser un buen profesional no necesariamente se relacionará en forma directa con haber obtenido las mejores calificaciones. El éxito profesional se relaciona también con otras habilidades, como por ejemplo las habilidades sociales, que se desarrollan también en otras actividades de índole artística, deportiva, social, entre otras. La educación universitaria debiera ser concebida como una formación integral, formadora de personas. Ello implica aprendizaje de conocimientos especializados junto con el desarrollo de aptitudes y habilidades personales.

#### **e. Redefinir expectativas**

Muchos estudiantes universitarios poseen una imagen de sí mismos que se caracteriza por ser un buen alumno. Generalmente esa definición se asocia en la educación básica y secundaria con la obtención de resultados académicos sobresalientes en forma habitual. La exigencia universitaria implica capacidades intelectuales y, además, otras habilidades de índole organizativa, social. Ofrece también la posibilidad de desarrollar intereses y habilidades artísticas y deportivas, entre otras, que requieren tiempo y dedicación.

Un aspecto esencial a considerar al plantearse los objetivos personales para la etapa universitaria es hacerse cargo o responsable del tiempo personal disponible, estudiando lo suficiente para responder satisfactoriamente a las exigencias académicas que asumimos como compromiso personal al ingresar a

la universidad. En este sentido, es básico, por ejemplo, asistir a clases puntualmente y en forma habitual.

#### **f. Conocer el lugar físico y sus oportunidades**

Es frecuente escuchar durante el último año de los estudios universitarios decir a los alumnos “me hubiera gustado haber aprovechado más la universidad”. Muchas veces aludiendo a los servicios, talleres, oportunidades de participación de grupos de intereses especiales, convenios de la institución, entre otros. Una buena forma de sentirse bien en un lugar nuevo es darse el tiempo para conocerlo y todas las posibilidades y alternativas de participación y apoyo que ofrece. Ello significa superar el miedo a preguntar y practicar una actitud de apertura y búsqueda activa a nuevas oportunidades de aprendizaje ofrecidas desde la institución que, sin duda, te apoyarán en el proceso de tu autoconocimiento, de identificación de potencialidades o apoyarán el desarrollo de habilidades que desees mejorar.

#### **g. Conocer mejor tu carrera**

La visión de una carrera suele ser convencional o estereotipada si no se conoce realmente en profundidad. Es importante que el estudiante conozca su carrera en cuanto a la carga académica, asignaturas que implica, así como los talleres optativos, las posibles prácticas o pasantías asociadas. De la misma forma, es importante que interiorice aquellas innovaciones asociadas a su desarrollo en la actualidad, cuyas aplicaciones pueden influir en tu motivación y entusiasmo con ella aún más. Una misma carrera, hoy en día, puede presentar diversas posibilidades de aplicación y desarrollo, por esto es necesario que crea en sí mismo y en su vocación, pues las grandes innovaciones surgen de personas que se han atrevido a crear y creer en sus proyectos. Por otra parte, el ambiente o cultura propia de los estudiantes de una especialidad, es creada y promovida por los propios estudiantes, por ello es bueno atreverse a participar y fomentar un ambiente social que quisieras experimentar. A la vez, esta actitud se puede convertir en un mecanismo eficaz para lograr una adaptación rápida.

#### **h. Dejarse ayudar**

Todos los alumnos universitarios nuevos vivencian este periodo de acostumbramiento, es decir, junto con el estudiante universitario, hay muchas personas que están viviendo este proceso de adaptación, en mayor o menor grado, de forma similar a su experiencia. En este sentido, compartir las dificultades con los compañeros y amigos, así como con el grupo familiar es un apoyo necesario que puede ser de ayuda en esta situación y en situaciones futuras, por lo tanto, se sugiere hacerlos partícipes de esta experiencia y cultivar estas redes de apoyo. En este sentido, una actitud de humildad puede ser una buena aliada.

#### **i. Dudarlo todo**

En la etapa de la adolescencia o de la adultez emergente es frecuente experimentar periodos de dudas y confusión. El periodo de la adolescencia se caracteriza por experimentar cambios corporales, psicológicos, deseos de independencia, cambios de intereses, inseguridad, entre otros. Por ello, es necesario disponerse a que se pueden vivir crisis o periodos de confusión como situaciones normales dentro del desarrollo humano sano y que se encuentran en la familia, amigos y la universidad misma alternativas de apoyo destinados a acompañarte en la clarificación de esas dudas.

#### **j. Enfrentar las experiencias nuevas con optimismo**

La experiencia universitaria suele ser un periodo de vida muy estimulante y satisfactorio desde el aspecto intelectual y social, por ello la predisposición debiera ser la más positiva posible. Muchos estudiantes universitarios son entusiastas estudiantes, deportistas, artistas o todo ello a la vez. En la medida que se van adquiriendo compromisos personales, se mantienen con perseverancia y se disfrutan los logros del esfuerzo personal, la universidad puede ser un universo de posibilidades. El optimismo es gratis y básico en una personalidad sana. Soñar también y es posible soñar con las mejores oportunidades para ti desde el mismo lugar en que te encuentras. La invitación, entonces, es a disponerse con apertura y optimismo a conocer y disfrutar de un mundo nuevo por descubrir.

### **2.2.1.5. Tareas para lograr una adecuada adaptación a la vida universitaria**

Clickering y Reisser (1993) manifiestan que las tareas que deben desarrollar los estudiantes para lograr una adecuada adaptación a la vida universitaria son:

- **Adquisición de competencia:** Es decir, desarrollar habilidades intelectuales, físicas, manuales, de relaciones sociales y personales que faciliten su adaptación.
- **Manejo de emociones:** Capacidad para aprender a reconocer y controlar en forma eficaz los propios sentimientos, en especial los que se relacionan con el sexo y la agresividad. Asimismo, para identificar como, cuando, donde y con quien se puede decir, hacer y expresar determinadas acciones y actitudes.
- **Lograr la autonomía:** Consiste en aprender a vivir y tomar decisiones sin el apoyo y presencia de los padres. También actuar de forma independiente sin la compañía, apoyo, aprobación y afecto de los familiares cercanos.
- **Establecer la propia identidad:** Se trata de un proceso de construcción del adolescente que le permite reconocer sus propias características, sus necesidades físicas, su apariencia y su identificación sexual.
- **Adquisición de libertad en las relaciones interpersonales:** En esta etapa el joven debe aprender a ser menos ansioso, menos defensivo y menos vulnerable, así como a tener la capacidad de ser más espontáneo, amistoso y confiado como producto de la aceptación de sus propias características.
- **Reconocimiento de propósitos:** Debe lograr tener mayor claridad en sus planes vocacionales y aspiraciones intelectuales, así como en el ámbito cultural y recreativo. Desarrollar la aptitud para establecer las metas e intereses en la propia vida.
- **Desarrollo de la integridad:** Que le exige elaborar el conjunto de creencias y valores que sirven como guías del comportamiento individual.

### **2.2.1.6. Factores intervinientes en la adaptación a la vida universitaria**

En el primer año de universidad los estudiantes enfrentan problemas que surgen tanto por su etapa evolutiva como por la transición de la Educación Media a la Educación Superior, lo que conlleva, inevitablemente, un sentido de pérdida y al mismo tiempo de nuevas oportunidades. En las primeras seis semanas de vida universitaria se producen grandes cambios para el estudiante, debido a que se ve obligado a pasar de un ambiente conocido y relativamente seguro a un mundo más individualista y desconocido, en el cual debe valerse por sí mismo (Díaz, 2008, citado en Fernández, 2014). Dentro de este proceso de cambios, pueden surgir también dificultades de tipo sociales, académicas y psicológicas, que les impidan una adaptación favorable a la vida que inician.

Se puede afirmar que existen factores personales, familiares y del entorno universitario que intervienen en la adaptación a la vida universitaria. Dentro de los factores personales se encuentra la salud mental. Ingresar a la universidad implica obligaciones y responsabilidades que para muchos puede ser una situación estresante. Se observa, por ejemplo, que con frecuencia los estudiantes universitarios presentan problemáticas que afectan su bienestar y les impide una adaptación adecuada, entre ellas se encuentran la alta prevalencia de sintomatología ansiosa relacionada con el estrés académico, agotamiento mental, trastornos alimentarios, ideación suicida, conductas autopunitivas, uso abusivo de alcohol y otras sustancias, (Cova et al, 2007, citados en Fernández, 2014).

El rendimiento académico también es un factor personal que incide en la adaptación. Los estudios asociados al éxito y/o al fracaso académico enfatizan la importancia de la experiencia académica y personal del estudiante, señalándose que una de las causas fundamentales del llamado fracaso escolar o rendimiento académico insatisfactorio es la falta de estrategias de aprendizaje adecuadas para abordar el estudio.

Las expectativas propias también son un factor que influye en el proceso de adaptación. En el caso de las carreras universitarias, donde su concreción exige y requiere de cierto lapso de tiempo y diversidad de acciones, las

expectativas se comportan acorde a un escenario de escasa previsión y, por lo tanto, se vinculan más a las experiencias pasadas del estudiante en la educación secundaria que a la vida universitaria en sí; en efecto, el estudiante que ingresa a la Educación Superior tiene un escaso conocimiento del mundo universitario, por tanto construye sus expectativas acorde a experiencias vividas en lo mediato.

En los estudiantes de primer año de Universidad, las expectativas sobre las condiciones de la vida estudiantil o académica puede llevar a decepción temprana en caso que lo esperado no coincida con lo realidad y puede traer consigo la deserción del sistema. El establecimiento de vínculos afectivos es otro factor personal altamente significativo en la adaptación. Durante la adolescencia se producen cambios importantes en la forma en que se establecen las relaciones interpersonales con los pares, buscando, principalmente, un confidente para compartir las dificultades. Este confidente pasa a sostener y ayuda a avanzar y, al mismo tiempo, resulta ser un espejo fundamental porque aún no se está seguro de sí mismo.

Palacio (2006, citado en Fernández, 2014), también afirma que existe una relación significativa entre promedio académico y las dimensiones de las relaciones de amistad, como confianza, lealtad y exclusividad; es decir, el promedio académico se ve afectado por la capacidad para mantener una relación de amistad única y especial y la capacidad para guardar confiar y estar dispuesto para el otro(a) en cualquier situación. Por otra parte, dentro de los factores intervinientes en la adaptación se encuentran los factores familiares.

Lo que la familia dicta como aceptable para el estudiante, resulta fundamental en las decisiones que se toman ante el estudio de una carrera universitaria. El apoyo de la familia es relevante y si éste no existe, surge la posibilidad que el estudiante deserte de sus estudios. La familia influye, pues, en la elección y conclusión de la carrera universitaria, ya que ello depende, en gran medida, del proceso de vinculación entre lo que los jóvenes desean y lo que la familia puede ofrecerles.

Por último, se encuentran los factores del entorno universitario, que dicen relación, en primera instancia, con la ayuda económica entregada a los estudiantes (becas y beneficios), lo que representa un factor importante en las posibilidades de permanencia, puesto que las tasas de deserción varían dependiendo de la cantidad y duración de la ayuda. Por otra parte, se encuentran las posibilidades de actividades extraprogramáticas que ofrecen las instituciones de educación superior que son gravitantes en la adaptación, pues a través de éstas, el estudiante fortalece sus habilidades sociales, desarrolla otros ámbitos de su personalidad y puede llegar a descubrir nuevos talentos. (Ishitani y DesJardins, 2002, citados en Fernández, 2014).

También, dentro del ámbito del entorno universitario, es posible visualizar la importancia asignada a la relación con los profesores, pues las investigaciones comprueban que, a mayor cercanía con el docente, los estudiantes permanecen más motivados e interesados por continuar y concluir su carrera profesional. Esta idea resulta mucho más evidente si el profesor utiliza estrategias pedagógicas que dan la posibilidad al estudiante de ir construyendo su aprendizaje con la compañía de un docente-facilitador que es confiable y competente en su área.

## **2.2.2. Resiliencia**

### **2.2.2.1. Definición**

Smith (1992) manifiesta que la resiliencia puede conceptuarse como una historia de adaptaciones exitosas, que el individuo presenta para hacer frente a factores biológicos de riesgo o eventos de vida estresantes. Asimismo, refiere que la resiliencia incluye también, la capacidad del individuo para afrontar adecuadamente las dificultades que la vida le presenta, de una forma socialmente aceptable.

Wagnild y Young (1993) definen a la resiliencia como una característica propia de la personalidad del individuo que regula los efectos negativos generados por el estrés, fomentando a la vez, la adaptación. Ello connota la cualidad de vigor o fibra emocional, evidenciado en las personas, para describir su valentía y adaptabilidad ante las vicisitudes de la vida.

Wolin y Wolin (1993) manifiestan que la resiliencia es la capacidad de sobreponerse a las situaciones adversas, soportar las penas y enmendarse uno mismo. Asimismo, refieren que la manifestación y desarrollo de conductas resilientes, depende de la etapa de evolución, tendiendo a presentarse de forma más fuerte y consistente a medida que el individuo se desarrolla.

Aguirre (2004) manifiesta que puede definirse a la resiliencia como la habilidad para sobreponerse a las adversidades de la vida, lograr adaptarse y recuperarse, en vías de acceder a una vida tanto significativa como productiva. Además, refiere que la resiliencia puede presentarse en dos circunstancias: frente a la destrucción, es decir protegiendo su propia integridad y, por otra parte, siendo resiliente más allá de la resistencia, desarrollando un comportamiento vital positivo, a pesar de las situaciones adversas.

Rutter (2005) manifiesta que la resiliencia es un fenómeno multifacético que comprende tanto factores ambientales y personales, el cual se caracteriza por presentar un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana en un medio insano.

#### **2.2.2.2. Modelos teóricos**

##### **a. Modelo del Desarrollo Psicosocial de Grotberg.**

Grotberg (1996) partiendo de los postulados y teoría del desarrollo propuesta por Erikson, refiere que la resiliencia es una respuesta ante la adversidad que se prolonga a lo largo de la existencia del individuo, o puede presentarse en un momento determinado, teniendo sus cimientos en las experiencias de vida que transcurren desde la niñez.

Infante (2002) refiere que el constructo “adversidad” designa un bagaje de factores de riesgo (pobreza, violencia familiar, muerte de un ser querido, entre otros), además manifiesta que la adversidad es subjetiva, pues para algunas personas, el hacer frente a un contexto adverso resulta más difícil y complicado que para otras.

## **b. Modelo de Resiliencia de Richardson.**

Richardson (2011) manifiesta que la resiliencia es el proceso por el que una persona puede afrontar adecuadamente las adversidades y vicisitudes de la vida, es decir que, al enfrentarse ante una situación problemática, no hay una única respuesta posible, pues no todas las personas reaccionamos de la misma forma.

Así mismo, Saavedra (2004) manifiesta que un término, íntimamente ligado a este modelo es la reintegración. Cuando una situación difícil se presenta en la vida del individuo, se enfrenta con los factores protectores que todos poseemos: familia, escuela y comunidad; en función a ellos y del grado en el que puedan llegar a amortiguar la adversidad, el individuo puede elegir consciente o inconscientemente entre cuatro opciones de reintegración:

- Reintegración disfuncional, evidenciada cuando el individuo no es capaz de afrontar adecuadamente la situación adversa, lo cual lo conlleva a realizar conductas autodestructivas (consumo de estupefacientes o alcohol, intentos de suicidio, por ejemplo) o con los demás.
- Luego encontramos la reintegración con pérdida, en este caso, tras una ruptura emocional, el individuo puede llegar a encontrar la motivación necesaria para superarla, sin embargo, en el transcurso de este proceso sufre pérdidas como, por ejemplo: de autoestima y/o autoconcepto. Siendo así, podemos notar que a pesar de que las personas puedan mostrar positivismo ante la adversidad, no pueden evitar experimentar un desajuste emocional.
- La reintegración a zona de bienestar, caracterizada por el retorno del individuo al momento vital anterior a la adversidad, en vías de recuperar el equilibrio.
- La reintegración con resiliencia, es decir cuando el individuo, tras enfrentar la situación problemática, es capaz de desarrollar un crecimiento positivo producto del aprendizaje de haber superado la adversidad.

### **c. Modelo Teórico de Wagnild y Young**

Wagnild y Young (1993) manifiestan que la resiliencia es una característica positiva de la personalidad, la cual hace posible resistir y tolerar la presión, las adversidades, los obstáculos y a pesar de ello, hacer las cosas correctas. Asimismo, puede interpretarse como la capacidad de un individuo, que a pesar de las vicisitudes de la vida y las frustraciones que atraviesa, puede llegar a superarlas de forma satisfactoria, logrando alcanzar una mayor fortaleza emocional. Así mismo ambos autores consideran que la resiliencia está compuesta por dos factores:

#### **Factor I: competencia personal**

Caracterizado por la autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.

#### **Factor II: aceptación de uno mismo y de la vida**

La cual refleja la adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable acorde con la aceptación de su propia vida, así como un sentimiento de paz a pesar de la adversidad.

### **d. Modelo del Desafío de Wolin y Wolin**

Wolin y Wolin (1993) manifiestan que la resiliencia implica ir desde la perspectiva de riesgo hacia una visión de desafío, donde cada desgracia o situación adversa que representa una pérdida o un daño, puede encausar la capacidad de evidenciar afrontamiento o escudo de resiliencia, que evitara que estos factores adversos dañen al individuo, y por el contrario, puedan transformar este tipo de estímulos, logrando transformándolos positivamente, constituyéndose en su vida un factor de superación y apoyo.

#### **2.2.2.3. Dimensiones de la Resiliencia, según Wolin y Wolin (1993)**

Wolin y Wolin (1993) manifiestan que la resiliencia está conformada por las siguientes dimensiones:

**a. Insight**

Es el de darse cuenta de lo que pasa con sigo mismo y con el entorno, de preguntarse a sí mismo y darse una auto respuesta honesta.

**b. Independencia**

Es el establecer límites entre uno mismo y el ambiente; es la capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse.

**c. Interacción**

Habilidad para establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud para brindarse a otros.

**d. Moralidad**

Es el deseo de una vida personal satisfactoria, amplia y con riqueza interior; es la conciencia moral y capacidad de comprometerse con valores, y de discriminar entre lo bueno y lo malo.

**e. Humor**

Alude a la capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia; se mezcla el absurdo y el horror en lo risible de esta combinación.

**f. Iniciativa**

Placer de exigir y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes. Se refiere a la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos.

**g. Creatividad**

Capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. Puede ser expresa en la creación de lo novedoso y actividades fuera de lo común que llevan a revertir la soledad, el miedo, la rabia y la desesperanza.

#### **2.2.2.4. Mitos acerca de la resiliencia**

Rockwell (1988, citado en Lamas, 2000) manifiesta que plantea que los mitos que impiden fomentar la resiliencia son:

- El mito de la predestinación, referido a que los niños y adolescentes no serán capaces de escapar de las situaciones problemáticas que caracterizan su vida: violencia, pobreza, fracaso.
- El mito del daño irreparable, el cual conceptúa a los riesgos como fenómenos estáticos.
- El mito de la identificación a partir de carencias y limitaciones.
- El mito de que finalmente no importa, el cual impide reconocer la necesidad de facilitar cambios, en vías de que las personas reconozcan que tienen la capacidad para lograr un cambio positivo y para llegar a ostentar cualidades y características de resistencia o elasticidad a lo largo de sus vidas.

#### **2.2.2.5. Características que tipifican a las personas resilientes.**

Borda (2001) manifiesta que las características de las personas resilientes son las siguientes:

##### **a. Atributos**

Sexo femenino en pre-púberes y masculino en etapas posteriores. Ausencia de problemas orgánicos. Temperamento fácil para la adaptación. Menor edad al momento del trauma. Ausencia de separaciones o pérdidas tempranas.

##### **b. Características del medio social inmediato**

Padres competentes. Relación afectuosa con al menos un cuidador primario. Posibilidad de contar en la adultez con apoyo familiar o de otras figuras. Mejor red informal de apoyo (Vínculos afectivos). Mejor red formal de apoyo, educativo, religioso o de pares.

### **c. Características psicológicas**

Mayor coeficiente intelectual y habilidad de resolución de problemas. Mejores estilos de afrontamiento. Motivación al logro autogestionada. Autonomía y locus de control interno. Empatía, conocimiento y manejo de relaciones interpersonales. Voluntad y capacidad de planificación. Sentido del humor positivo.

### **d. Otras características**

Mayor tendencia al acercamiento a las personas, mayor autoestima, menor tendencia a sentir desesperanza, mayor autonomía e independencia, desarrollo de habilidades de afrontamiento como orientación de tareas, mejor manejo económico, mayor tendencia a evitar problemas y menor tendencia al fatalismo.

#### **2.2.2.6. Factores protectores asociados a la resiliencia**

El factor protector está referido a la influencia que permite modificar, mejorar o alterar la respuesta de un individuo hacia algún peligro o amenaza, que usualmente lo predispone a experimentar un resultado no adaptativo. (Borda, 2001)

Lamas (2000) refiere que es importante conocer la forma y modalidad en que los factores protectores operan en las respuestas de los individuos frente a situaciones de riesgo, en vías de lograr un incremento de las posibilidades de obtener un afrontamiento exitoso.

Por otro lado, Guedeney (1998) señala que los factores protectores del desarrollo que puede ostentar un individuo para lidiar con las situaciones problemáticas y/o traumatizantes, y estos son:

- Una actitud parental competente
- Una apropiada relación al menos con uno de los padres
- Apoyo del entorno que rodea al individuo

- Una adecuada red de relaciones sociales, ajenas al contexto profesional y laboral
- El compromiso religioso, evidenciada en la participación dentro de un grupo de escucha del otro y de reflexión sobre sí mismo.

Además de los antes ya mencionados, uno de los factores protectores por excelencia es la relación que pueda establecer el adolescente con un adulto significativo, que puede conceptuarse como un mentor o modelo a seguir, que permita reafirmar la confianza en sí mismo, que lo motive, y por sobre todo le demuestre su aprecio y aceptación incondicional (Sánchez ,2003).

#### **2.2.2.7. Factores de riesgo asociados a la resiliencia**

Lara et. al. (2000), manifiesta que los factores de riesgo son aquellas situaciones estresantes que afectan la vulnerabilidad de una persona. Asimismo, Lamas (2000) considera que la condición de riesgo, puede afectar el equilibrio y el adecuado flujo de interacciones familiares dentro del hogar, lo que dependerá de distintas variables tales como: la exposición al trauma, clase social, expansión y calidad de la red de apoyo social, así como pérdidas sufridas.

Durlack (1998, citado por Panez, 2002) define los factores de riesgo como variables que denotan riesgo biológico, familiar o psicosocial y que aumentan la probabilidad de consecuencias negativa en el desarrollo.

Braverman (2001) manifiesta que algunos de los factores de riesgo más importantes son: experiencias traumáticas (como la muerte de un padre), pobreza, conflicto familiar, exposición crónica a la violencia, problemas de sus padres como abuso de drogas, conducta criminal o salud mental.

Las situaciones descritas en líneas anteriores pueden generar el deterioro de las relaciones familiares, sobretodo la relación padre-hijo, lo cual aumenta la probabilidad de que los adolescentes desarrollen problemas socio emocionales, síntomas psicosomáticos, presentando además una clara disminución de sus aspiraciones y expectativas. (Osorio y Romero, 2001).

### **2.2.2.8. Importancia de la resiliencia**

Wolin y Wolin (1993) manifiestan que el desarrollo de la resiliencia es importante dependiendo de la etapa de evolución en la que se encuentre el individuo persona, pues lo hace más fuerte y consistente conforme transcurran los diferentes ciclos en su vida. Además, consideran que a la par del desarrollo de la resiliencia de manera general, se desarrollan en específico los siete factores significativos que la conforman, tales como: insight, independencia, interacción, iniciativa, humor, creatividad y moralidad.

Por su parte, Baldwin (1992) hace hincapié la importancia de la resiliencia para las familias que se desenvuelven en contextos de alto riesgo. Señala también que la iglesia en su condición de grupo de apoyo social, puede reforzar las competencias parentales, generando una influencia positiva que refuerza los valores de la familia.

Por otro lado, Meyer (1957) refiere que la resiliencia es una característica que se desarrolla en relación a su importancia, puesto que, en las personas se puede observar las distintas formas en que éstas enfrentan las situaciones de vida, así como las experiencias claves o los momentos de transición. Debido a esto, muchas de ellas logran alcanzar su desarrollo y sobre todo su satisfacción personal.

Meyer (1957) manifiesta que la resiliencia es importante, debido a que las distintas formas, en que cada individuo afronta situaciones adversas en su vida, se constituyen como experiencias claves y momentos de transición, los cuales, les permite alcanzar desarrollo emocional y sobretodo, satisfacción personal.

De igual manera, Werner (1989) plantea que la resiliencia es importante, debido que, a partir de su conocimiento es posible planificar, diseñar y ejecutar políticas de intervención en los centros educativos, con la finalidad de abordar adecuadamente la presencia de conflictos emocionales ligados a esta variable en los estudiantes.

### **2.2.2.9. Diferenciación de resiliencia con vulnerabilidad, competencia y robustez.**

Los investigadores en salud mental, consideran que resiliencia y vulnerabilidad son constructos que se contraponen. Siendo así, la vulnerabilidad se refiere al incremento de la probabilidad de obtener un resultado negativo, típicamente producto de la exposición a un determinado riesgo. Por otro lado, la resiliencia consiste en evitar los problemas asociados al hecho de sentirse vulnerable. (Ferguson et al., 2003).

Por otro lado, la competencia es un constructo que debemos diferenciar de lo que conceptuamos como resiliencia. Los estudios sobre resiliencia, realizados por la multiplicidad de investigadores, hacen hincapié en la necesidad del individuo de lograr una adecuada competencia social, concibiendo la idea de que ésta refleja adecuadas habilidades de afrontamiento. Sin embargo, otras investigaciones han demostrado que existen personas que, aunque se comportan en forma competente ante situaciones de riesgo, pueden a la misma vez llegar a ser vulnerables frente a problemas físicos o mentales, generados a consecuencia de enfrentarlas (Borda, 2001).

La robustez, es otro concepto importante asociado al de resiliencia, la cual es definida como una característica propia de la personalidad del individuo, que actúa como reforzadora de la resistencia al estrés. Asimismo, la capacidad de robustez que ostentan los individuos, influye en gran medida en la interpretación subjetiva que estos hacen de sus experiencias de vida (Borda, 2001).

Panez (2002) manifiesta que la naturaleza de la resiliencia es compleja y multidimensional, pues implica distintos tipos de factores: individuales, familiares y del ambiente socio-cultural. Ciertamente, la existencia de situaciones, sucesos o condiciones de índole desfavorable en estos tres aspectos, para el desarrollo del niño y del adolescente, puede conceptuarse como factores de riesgo.

### **2.2.2.10. Resiliencia y adolescencia**

La adolescencia es una etapa de cambio continuo, rápido desarrollo, adquisición de nuevas capacidades y lo más relevante es que se empieza a elaborar un proyecto de vida como base sus relaciones interpersonales, por lo tanto, no necesitan de la familia indispensablemente para poder hacer frente a problemas, lo que podría deberse al aprendizaje social en otros entornos donde se desarrolle.

Zabalo (como se citó en Melillo, 2004) encontró como características de los adolescentes resilientes: el optimismo, la autoestima, la autoconfianza, la introspección, la independencia, la creatividad, el sentido del humor, la curiosidad, y la moralidad.

Así mismo Wolin y Wolin (1993) señalan la importancia que tienen los factores de resiliencia en la adolescencia, por ejemplo; el insight en los adolescentes, permite la autoevaluación o autoexaminación de sus capacidades; la independencia, les ayuda a no involucrarse en situaciones conflictivas; la interacción, les favorece el establecimiento de redes sociales de apoyo, con el fin de encontrar nuevas formas de superar las adversidades; la iniciativa, aparece como un factor importante para proyectar los objetivos a través de la inclinación al estudio, práctica de deportes y actividades extraescolares como hobbies y trabajos voluntarios; además, la creatividad favorece el desarrollo de habilidades artísticas como escribir, pintar y bailar; la moralidad, que a través de los valores propios, busca que ellos establezcan juicios de forma independiente de los padres, igualmente desarrollan la lealtad y la compasión. Por último, el sentido del humor que, con la capacidad de reír, moldea los sentimientos negativos que pueden provocar un conflicto.

## **2.3. Marco conceptual**

### **a. Adaptación a la vida universitaria**

Confrontación o ajuste a una serie de tareas o exigencias complejas propias de su rol como estudiante universitario, cuya realización implica alcanzar el desarrollo de su identidad y a su vez un adecuado equilibrio. (Almeida, 1997)

**b. Resiliencia**

Es la capacidad que tiene el individuo para resistir, sobreponerse y salir adelante, de modo positivo, a pesar de haber sido impactado y/o influenciado por factores o condiciones adversas para él. (Prado y Del Águila, 2000).

# **CAPÍTULO III**

## **RESULTADOS**

**Tabla 1**

*Nivel de Adaptación a la Vida Universitaria en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

Nivel de Adaptación a la Vida Universitaria	N	%
Bajo	43	32.3
Medio	57	42.9
Alto	33	24.8
Total	133	100.0

En la tabla 1, se aprecia una predominancia de nivel medio de Adaptación a la Vida Universitaria, representado por el 42.9% de estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo que presentan este nivel; seguido del 32.3% que presenta nivel bajo; y el 29.5% que presenta nivel alto.

**Tabla 2**

*Nivel de Adaptación a la Vida Universitaria según dimensiones, en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

Nivel de Adaptación a la Vida Universitaria	N	%
<b>Personal</b>		
Bajo	47	35.3
Medio	55	41.4
Alto	31	23.3
Total	133	100.0
<b>Interpersonal</b>		
Bajo	44	33.1
Medio	47	35.3
Alto	42	31.6
Total	133	100.0
<b>Carrera</b>		
Bajo	48	36.1
Medio	53	39.8
Alto	32	24.1
Total	133	100.0
<b>Estudio</b>		
Bajo	46	34.6
Medio	54	40.6
Alto	33	24.8
Total	133	100.0
<b>Institución</b>		
Bajo	40	30.1
Medio	58	43.6
Alto	35	26.3
Total	133	100.0

En la tabla 2, se observa una predominancia de nivel medio en las dimensiones de la Adaptación a la Vida Universitaria, con porcentajes de estudiantes que registran este nivel que oscilan entre 35.3% y 43.6%.

**Tabla 3**

*Nivel de Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

Nivel de Resiliencia	N	%
Bajo	44	33.1
Medio	53	39.8
Alto	36	27.1
Total	133	100.0

En la tabla 3, se aprecia una predominancia de nivel medio de Resiliencia, representado por el 39.8% de estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo que presentan este nivel; seguido del 33.1% que presenta nivel bajo; y el 27.2% que nivel alto.

**Tabla 4**

*Nivel de Resiliencia según dimensiones, en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

Nivel de Resiliencia	N	%
<b>Insigth</b>		
Bajo	44	33.1
Medio	57	42.9
Alto	32	24.1
Total	133	100.0
<b>Independencia</b>		
Bajo	30	22.6
Medio	66	49.6
Alto	37	27.8
Total	133	100.0
<b>Interacción</b>		
Bajo	46	34.6
Medio	50	37.6
Alto	37	27.8
Total	133	100.0
<b>Moralidad</b>		
Bajo	44	33.1
Medio	61	45.9
Alto	28	21.1
Total	133	100.0
<b>Humor</b>		
Bajo	40	30.1
Medio	54	40.6
Alto	39	29.3
Total	133	100.0
<b>Iniciativa</b>		
Bajo	42	31.6
Medio	53	39.8
Alto	38	28.6
Total	133	100.0
<b>Creatividad</b>		
Bajo	40	30.1
Medio	56	42.1
Alto	37	27.8
Total	133	100.0

En la tabla 4, se observa una predominancia de nivel medio en las dimensiones de Resiliencia, con porcentajes de estudiantes que registran este nivel que oscilan entre 37.6% y 49.6%

**Tabla 5**

*Correlación entre Adaptación a la Vida Universitaria y Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	Adaptación a la Vida Universitaria (r)	Sig.(p)
Resiliencia	.411	.000**

Nota

r : Coeficiente de correlación de Spearman

Sig.(p) : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

\*\*p<.01 : Muy significativa

\*p<.05 : Significativa

En la tabla 5, se presentan los resultados de la prueba de correlación de Spearman, donde se puede observar que existe una correlación muy significativa ( $p < .01$ ), positiva y en grado medio, entre Adaptación a la Vida Universitaria y Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

**Tabla 6**

*Correlación entre la dimensión Personal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	Personal (r)	Sig.(p)
Insigth	.336	.000 **
Independencia	.429	.000 **
Interacción	.301	.000 **
Moralidad	.106	.067
Humor	.371	.000 **
Iniciativa	.086	.137
Creatividad	.415	.000 **

**Nota**

- r : Coeficiente de correlación de Spearman  
Sig.(p) : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta  
\*\*p<.01 : Muy significativa  
\*p<.05 : Significativa

En la tabla 6, se observa que la prueba de correlación de Spearman, identifica la existencia de una correlación muy significativa ( $p < .01$ ), positiva y en grado medio, entre la dimensión Personal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Insigth, Independencia, Interacción, Humor y Creatividad de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

**Tabla 7**

*Correlación entre la dimensión Interpersonal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	Interpersonal (r)	Sig.(p)
Insigth	.063	.277
Independencia	.280	.000 **
Interacción	.062	.281
Moralidad	.314	.000 **
Humor	.027	.639
Iniciativa	.079	.175
Creatividad	.091	.117

Nota

r : Coeficiente de correlación de Spearman

Sig.(p) : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

\*\*p<.01 : Muy significativa

\*p<.05 : Significativa

En la tabla 7, se observa que la prueba de correlación de Spearman, identifica la existencia de una correlación muy significativa ( $p<.01$ ), positiva y en grado medio, entre la dimensión Interpersonal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Independencia y Moralidad de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

**Tabla 8**

*Correlación entre la dimensión Carrera de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	Carrera (r)	Sig.(p)
Insigth	.022	.707
Independencia	.284	.000 **
Interacción	.057	.328
Moralidad	.321	.000 **
Humor	-.081	.161
Iniciativa	-.058	.318
Creatividad	.033	.567

Nota

r : Coeficiente de correlación de Spearman

Sig.(p) : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

\*\*p<.01 : Muy significativa

\*p<.05 : Significativa

En la tabla 8, se observa que la prueba de correlación de Spearman, identifica la existencia de una correlación muy significativa ( $p < .01$ ), positiva y en grado medio, entre la dimensión Carrera de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Independencia y Moralidad de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

**Tabla 9**

*Correlación entre la dimensión Estudio de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	Estudio (r)	Sig.(p)
Insigth	.031	.591
Independencia	.025	.666
Interacción	.295	.000 **
Moralidad	.326	.000 **
Humor	.027	.645
Iniciativa	-.028	.623
Creatividad	-.019	.737

Nota

r : Coeficiente de correlación de Spearman

Sig.(p) : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

\*\*p<.01 : Muy significativa

\*p<.05 : Significativa

En la tabla 9, se observa que la prueba de correlación de Spearman, identifica la existencia de una correlación muy significativa ( $p<.01$ ), positiva y en grado medio, entre la dimensión Estudio de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Interacción y Moralidad de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

**Tabla 10**

*Correlación entre la dimensión Institución de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	Institución (r)	Sig.(p)
Insigth	.065	.264
Independencia	.309	.000 **
Interacción	.010	.858
Moralidad	.267	.000 **
Humor	.010	.863
Iniciativa	.285	.000 **
Creatividad	.040	.485

Nota

r : Coeficiente de correlación de Spearman

Sig.(p) : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

\*\*p<.01 : Muy significativa

\*p<.05 : Significativa

En la tabla 10, se observa que la prueba de correlación de Spearman, identifica la existencia de una correlación muy significativa ( $p < .01$ ), positiva y en grado medio, entre la dimensión Institución de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Independencia, Moralidad e Iniciativa de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

# **CAPÍTULO IV**

## **ANÁLISIS DE RESULTADOS**

Después de haber realizado el análisis estadístico, en el presente capítulo se procederá a analizar los resultados de la investigación, por lo que, se cumplió con el objetivo general de la investigación: Determinar la relación entre adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Al analizar los resultados encontrados, se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la confrontación o ajuste que presenta este grupo de estudiantes hacia las tareas o exigencias complejas propias de la vida universitaria, cuya realización implica alcanzar el desarrollo de su identidad y a su vez un adecuado equilibrio, se relaciona significativamente con su capacidad para resistir, sobreponerse y salir adelante, de modo positivo, a pesar de las condiciones adversas. Esto es apoyado por Beltrán y Torres (2000), quienes manifiestan que la adaptación, es la acomodación o ajuste a unas circunstancias; y, en el ámbito educativo, se define como el equilibrio existente entre las motivaciones y aptitudes del alumno, evidenciado en su comportamiento frente a las exigencias del contexto.

Resultados similares, fueron encontrados por Lucas de Almeida (2012) quien, al evaluar un grupo de estudiantes de Enfermería en Badajoz, España, encontró que son importantes predictores de la Resiliencia, las subescalas de las Vivencias Académicas Personal, institucional y Estudio. Asimismo, Aquino (2016), al evaluar un grupo de becarios universitarios de Lima, Perú, encontrando que existe una correlación significativa y directa entre las áreas de adaptación a la vida universitaria y la resiliencia total.

Ante lo expuesto podemos afirmar que la relación entre adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes universitarios, puede variar de una realidad a otra, en base al contexto, las características sociodemográficas y la diversidad de factores emocionales que estos puedan presentar, por lo que no se puede generalizar los resultados alcanzados en la presente investigación.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Personal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Insight de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las percepciones de este grupo de estudiantes respecto a su bienestar físico y psicológico, se relaciona significativamente con su capacidad de darse cuenta de lo que pasa consigo mismo y con su entorno. Siendo así, al establecer ambas dimensiones una relación positiva, se hace evidente que mientras mayor adaptación de índole personal muestren los estudiantes al contexto universitario, mayor será el grado de Insight o conciencia psicológica de lo que ocurre consigo mismo y a su alrededor. Esto es apoyado por Almeida et al. (2000), quienes manifiestan que la dimensión personal de la adaptación a la vida universitaria, involucra niveles adecuados de disciplina, planeación y manejo del tiempo, afrontamiento de nuevos métodos y rutinas académicas que demandan mayor exigencia y autonomía por parte de los estudiantes, así como construcción de la identidad y proyección de vida en función de los cambios socioculturales que condicionan la toma de decisiones y conllevan alteraciones en el estilo de vida.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Personal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Independencia de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las percepciones de este grupo de estudiantes respecto a su bienestar físico y psicológico, se relaciona significativamente con su capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse. Dado ello, al establecer ambas dimensiones una relación positiva, se consigna que ambas son mutuamente incluyentes, tendiendo a parecer de forma conjunta en la conducta del sujeto, por lo que a mayor adaptación personal a la universidad presente el estudiante, mayor será su independencia en la relación que establece con las demás personas, siendo estos principalmente, sus compañeros de clase y docentes. Esto es apoyado por Pascarella y Terenzini (2001), quienes manifiestan que la entrada en la Educación Superior es un momento clave para el éxito del estudiante y de la institución de Educación Superior. Se trata, claramente, de un periodo de transición en la vida de los alumnos y de las alumnas que muchas veces surge

como un detonante de nuevas adquisiciones y estructuraciones personales con reflejos particulares en el desarrollo cognitivo y psicosocial, es decir, en su identidad.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Personal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Interacción de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las percepciones de este grupo de estudiantes respecto a su bienestar físico y psicológico, se relaciona significativamente con su habilidad para establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud para brindarse a otros. Siendo así, es evidente que mientras mayor sea el grado de adaptación personal del estudiante a la universidad, mayor será el nivel de interacción social que este pueda llegar a tener con las personas con quienes convive en este contexto. Esto es apoyado por Ferreira (2009), quien manifiesta que los procesos de adaptación dependen de la interacción entre las pautas individuales de desarrollo y los factores ambientales. Además de estos, también los intereses, los objetivos y las aspiraciones que los jóvenes formulan sobre el futuro, pueden facilitar el ajuste eficaz a un contexto nuevo y desafiante como puede ser la Educación Superior.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Personal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Moralidad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las percepciones de este grupo de estudiantes respecto a su bienestar físico y psicológico, se relaciona significativamente con su capacidad de comprometerse con valores, y de discriminar adecuadamente entre lo bueno y lo malo. A partir de ello, se puede inferir que, al no existir relación significativa entre ambas dimensiones, la presencia de una adecuada adaptación personal a la universidad de los estudiantes, es ajena a la práctica de valores que estos puedan demostrar como parte de su comportamiento habitual en el desarrollo de sus actividades cotidianas. En contraste, Cova et al, (2007, citados en Fernández, 2014), manifiestan que las expectativas propias también son un factor que influye en el

proceso de adaptación. En el caso de las carreras universitarias, donde su concreción exige y requiere de cierto lapso de tiempo y diversidad de acciones, las expectativas se comportan acorde a un escenario de escasa previsión y, por lo tanto, se vinculan más a las experiencias pasadas del estudiante en la educación secundaria que a la vida universitaria en sí; en efecto, el estudiante que ingresa a la Educación Superior tiene un escaso conocimiento del mundo universitario, por tanto construye sus expectativas acorde a experiencias vividas en lo mediato.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Personal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Humor de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las percepciones de este grupo de estudiantes respecto a su bienestar físico y psicológico, se relaciona significativamente con su capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia, en vías de superar adecuadamente hechos y situaciones adversas. Este análisis, permite estimar que ambas dimensiones son mutuamente incluyentes, tendiendo aparecer ambas de forma conjunta dentro de la conducta de los estudiantes evaluados, dando a conocer que, a mayor adaptación personal a la universidad, mayor es el Humor con la que estos tienden a manejar los posibles problemas que pueden afrontar en su rol como estudiantes.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Personal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Iniciativa de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las percepciones de este grupo de estudiantes respecto a su bienestar físico y psicológico, no se relaciona significativamente con su capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos. A partir de este análisis, se hace evidente que el nivel de adaptación a nivel personal que los estudiantes puedan demostrar ligado al contexto universitario, es ajeno al grado de iniciativa que puedan demostrar para afrontar las situaciones problemáticas asociadas a sus responsabilidades. Esto es apoyado por Pascarella y Terenzini (2001), quienes

manifiestan que la identidad es un sentimiento de bienestar que emerge del encuentro entre las expectativas de uno y las respuestas del contexto a ellas, mismo que negociándolas permitiendo dar sentido a la vida de los individuos y de los grupos. El acceso a la Educación Superior se constituye entonces como una etapa decisiva en la construcción de la identidad de los jóvenes estudiantes, interesando identificar los factores que la determinan, como por ejemplo la pertenencia a grupos.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Personal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Creatividad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las percepciones de este grupo de estudiantes respecto a su bienestar físico y psicológico, se relaciona significativamente con su capacidad de involucrarse en actividades novedosas y fuera de lo común que le permitan revertir la soledad, el miedo, la rabia y la desesperanza. Siendo así, se puede inferir que ambas dimensiones son mutuamente incluyentes, es decir, se presentan simultáneamente dentro de la conducta de los estudiantes evaluados, por lo que a mayor adaptación personal estos lleguen a alcanzar, mayor será su nivel de Creatividad. Esto es apoyado por Painepán (2012), quien refiere que la experiencia universitaria suele ser un periodo de vida muy estimulante y satisfactorio desde el aspecto intelectual y social, por ello la predisposición debiera ser la más positiva posible. Muchos estudiantes universitarios son entusiastas estudiantes, deportistas, artistas o todo ello a la vez. En la medida que se van adquiriendo compromisos personales, se mantienen con perseverancia y se disfrutan los logros del esfuerzo personal, la universidad puede ser un universo de posibilidades.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Interpersonal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Insight de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la relación que este grupo de estudiantes con sus pares y su involucramiento en actividades extracurriculares, no se relaciona significativamente con su capacidad de darse cuenta de lo que pasa consigo mismo y con su entorno. Dado ello, al no existir

relación entre ambas dimensiones, el grado de adaptación interpersonal que los estudiantes puedan presentar, es ajeno al nivel de conciencia que pueden llegar a ostentar sobre sí mismos y sobre las personas que les rodean. En contraste, Saavedra (2004) manifiesta que un término, íntimamente ligados la resiliencia es la reintegración. Cuando una situación difícil se presenta en la vida del individuo, se enfrenta con los factores protectores que todos poseemos: familia, escuela y comunidad; en función a ellos y del grado en el que puedan llegar a amortiguar la adversidad.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Interpersonal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Independencia de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la relación que este grupo de estudiantes con sus pares y su involucramiento en actividades extracurriculares, se relaciona significativamente con su capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse. Siendo así, al existir una correlación positiva entre ambas dimensiones, es evidente que, a mayor adaptación de índole interpersonal dentro del contexto universitario, presenten los estudiantes, mayor será su grado de independencia para lograr desenvolverse de forma autónoma. Esto es apoyado por Baker y Sirik (1999), quienes refieren que adaptarse y comenzar la universidad es una experiencia única que depende de la clase social del estudiante, conceptuando a la adaptación como el grado por el cual los estudiantes se han integrado por ellos mismos en la estructura social de las residencias universitarias y de la universidad en general, toman parte en actividades en el campus, encuentran nuevas personas y hacen amigos, en oposición a experimentar dificultades con la soledad o la pérdida familiar.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Interpersonal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Interacción de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la relación que este grupo de estudiantes con sus pares y su involucramiento en actividades extracurriculares, no se relaciona significativamente con su habilidad para

establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud para brindarse a otros. En contraste, Batista et al. (2005) manifiestan que la dimensión interpersonal de la adaptación a la vida universitaria, incluye las relaciones con figuras de autoridad en general, la familia, los pares y la pareja, entre otros, y cuya valoración en términos de soporte incrementa la probabilidad de que las vivencias universitarias constituyan un factor protector de amplio espectro.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Interpersonal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Moralidad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la relación que este grupo de estudiantes con sus pares y su involucramiento en actividades extracurriculares, se relaciona significativamente con su capacidad de comprometerse con valores, y de discriminar adecuadamente entre lo bueno y lo malo. Esto es apoyado por Ferreira (2009), quien manifiesta que, en el momento de entrada de los estudiantes en la institución de enseñanza, el grupo de iguales constituye uno de los elementos preponderantes en las cuestiones de adaptación e inclusión. En otras palabras, estar integrado en un grupo de iguales facilita la transición a la Educación Superior, ya que los colegas funcionan como modelos que ofrecen oportunidades de definición y validación de una nueva identidad como estudiantes de la Educación Superior. En cualquier edad, el grupo de iguales tiene influencia en las decisiones que tomamos, en las opiniones que nos formamos, en los gustos que desarrollamos, en los caminos que seguimos. (Ferreira, 2009)

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Interpersonal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Humor de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la relación que este grupo de estudiantes con sus pares y su involucramiento en actividades extracurriculares, no se relaciona significativamente con su capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia, en vías de superar adecuadamente hechos y situaciones adversas.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Interpersonal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Iniciativa de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la relación que este grupo de estudiantes con sus pares y su involucramiento en actividades extracurriculares, no se relaciona significativamente con su capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos. En contraste, Ferreira (2009), manifiesta que el papel del grupo de iguales debe afrontarse con alguna atención en la medida en que puede funcionar como un motor para la buena adaptación de los jóvenes que todos los años llegan a las instituciones de Educación Superior. Cuanto mayor sea el nivel de implicación de los estudiantes con sus iguales, mayor será su implicación en el sistema comunicacional de la institución. Las interacciones con otros estudiantes, “que inicialmente son meramente recreativas (como ir a una fiesta, bailar o practicar algún deporte), pueden promocionar la adaptación ayudando a los estudiantes a familiarizarse y a integrarse en una cultura de escuela, al mismo tiempo que se identifican con su papel de estudiantes” (Ferreira, 2009).

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Interpersonal de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Creatividad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la relación que este grupo de estudiantes con sus pares y su involucramiento en actividades extracurriculares, no se relaciona significativamente con su capacidad de involucrarse en actividades novedosas y fuera de lo común que le permitan revertir la soledad, el miedo, la rabia y la desesperanza. Esto es apoyado por Paineopán (2012), quien manifiesta que todos los alumnos universitarios nuevos vivencian este periodo de acostumbamiento, es decir, junto con el estudiante universitario, hay muchas personas que están viviendo este proceso de adaptación, en mayor o menor grado, de forma similar a su experiencia. En este sentido, compartir las dificultades con los compañeros y amigos, así como con el grupo familiar es un apoyo necesario que puede ser de ayuda en esta situación y en situaciones futuras, por lo tanto, se sugiere hacerlos partícipes de

esta experiencia y cultivar estas redes de apoyo. En este sentido, una actitud de humildad puede ser una buena aliada.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Carrera de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Insight de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la adaptación de este grupo de estudiantes al pregrado, a su proyecto vocacional y sus perspectivas de carrera, no se relaciona significativamente con su capacidad de darse cuenta de lo que pasa consigo mismo y con su entorno. Esto es apoyado por Painepán (2012), quien manifiesta que la visión de una carrera suele ser convencional o estereotipada si no se conoce realmente en profundidad. Es importante que el estudiante conozca su carrera en cuanto a la carga académica, asignaturas que implica, así como los talleres optativos, las posibles prácticas o pasantías asociadas. De la misma forma, es importante que interiorice aquellas innovaciones asociadas a su desarrollo en la actualidad, cuyas aplicaciones pueden influir en tu motivación y entusiasmo con ella aún más.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Carrera de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Independencia de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la adaptación de este grupo de estudiantes al pregrado, a su proyecto vocacional y sus perspectivas de carrera, se relaciona significativamente con su capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse. Esto es apoyado por Painepán (2012), quien manifiesta que cada persona posee características particulares que lo diferencian de los demás, métodos individuales para aprender, tiempos y ritmos diferentes. Es importante que el estudiante universitario confíe en sus propias capacidades, pues es imprescindible que realmente logre sentir que está aprendiendo y que, a futuro, tenga en cuenta que ser un buen profesional no necesariamente se relacionará en forma directa con haber obtenido las mejores calificaciones.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Carrera de la adaptación a la vida universitaria y la

dimensión Interacción de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la adaptación de este grupo de estudiantes al pregrado, a su proyecto vocacional y sus perspectivas de carrera, no se relaciona significativamente con su habilidad para establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud para brindarse a otros. En contraste, Ishitani y DesJardins (2002, citados en Fernández, 2014) manifiestan que, dentro del ámbito del entorno universitario, es posible visualizar la importancia asignada a la relación con los profesores, pues las investigaciones comprueban que, a mayor cercanía con el docente, los estudiantes permanecen más motivados e interesados por continuar y concluir su carrera profesional. Esta idea resulta mucho más evidente si el profesor utiliza estrategias pedagógicas que dan la posibilidad al estudiante de ir construyendo su aprendizaje con la compañía de un docente-facilitador que es confiable y competente en su área.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Carrera de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Moralidad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la adaptación de este grupo de estudiantes al pregrado, a su proyecto vocacional y sus perspectivas de carrera, se relaciona significativamente con su capacidad de comprometerse con valores, y de discriminar adecuadamente entre lo bueno y lo malo. Siendo así, se hace evidente que ambas dimensiones son mutuamente incluyentes, por lo que tienden a presentarse de forma conjunta dentro del comportamiento de los estudiantes evaluado, por lo que a mayor adaptación a la carrera elegida estos presenten, mayor será su predisposición a demostrar una adecuada moralidad.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Carrera de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Humor de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la adaptación de este grupo de estudiantes al pregrado, a su proyecto vocacional y sus perspectivas de carrera, no se relaciona significativamente con su capacidad de encontrar lo

cómico en la tragedia, en vías de superar adecuadamente hechos y situaciones adversas. Siendo así, se puede inferir que la presencia de una de las dimensiones analizadas es ajena a la presencia de la otra, es decir, una adecuada adaptación a la carrera profesional seleccionada por los estudiantes para su formación, no vislumbra mejoras en el grado de Humor que estos puedan presentar para el manejo de situaciones difíciles y complejas.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Carrera de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Iniciativa de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la adaptación de este grupo de estudiantes al pregrado, a su proyecto vocacional y sus perspectivas de carrera, no se relaciona significativamente con su capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos. En contraste, Painepán (2012), manifiesta que un aspecto esencial a considerar al plantearse los objetivos personales para la etapa universitaria es hacerse cargo o responsable del tiempo personal disponible, estudiando lo suficiente para responder satisfactoriamente a las exigencias académicas que asumimos como compromiso personal al ingresar a la universidad. En este sentido, es básico, por ejemplo, asistir a clases puntualmente y en forma habitual.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Carrera de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Creatividad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que la adaptación de este grupo de estudiantes al pregrado, a su proyecto vocacional y sus perspectivas de carrera, no se relaciona significativamente con su capacidad de involucrarse en actividades novedosas y fuera de lo común que le permitan revertir la soledad, el miedo, la rabia y la desesperanza. En contraste, Wolin y Wolin (1993) manifiestan que el desarrollo de la resiliencia es importante dependiendo de la etapa de evolución en la que se encuentre el individuo persona, pues lo hace más fuerte y consistente conforme transcurran los diferentes ciclos en su vida.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Estudio de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Insight de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de aprendizaje que presentan este grupo de estudiantes, no se relaciona significativamente con su capacidad de darse cuenta de lo que pasa consigo mismo y con su entorno.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Estudio de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Independencia de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de aprendizaje que presentan este grupo de estudiantes, no se relaciona significativamente con su capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse. En contraste, Painepán (2012) refiere que una misma carrera, hoy en día, puede presentar diversas posibilidades de aplicación y desarrollo, por esto es necesario que el estudiante crea en sí mismo y en su vocación, pues las grandes innovaciones surgen de personas que se han atrevido a crear y creer en sus proyectos. Por otra parte, el ambiente o cultura propia de los estudiantes de una especialidad, es creada y promovida por los propios estudiantes, por ello es bueno atreverse a participar y fomentar un ambiente social que quisieras experimentar. A la vez, esta actitud se puede convertir en un mecanismo eficaz para lograr una adaptación rápida.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Estudio de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Interacción de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de aprendizaje que presentan este grupo de estudiantes, se relaciona significativamente con su habilidad para establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de

simpatía y aptitud para brindarse a otros. Esto es apoyado por Días (2006), quien refiere que en la adolescencia y en el inicio de la edad adulta es cuando esta influencia gana más notoriedad, constituyéndose en un sentimiento de identidad y reconocimiento. Las interacciones entre iguales durante el aprendizaje tienen el potencial de funcionar como un proceso facilitador del desarrollo intelectual y psicosocial de los sujetos.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Estudio de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Moralidad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de aprendizaje que presentan este grupo de estudiantes, se relaciona significativamente con su capacidad de comprometerse con valores, y de discriminar adecuadamente entre lo bueno y lo malo.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Estudio de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Humor de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de aprendizaje que presentan este grupo de estudiantes, se relaciona significativamente con su capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia, en vías de superar adecuadamente hechos y situaciones adversas.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Estudio de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Iniciativa de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de aprendizaje que presentan este grupo de estudiantes, no se relaciona significativamente con su capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos. En contraste, Baker y Sirik (1999), manifiestan que la adaptación académica, se encuentra enfocada en el rendimiento académico representa un determinante esencial para la retención y

la graduación del estudiante. Un rendimiento académico pobre es un indicador que muestra las dificultades que los alumnos tienen para adaptarse a la universidad. Una buena adaptación académica se refleja en sus actitudes a través de los cursos de estudio, su compromiso con el material y la adecuación de sus estudios con sus esfuerzos académicos.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Estudio de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Creatividad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que las competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo, uso de la biblioteca y de otros recursos de aprendizaje que presentan este grupo de estudiantes, no se relaciona significativamente con su capacidad de involucrarse en actividades novedosas y fuera de lo común que le permitan revertir la soledad, el miedo, la rabia y la desesperanza. Esto es apoyado por Werner (1989), quien plantea que la resiliencia es importante, debido que, a partir de su conocimiento, es posible planificar, diseñar y ejecutar políticas de intervención en los centros educativos, con la finalidad de abordar adecuadamente la presencia de conflictos emocionales ligados a esta variable en los estudiantes.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Institucional de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Insight de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que el interés hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes que presentan este grupo de estudiantes, no se relaciona significativamente con su capacidad de darse cuenta de lo que pasa consigo mismo y con su entorno. En contraste, Ferreira (2009), manifiesta que el papel que la propia institución puede tener en la acogida de los estudiantes. De hecho, los alumnos y alumnas se sienten muchas veces desplazados en relación al ambiente y a las dinámicas que ya existen, por eso es fundamental tener a su espera una base fuerte de apoyo, que se traduce, por parte de la institución de Educación Superior, en la

existencia de mecanismos y de servicios responsables de la recepción y la buena adaptación de sus estudiantes.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Institucional de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Independencia de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que el interés hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes que presentan este grupo de estudiantes, se relaciona significativamente con su capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Institucional de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Interacción de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que el interés hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes que presentan este grupo de estudiantes, se relaciona significativamente con su habilidad para establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud para brindarse a otros. En contraste, Almeida et al. (2000), quienes manifiestan que la dimensión contextual, de la adaptación a la vida universitaria, incluye aspectos como las nuevas formas de comunicación que emergen en las relaciones pedagógicas y con los miembros de la institución en general, los métodos de estudio, las motivaciones en el proceso de aprendizaje y las características y servicios de la institución.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Institucional de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Moralidad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que el interés hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes que presentan este grupo de estudiantes, se relaciona significativamente con su capacidad de comprometerse con valores, y de discriminar adecuadamente entre lo bueno y

lo malo. Este análisis evidencia que, al establecer una relación positiva entre ambas dimensiones, un incremento en el nivel de adaptación a la institución en este grupo de estudiantes, influiría notablemente en la práctica de valores que estos puedan demostrar en la relación que establecen con los demás. Esto es apoyado por Soares et al. (2006), quienes refieren como posibles contribuciones institucionales para la adaptación del estudiantado a la Educación Superior las siguientes: la organización institucional estructurada y normativa; mecanismos de recepción y de soporte a los alumnos; mecanismos de seguimiento educativo, vocacional y psicosocial del estudiantado; trabajo conjunto del profesorado y del alumnado para la promoción del aprendizaje y éxitos escolares; esquemas de flexibilización de recorridos de formación, de aprendizaje y de formas de evaluación.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Institucional de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Humor de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que el interés hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes que presentan este grupo de estudiantes, se relaciona significativamente con su capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia, en vías de superar adecuadamente hechos y situaciones adversas. Este análisis, evidencia que ambas dimensiones son independientes una respecto de la otra, es decir el grado de adaptación de índole institucional que los estudiantes evaluados puedan presentar, es ajeno al nivel de humor que empleen en su vida académica para afrontar los inconvenientes y sucesos problemáticos que se han de presentar en su cotidianidad.

Se acepta la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Institucional de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Iniciativa de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que el interés hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes que presentan este

grupo de estudiantes, se relaciona significativamente con su capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos. Siendo así, se puede inferir que mientras mejor logren adaptarse los estudiantes evaluados a la institución, tenderán a mostrar una mayor iniciativa y predisposición a resolver los problemas producto sus responsabilidades de índole académico. Esto es apoyado por Ferreira (2009), quien manifiesta que, si el estudiantado está implicado en la “vida” de su institución educativa, si toma parte de sus dinámicas, si tiene niveles elevados de interés y satisfacción, dentro y fuera del aula, si está implicado en las diversas actividades que suceden en el mundo académico, su adaptación será más fácil y rápida. El sentimiento de pertenencia es, por lo tanto, un valor que se debe tener en cuenta cuando nos referimos a cuestiones de adaptación.

Se rechaza la hipótesis específica que dice: Existe relación significativa entre la dimensión Institucional de la adaptación a la vida universitaria y la dimensión Creatividad de la resiliencia en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, de lo cual se deduce que el interés hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes que presentan este grupo de estudiantes, no se relaciona significativamente con su capacidad de involucrarse en actividades novedosas y fuera de lo común que le permitan revertir la soledad, el miedo, la rabia y la desesperanza. Esto evidencia que ambas dimensiones son independientes una de la otra, dando a conocer que una adecuada adaptación de índole institucional a la universidad, no vislumbra un mayor índice de creatividad en los estudiantes. En contraste, Painepán (2012) manifiesta que el éxito profesional se relaciona también con otras habilidades, como por ejemplo las habilidades sociales, que se desarrollan también en otras actividades de índole artística, deportiva, social, entre otras. La educación universitaria debiera ser concebida como una formación integral, formadora de personas. Ello implica aprendizaje de conocimientos especializados junto con el desarrollo de aptitudes y habilidades personales.

# **CAPÍTULO V**

## **CONCLUSIONES Y**

### **RECOMENDACIONES**

## 5.1. Conclusiones

1. Existe una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre Adaptación a la Vida Universitaria y Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.
2. En los sujetos de estudio predomina un nivel medio de Adaptación a la Vida Universitaria a nivel general y en sus dimensiones, con porcentajes de estudiantes de Psicología que registran este nivel que oscilan entre 35.3% y 42.9%.
3. Predomina en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, un nivel medio de Resiliencia a nivel general y en sus dimensiones, con porcentajes que oscilan entre 37.6% y 49.6%
4. Existe una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre la dimensión Personal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Insignth, Independencia, Interacción, Humor y Creatividad de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.
5. Existe una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre la dimensión Interpersonal de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Independencia y Moralidad de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.
6. Existe una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre la dimensión Carrera de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Independencia y Moralidad de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.
7. Existe una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre la dimensión Estudio de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Interacción y Moralidad de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.
8. Existe una correlación muy significativa, positiva y en grado medio, entre la dimensión Institución de la Adaptación a la Vida Universitaria y las dimensiones Independencia, Moralidad e Iniciativa de la Resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

## 5.2. Recomendaciones

De acuerdo a los hallazgos encontrados podemos sugerir las siguientes recomendaciones:

1. Desarrollar sesiones de terapia cognitivo-conductual, dirigidas a los estudiantes que alcanzaron un nivel bajo en la variable Adaptación a la Vida Universitaria y sus dimensiones, con la finalidad de que puedan desestimar los paradigmas que manejan respecto a sus vivencias académicas dentro del contexto universitario, permitiéndoles tener una visión positiva del desarrollo de su rol, logrando así, mantener un adecuado equilibrio emocional ante las exigencias, demandas y presiones vinculadas a los aspectos: personal, interpersonal, institucional, carrera y estudio.
2. Brindar sesiones de terapia racional emotivo, a nivel individual y colectiva, dirigidas a los estudiantes que alcanzaron un nivel bajo de Resiliencia y sus dimensiones, predisponiéndolos a optar por una valoración positiva de las exigencias y demandas propias del contexto universitario, incrementando así, sus recursos para resolver los problemas cotidianos ligados al aspecto académico: presentación de trabajos, alternar con otros estudiantes durante los trabajos grupales, aprobar asignaturas y cursos de la curricula, etc.
3. Brindar talleres y charlas de desarrollo personal a los docentes de la carrera profesional de Psicología, con el propósito de incrementar tanto sus habilidades sociales como su asertividad y, por ende, generar una adecuada interacción con sus estudiantes, ostentando de esta manera, la posibilidad de abordar oportunamente los posibles problemas y/o conflictos emocionales ligados tanto a la vida universitaria como a la resiliencia, que estos puedan llegar a presentar.
4. Se recomienda realizar un programa desde un enfoque psicológico socio-educativo, dirigido a los futuros psicólogos, donde se emplee dinámicas de grupos y juego de roles como estrategias centradas en

disminuir los niveles bajos de Adaptación a la Vida Universitaria, a nivel general y en específico, en cada una de sus dimensiones, en base a la teoría propuesta por Almeida (2000). Durante del desarrollo de las sesiones podrían participar de manera activa los docentes de los distintos cursos de la carrera, permitiendo así, incentivar el fomento de adecuadas relaciones interpersonales entre ambos grupos y, por ende, el afianzamiento de mejoras progresivas en su convivencia cotidiana dentro y fuera del aula.

5. A partir de estos resultados es beneficioso realizar otras investigaciones, ya sea comparando con otros grupos o correlacionando con otras variables a fin de conocer científicamente el aspecto socioemocional de los estudiantes de Psicología de universidades privadas.

# **CAPÍTULO VI**

## **REFERENCIAS Y ANEXOS**

## 7.1. REFERENCIAS

### 7.1.1. Libros

- Almeida, L. S. (1997). Questionário de vivências académicas para jovens universitários: estudos de Construção de validação. Portugal: Universidade do Minho.
- Almeida, L., Soares, A. y Ferreira, J. (2000). Transição e adaptação à Universidade: Apresentação do Questionário de Vivências Académicas (QVA). *Psicologia*, 19, 189 - 208.
- Baker, R. y Siryk, B. (1999): SACQ Student Adaptation to College Questionnaire. Manual. Los Angeles, Western Psychological Services
- Baldwin, A (1992) Estado de arte en resiliencia. Suecia: Editorial I.C
- Braverman, M.T. (2001). Applying resilience theory to the prevention of adolescent substance abuse. *Focus*.
- Chickering, A. y Reisser, L. (1993). Education and identity. 2nd Ed. San Francisco: Jossey-Bass.
- Infante, J (2002). Modelo del desarrollo psicosocial de Grotberg. España: Trillas.
- Lamas, H. (2000). Salud: Resiliencia y bienestar psicológico. Lima, Perú: Colegio de Psicólogos del Perú.
- López-Cortón, A. (2015). Factores predictores de procesos resilientes en jóvenes universitarios. Universidade da Coruña. Departamento de Psicoloxía. La Coruña, España
- Melillo, O (2004). Resiliencia y subjetividad: los ciclos de la vida. Buenos Aires: Paidós.
- Meyer, A (1957). Resiliencia individual y familiar. Importancia. Lima.
- Painepán, B. (2012). Adaptación a la vida universitaria. En Guía de apoyo psicológico para universitarios: formación integral y autonomía. Universidad de Santiago de Chile, Vicerrectoría de Apoyo al Estudiante, 2012. Santiago de Chile, Chile.
- Panez, R. (2002). Por los Caminos de la Resiliencia. Panez & Silva Consultores. Lima, Perú.
- Pascarella, E. y Terenzini, P. (2001). How college affects students: Findings and insights from twenty years of research. New York: Paperback Avg.

- Prado, R. y Del Águila, M. (2000). Estructura y funcionamiento familiar en adolescentes resilientes y no resilientes. Investigación realizada en la Facultad de Psicología de la Universidad Federico Villarreal. Lima.
- Sánchez, H. Reyes, C. (2006) Metodología y diseños de la investigación científica. 4º edición. Lima: Visión Universitaria Editoriales. Lima, Perú.
- Smith, E (1992). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. Argentina: Paidós.
- Werner, S (1989). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. Colombia: Editorial Cinde.

### **7.1.2. Tesis**

- Aguirre, M (2004). Capacidad y factores asociados a la resiliencia, en adolescentes del C.E. Mariscal Andrés Avelino. Universidad Nacional de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de [http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/tesis/salud/aguirre\\_ga/contenido.htm](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/tesis/salud/aguirre_ga/contenido.htm)
- Álvarez, L. y Cáceres, H. (2010). Resiliencia, Rendimiento Académico y Variables Sociodemográficas en Estudiantes Universitarios de Bucaramanga (Colombia). *Psicología Iberoamericana*, 18, (2), julio-diciembre, 2010, pp. 37-46. Universidad Iberoamericana. Ciudad de México Distrito Federal, México.
- Aponte, R. (2004). Conducta resiliente entre adolescentes mujeres del hogar de la niña y adolescentes varones del hogar san José de la Provincia de Trujillo. Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.
- Aquino, M. (2016). Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en becarios. Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología con mención en Psicología Clínica. Pontificia Universidad Católica del Perú. Facultad De Letras y Ciencias Humanas. Lima, Perú.
- Arenas A. (2016). Inteligencia emocional y resiliencia en alumnos del cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa N° 1110 “República de Panamá” del distrito de La Victoria – Lima. Tesis para optar el grado de Licenciada en Psicología, Universidad Inca Garcilaso de la Vega
- González M. y Artuch R. (2014). Perfiles de Resiliencia y Estrategias de Afrontamiento en la Universidad: Variables Contextuales y

Demográficas. Departamento de Teoría y Métodos en Educación y Psicología. Facultad de Educación y Psicología. Universidad de Navarra. Navarra, España.

Lucas de Almeida, I. (2012). Resiliencia: valores de vida y vivencias académicas en los estudiantes de enfermería. Trabajo realizado para optar al Grado de Doctor. Universidad de Extremadura. Departamento de Psicología y Antropología. Badajoz, España.

Pérez-Pulido, I. (2016). El proceso de adaptación de los estudiantes a la universidad en el Centro Universitario de Los Altos de la Universidad de Guadalajara. Tesis de Doctorado Interinstitucional en Educación. Guadalajara, Jalisco: ITESO.

Rodríguez, K. (2014). Burnout académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de educación de una universidad de Trujillo. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología. Universidad Privada del Norte. Trujillo, Perú.

### **7.1.3. Revistas**

Beltrán F. & Torres I. (2000). Adaptación social, dificultad escolar y salud emocional. *Psicología y Salud*, 4, 111-118.

Chau, C. y Saravia, J. C. (2014). Adaptación universitaria y su relación con la salud percibida en una muestra de jóvenes de Perú. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(2), 269-284. doi: 10.15446/rcp.v23n2.41106

Fergusson, D., Beautrais, A. y Horwood, L. (2003). Vulnerability and resilience to suicidal behaviours in young people. *Psychological Medicine*, 33, 61-73.

Ferreira, I. (2009). *Adaptação e desenvolvimento psicossocial dos estudantes do Ensino Superior: Factores familiares e sociodemográficos*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian & Fundação para a Ciência e Tecnologia.

Guedeney, A. (1998). Les determinants précoces de la resilience. En Cyrulnik B (Ed). *Césenfants qui tiennent le coup*, Revigny-sur-Ornain-Hommeset Perspectives. pp 13-26.

- Li, M., Eschenauer, R., y Yang, Y. (2013). The influence of self-efficacy and trait resilience on problem-solving in the US, Taiwan, and China. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 41, 144–157.
- Lopes, A y Pereira, F. (2012). Everyday life and everyday learning; the ways in which pre-service teacher education curriculum can encourage personal dimensions of teacher identity. *European Journal of Teacher Education*. 35(1), 17.
- Nel, C., Troskie-de Bruin, C. y Bitzer, E. (2009). Students' transition from school to university: Possibilities for a pre-university intervention. *South African Journal of Higher Education*, 23(5):974-991.
- Prado, R. y Del Águila, M. (2001). Estudio comparativo de resiliencia al género y clase socioeconómico en adolescentes. Investigación realizada en la Facultad de Psicología de la Universidad Federico Villarreal. Lima. Recuperado de [dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2879576.pdf](http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2879576.pdf)
- Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberabit*, 11, 41-48.
- Sánchez, M., Álvarez, A., Flores, T., Arias, J. y Saucedo, M. (2014). El reto del estudiante universitario ante su adaptación y autocuidado como estrategia para disminuir problemas crónicos degenerativos. *Boletín Científico Educación y Salud*, 2 (4). Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Instituto de Ciencias de la Salud. Estado de Hidalgo, México
- Soares, A., Almeida, L., Diniz, A. & Guisande, M. (2006). Construcción y validación de un modelo multidimensional de ajuste de los jóvenes al contexto universitario. *Psicothema*, 18, 249-256.
- Tinto, V. (1989). Definir la deserción: una cuestión de perspectiva. *Revista de Educación Superior*, N° 71, ANUIES, México.

#### **7.1.4. Internet**

- Batista, S. G., Monteiro, C. M., Rodrigues, P. M., Simões, D. M. y Rodrigues, C. M. (2005). Para uma abordagem psicológica da transição do ensino secundário para o ensino superior: pontes e alçapões. Recuperado de: <http://www.estg.ipleiria.pt/files/314654>
- Borda, M. (2001). Resiliencia. Competencia para enfrentar la adversidad. Recuperado de: <file:///A:art10.htm>.

- Fernández, E. (2014). Adaptación A La Vida Universitaria: Factores Intervinientes. Recuperado de: <http://www.wikiestudiantes.org/adaptacion-a-la-vida-universitaria-factores-intervinientes/>
- Lara, E., Martínez, C., Pandolfi, M., Penroz, K. & Díaz, F. (2000). Resiliencia: la esencia humana de la transformación frente a la adversidad. Recuperado de: <http://www.apsique.com/tikiindex.php?page=deliresiliencia>.
- Richardson, T (2011). Modelo de Resiliencia de Richardson. Recuperado de: <http://miespacioresiliente.wordpress.com/2013/06/16/modelo-de-resiliencia-de-richardson/>
- Rutter, M (2005). La resiliencia: consideraciones conceptuales. Lima. Recuperado de: <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/docente/pd-000179.pdf>
- Saavedra, E. (2004). Resiliencia y ambientes laborales nocivos. Universidad Católica del Maule. Recuperado de <http://www.ultimahora.com/notas/450558-De-nino-de-la-calle--a-pasos-de-convertirse-en-joven-ingeniero>
- Sánchez L. (2003). Síntomas de falta de asertividad. Recuperado de: [http://www.csalto.net/ansiedad\\_social/s%C3%ADntomas\\_asertividad.htm](http://www.csalto.net/ansiedad_social/s%C3%ADntomas_asertividad.htm)
- Wagnild y Young (1993). Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Recuperado de: <http://www.psico-system.com/2013/01/escala-de-resiliencia-de-wagnild-y-young.html>
- Wolin, A y Wolin, N (1993). Fuentes de resiliencia en estudiantes de Lima y Arequipa. Recuperado de: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S172948272009000100007](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172948272009000100007)

# **ANEXOS**

## Tabla A1

*Prueba de Normalidad de Kolgomorov-Smirnov del Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R), en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	<b>Z(K-S)</b>	<b>Sig.(p)</b>
Adaptación a la vida universitaria	.173	0.000**
Personal	.140	0.000**
Interpersonal	.137	0.000**
Carrera	.129	0.000**
Estudio	.140	0.000**
Institución	.151	0.000**

Nota:

Z(K-S) : Valor Z de la distribución normal estandarizada

Sig.(p) : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

\*\*p<.01 : Muy significativa

\*p<.05 : Muy significativa

## Tabla A2

*Prueba de Normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones de la Escala de Resiliencia en Adolescentes en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	<b>Z(K-S)</b>	<b>Sig.(p)</b>
<b>Resiliencia</b>	.184	0.000**
Insigth	.156	0.000**
Independencia	.148	0.000**
Interacción	.136	0.000**
Moralidad	.142	0.000**
Humor	.138	0.000**
Iniciativa	.162	0.000**
Creatividad	.150	0.000**

Nota:

Z(K-S) : Valor Z de la distribución normal estandarizada

Sig.(p) : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

\*\*p<.01 : Muy significativa

\*p<.05 : Muy significativa

En las tablas A1 y A2, se muestra los resultados de la aplicación de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov aplicada para evaluar el cumplimiento del supuesto de normalidad en las distribuciones de las variables en estudio. En la Tabla A1, se aprecia que las dimensiones de la Adaptación a la Vida Universitaria, difieren muy significativamente ( $p<.01$ ), de la distribución normal. En lo que respecta a la Resiliencia (Tabla A2), se aprecia que todas las dimensiones que lo conforman, difieren significativamente ( $p<.01$ ), de la distribución normal. De los resultados obtenidos de la aplicación de la prueba de normalidad se deduce que, para el proceso estadístico de evaluación de la

correlación entre ambas variables, debería usarse la prueba no paramétrica de correlación de Spearman.

**Tabla B1**

*Correlación ítem-test en el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R) en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

Personal		Interpersonal		Carrera		Estudio		Institución	
Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc
Ítem01	.352	Ítem01	.507	Ítem01	.427	Ítem01	.314	Ítem01	.486
Ítem02	.644	Ítem02	.561	Ítem02	.647	Ítem02	.604	Ítem02	.414
Ítem03	.354	Ítem03	.676	Ítem03	.367	Ítem03	.369	Ítem03	.347
Ítem04	.669	Ítem04	.712	Ítem04	.456	Ítem04	.565	Ítem04	.354
Ítem05	.441	Ítem05	.425	Ítem05	.648	Ítem05	.588	Ítem05	.695
Ítem06	.623	Ítem06	.389	Ítem06	.499	Ítem06	.444	Ítem06	.667
Ítem07	.448	Ítem07	.592	Ítem07	.426	Ítem07	.369	Ítem07	.364
Ítem08	.512	Ítem08	.412	Ítem08	.418	Ítem08	.366	Ítem08	.601
Ítem09	.642	Ítem09	.483	Ítem09	.431	Ítem09	.662		
Ítem10	.524	Ítem10	.703	Ítem10	.377	Ítem10	.32		
Ítem11	.714	Ítem11	.431	Ítem11	.577	Ítem11	.307		
Ítem12	.483	Ítem12	.343	Ítem12	.406	Ítem12	.399		
Ítem13	.508	Ítem13	.377	Ítem13	.603	Ítem13	.378		

Nota:

ritc : Coeficiente de correlación ítem-test corregido

a : Ítem valido si ritc es significativo o es mayor o igual a .020.

En la tabla A3, se presentan los índices de homogeneidad ítem-test corregido de las subescalas correspondientes a la Adaptación a la Vida Universitaria, donde se puede observar que todos los ítems que conforman el instrumento, correlacionan en forma directa y muy significativamente ( $p < .01$ ), con la puntuación total, registrando valores que superan el valor mínimo requerido de .20, los mismos que oscilan entre .307 y .714.

## Tabla B2

*Confiabilidad en el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R) en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	$\alpha$	Sig.(p)	N° Ítems
Adaptación a la vida universitaria	.841	.000**	50
Personal	.785	.000**	13
Interpersonal	.761	.000**	13
Carrera	.801	.000**	13
Estudio	.783	.000**	13
Institución	.804	.000**	8

$\alpha$  : Coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach  
Sig.(p) : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta  
\*\*p<.01 : Muy significativa

En la Tabla A4, se muestran los índices de confiabilidad según el coeficiente Alfa de Cronbach, donde se observa que el Clima Social Familiar y sus subescalas registran una confiabilidad calificada como muy buena, por lo se deduce que el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R), presenta consistencia interna y que todos los ítems dentro de cada subescala tienden a medir lo mismo.

## Tabla C1

*Correlación ítem-test en la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA) en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

Insigth		Independencia		Interacción		Moralidad		Humor		Iniciativa		Creatividad	
Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc
Ítem01	.562	Ítem01	.515	Ítem01	.43	Ítem01	.466	Ítem01	.466	Ítem01	.551	Ítem01	.445
Ítem02	.457	Ítem02	.279	Ítem02	.378	Ítem02	.512	Ítem02	.553	Ítem02	.253	Ítem02	.326
Ítem03	.354	Ítem03	.369	Ítem03	.355	Ítem03	.393	Ítem03	.445	Ítem03	.542	Ítem03	.471
Ítem04	.442	Ítem04	.361	Ítem04	.546	Ítem04	.336	Ítem04	.436	Ítem04	.428	Ítem04	.309
Ítem05	.606			Ítem05	.602	Ítem05	.523	Ítem05	.268	Ítem05	.395	Ítem05	.373

Nota:

ritc : Coeficiente de correlación ítem-test corregido

a : Ítem valido si ritc es significativo o es mayor o igual a .020.

En la tabla C1, se presentan los índices de homogeneidad ítem-test corregido de las subescalas correspondientes a la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA), donde se puede observar que todos los ítems que conforman el instrumento, correlacionan en forma directa y muy significativamente ( $p < .01$ ), con la puntuación total, registrando valores que superan el valor mínimo requerido de .20, los mismos que oscilan entre .253 y .606.

## Tabla C2

*Confiabilidad en la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA) en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

	$\alpha$	Sig.(p)	N° Ítems
Resiliencia	.853	.000**	34
Insigth	.841	.000**	5
Independencia	.732	.000**	4
Interacción	.739	.000**	5
Moralidad	.811	.000**	5
Humor	.791	.000**	5
Iniciativa	.778	.000**	5
Creatividad	.845	.000**	5

$\alpha$  : Coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach  
Sig.(p): Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta  
\*\*p<.01: Muy significativa

En la tabla C2, se muestran los índices de confiabilidad según el coeficiente Alfa de Cronbach, donde se observa que la Resiliencia y sus subescalas registran una confiabilidad calificada como muy buena, por lo se deduce que la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA), presenta consistencia interna y que todos los ítems dentro de cada subescala tienden a medir lo mismo.

**Tabla D1**

*Normas en percentiles del Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R) en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

Pc	Dimensiones						Pc
	General	Personal	Interpersonal	Carrera	Estudio	Institución	
<b>99</b>	280	63	63	65	63	40	<b>99</b>
<b>95</b>	267	58	61	62	59	38	<b>95</b>
<b>90</b>	257	57	58	61	57	37	<b>90</b>
<b>85</b>	251	55	54	60	55	36	<b>85</b>
<b>80</b>	245	54	53	59	53	36	<b>80</b>
<b>75</b>	240	52	52	58	52	35	<b>75</b>
<b>70</b>	235	50	51	56	51	34	<b>70</b>
<b>65</b>	231	48	50	56	51	34	<b>65</b>
<b>60</b>	228	48	49	55	50	33	<b>60</b>
<b>55</b>	226	47	48	54	49	32	<b>55</b>
<b>50</b>	222	44	46	54	46	32	<b>50</b>
<b>45</b>	220	42	45	53	45	31	<b>45</b>
<b>40</b>	217	41	45	52	44	30	<b>40</b>
<b>35</b>	212	40	43	51	43	30	<b>35</b>
<b>30</b>	207	38	42	50	42	29	<b>30</b>
<b>25</b>	203	37	41	49	42	28	<b>25</b>
<b>20</b>	195	36	39	47	41	28	<b>20</b>
<b>15</b>	190	35	38	44	40	26	<b>15</b>
<b>10</b>	182	31	33	42	39	24	<b>10</b>
<b>5</b>	170	23	25	41	34	22	<b>5</b>
<b>3</b>	162	21	23	38	33	20	<b>3</b>
<b>1</b>	154	20	20	29	29	19	<b>1</b>

Nota:

Pc : Percentil

Fuente: Datos alcanzados en el estudio (Ponte, 2017)

Niveles

Pc 1-39: Bajo

Pc 40-69: Medio

Pc: 70- 99: Alto

**Tabla D2**

*Normas en percentiles de la Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA) en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*

Pc	Dimensiones								Pc
	General	Ins	Ind	Int	Mor	Hum	Ini	Cre	
<b>99</b>	117	20	15	20	20	20	16	18	<b>99</b>
<b>95</b>	112	17	14	18	20	19	15	17	<b>95</b>
<b>90</b>	109	16	14	17	20	18	15	16	<b>90</b>
<b>85</b>	108	16	13	17	20	17	14	15	<b>85</b>
<b>80</b>	105	15	12	16	20	17	14	14	<b>80</b>
<b>75</b>	104	15	12	15	19	16	14	13	<b>75</b>
<b>70</b>	101	15	11	15	19	16	13	13	<b>70</b>
<b>65</b>	99	14	11	14	19	15	13	12	<b>65</b>
<b>60</b>	98	14	11	14	19	15	13	12	<b>60</b>
<b>55</b>	97	14	10	14	19	14	13	12	<b>55</b>
<b>50</b>	95	14	10	13	19	14	12	11	<b>50</b>
<b>45</b>	93	13	10	13	18	13	12	11	<b>45</b>
<b>40</b>	92	13	9	13	18	13	12	10	<b>40</b>
<b>35</b>	91	13	9	12	18	13	11	10	<b>35</b>
<b>30</b>	89	13	9	12	17	12	11	9	<b>30</b>
<b>25</b>	87	12	9	12	17	12	10	9	<b>25</b>
<b>20</b>	85	12	8	11	16	11	10	8	<b>20</b>
<b>15</b>	83	11	8	11	15	10	9	8	<b>15</b>
<b>10</b>	81	10	8	10	14	10	8	7	<b>10</b>
<b>5</b>	75	9	7	10	13	9	7	6	<b>5</b>
<b>3</b>	73	8	7	8	11	8	6	6	<b>3</b>
<b>1</b>	70	7	6	7	7	4	4	5	<b>1</b>

Nota:

Pc : Percentil

Fuente: Datos alcanzados en el estudio (Ponte, 2017)

Niveles

Pc 1-39: Bajo

Pc 40-69: Medio

Pc: 70- 99: Alto

## ANEXO E: CUESTIONARIO DE VIVENCIAS ACADÉMICAS – VERSIÓN REDUCIDA (QVA-R)

### INSTRUCCIONES

Lee cuidadosamente las siguientes oraciones y coloca un aspa (x) en el casillero cuyo significado refleje tu manera de ser más frecuente. Responde **TODOS** los ítems. Tomando en cuenta la siguiente consigna:

- 1: No tiene ninguna relación conmigo; totalmente en desacuerdo; nunca sucede.
- 2: Tiene poca relación conmigo; bastante en desacuerdo; pocas veces sucede.
- 3: Algunas veces de acuerdo y otras en desacuerdo; algunas veces sucede, otras no.
- 4: Muy relacionado conmigo; muy de acuerdo; sucede bastantes veces.
- 5: Siempre relacionado conmigo; totalmente de acuerdo; siempre sucede

N°	Ítems	1	2	3	4	5
1	Hago amistades con facilidad en mi universidad.					
2	Creo que puedo desarrollar nuevos aspectos personales (prestigio, estabilidad, solidaridad) por medio de la carrera que elegí.					
3	Aunque fuera posible no me cambiaría de universidad.					
4	Presento cambios en mi estado de ánimo (inestabilidad emocional).					
5	Cuando pienso en mi pasado, consigo identificar las razones que me llevaron a elegir esta carrera.					
6	Habitualmente me encuentro poco acompañado por otros compañeros de la universidad.					
7	Elegí bien la carrera que estoy estudiando.					
8	Tengo capacidades y vocación para el área profesional que elegí.					
9	Me siento triste o abatido(a).					
10	Organizo bien mi tiempo.					
11	Últimamente me he sentido confundido(a) y desorientado(a).					
12	Me gusta la universidad en la que estudio.					
13	Hay situaciones en las que siento que pierdo el control.					
14	Me siento comprometido(a) con la carrera que elegí.					
15	Conozco bien los servicios que presta mi universidad.					
16	Me gustaría terminar mis estudios en la universidad en la que me encuentro actualmente.					

17	Últimamente me he sentido pesimista.					
18	Las notas que he obtenido han sido buenas y me han permitido avanzar en la carrera.					
19	Mis compañeros de curso son importantes para mi crecimiento personal.					
20	Cuento con capacidades de aprendizaje para responder a mis expectativas en el estudio.					
21	Siento cansancio y somnolencia durante el día.					
22	Creo que la carrera que elegí permite desarrollarme profesionalmente.					
23	Siento confianza en mí mismo(a).					
24	Siento que tengo un buen grupo de amigos en la universidad.					
25	Me siento a gusto con un alto ritmo de trabajo.					
26	Me he sentido solo(a) durante el último tiempo (meses o semestre).					
27	He establecido buenas relaciones con mis compañeros de curso.					
28	Tengo momentos de angustia.					
29	Utilizo la biblioteca de la universidad.					
30	Se me dificulta encontrar un compañero(a) de estudio que me ayude a resolver un problema personal.					
31	Se me dificulta concentrarme en una tarea durante mucho tiempo.					
32	Planifico las actividades que debo realizar diariamente.					
33	Tengo relaciones de amistad cercana con compañeros de universidad de ambos sexos.					
34	Mantengo al día mis deberes académicos.					
35	Mi incapacidad para organizar bien el tiempo hace que tenga bajo desempeño académico.					
36	Se me facilita iniciar una conversación con nuevos compañeros.					
37	Elegí una carrera de acuerdo con mis aptitudes y capacidades.					
38	Se me conoce como una persona amigable y simpática.					
39	Pienso en muchas cosas que me ponen triste.					
40	Procuro compartir con mis compañeros de curso fuera de los horarios de					

	clase.					
41	Sé establecer prioridades con respecto a las actividades en las que invierto mi tiempo.					
42	Tomo la iniciativa para invitar a mis amigos a salir.					
43	Mis relaciones de amistad son cada vez más estables, duraderas e independientes.					
44	Logro tomar buenos apuntes en las clases.					
45	Me siento físicamente débil.					
46	Mi universidad no me genera interés.					
47	Siento que voy a lograr ser eficaz en la preparación de mis exámenes.					
48	La biblioteca de la universidad se encuentra bien dotada (cantidad y variedad de bibliografía).					
49	Procuro organizar la información obtenida en las clases.					
50	Me gusta el sector donde está ubicada mi universidad.					
51	Me siento decepcionado(a) de mi carrera.					
52	Tengo dificultad para tomar decisiones.					
53	Tengo buenas capacidades para el estudio.					
54	Mis gustos personales fueron decisivos para elegir mi carrera.					
55	Me he sentido ansioso(a).					
56	Estoy estudiando una carrera diferente a la que siempre quise.					
57	Soy puntual para llegar al inicio de las clases.					
58	Mi universidad posee buena infraestructura.					
59	Se me dificulta establecer relaciones cercanas con mis compañeros de curso.					
60	Aunque fuera posible no me cambiaría de carrera.					

## ANEXO F: ESCALA DE RESILIENCIA PARA ADOLESCENTES

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: F  M

### INSTRUCCIONES

Lee cuidadosamente las siguientes oraciones y coloca un aspa (x) en el casillero cuyo significado refleje tu manera de ser más frecuente. Responde **TODOS** los ítems. Tomando en cuenta la siguiente consigna: Rara Vez (RV); A Veces; (AV) A menudo (AM); y Siempre (S)

		RV	AV	AM	S
1	Me doy cuenta de lo que sucede a mi alrededor				
2	Cuando tengo problemas escucho música, bailo, dibujo o juego.				
3	Cuando hay problemas en casa trato de no meterme.				
4	Utilizo el arte para expresar mis temores.				
5	Me gusta inventar cosas para solucionar problemas.				
6	Cuando sucede algo inesperado busco soluciones posibles.				
7	Después de realizar una actividad artística me siento mejor que antes.				
8	Me agrada inventar cosas que me hagan reír antes que deprimirme.				
9	Tengo mis propias explicaciones de lo que sucede en casa.				
10	Consigo lo que me propongo.				
11	Prefiero las cosas cómicas que lo serio.				
12	Prefiero estar con personas alegres.				
13	Cuando tengo muchos problemas me los tiro al hombro y sonrío.				
14	Me gusta ser justo con los demás.				
15	Busco conocer cómo actúan mis padres en determinadas situaciones.				
16	Me gustaría ser un buen ejemplo para los demás.				
17	Creo que los principios son indispensables para vivir en paz.				
18	Tengo bien claro mis ideales y creencias.				
19	Comparto con otros lo que tengo.				
20	Soy amigo de mis vecinos y compañeros.				
21	Quiero encontrar un lugar que me ayude a separar mis problemas.				
22	Deseo poder independizarme de mi casa lo más pronto posible.				

<b>23</b>	Realizo actividades fuera de casa y del colegio				
<b>24</b>	Cuando una persona me ayuda siempre es como un miembro de mi familia.				
<b>25</b>	Todos los problemas tienen solución.				
<b>26</b>	Participo en organizaciones que ayudan a los demás.				
<b>27</b>	Me gusta saber y lo que no se pregunto.				
<b>28</b>	Aspiro ser alguien importante en la vida.				
<b>29</b>	Cuando mis padres fastidian trato de permanecer calmado				
<b>30</b>	Cuando mis padres están molestos quiero conocer porque.				
<b>31</b>	Me gustaría ser artista para poder expresarme.				
<b>32</b>	Siento y pienso diferente que mis padres.				
<b>33</b>	Me gusta hacer lo que quiero aunque mis padres se opongan.				
<b>34</b>	Me rio de las cosas malas que me suceden.				

## ANEXO G: CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Yo, \_\_\_\_\_ con n° de DNI: \_\_\_\_\_ acepto participar voluntariamente en la investigación titulada **“Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo”**, realizada por el estudiante de Psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego, Adolfo Jair Ponte Azañero.

He sido informado sobre la naturaleza y los propósitos de la investigación y entiendo que los datos obtenidos en el estudio pueden ser publicados o difundidos con fines científicos. Convengo en participar en este estudio de investigación.

\_\_\_\_\_ 

Firma del participante

DNI: