



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
(UTN)**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
(FECYT)**

CARRERA: PSICOPEDAGOGÍA

**INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN
CURRICULAR, MODALIDAD DE PROYECTO DE
INVESTIGACIÓN**

TEMA:

**“ANÁLISIS DE LA RESILIENCIA Y ADAPTACIÓN A LA VIDA
UNIVERSITARIA DE LOS ESTUDIANTES FORÁNEOS DE LAS
CARRERAS PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
Y EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL
NORTE”**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicopedagogía

Línea de investigación: Desarrollo social y del comportamiento humano

Autor: Zara Piedad Núñez Lucero

Director: MSc. Jorge Mauricio Torres Vinueza

Ibarra - Junio – 2025



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

**AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD
TÉCNICA DEL NORTE**

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DEL CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	100433564 – 0		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Núñez Lucero Zara Piedad		
DIRECCIÓN:	Ibarra		
EMAIL:	zpnunezl@utn.edu.ec		
TELÉFONO FIJO:	06-2615-018	TELÉFONO MÓVIL:	0988383001

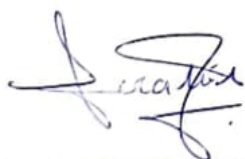
DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	Análisis de la Resiliencia y Adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos de las carreras Pedagogía de la actividad Física y Deporte y Educación Básica de la Universidad Técnica del Norte
AUTOR:	Núñez Lucero Zara Piedad
FECHA: DD/MM/AAAA	18 / 06 / 2025
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	☒ PREGRADO ☐ POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en Psicopedagogía
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Jaime Damián Yucato Pupiales MSc. Jorge Mauricio Torres Vinuesa

CONSTANCIAS

El autor manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 18 días, del mes de junio de 2025

EL AUTOR:

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Zara Piedad Núñez Lucero', with a stylized flourish at the end.

Nombre: Zara Piedad Núñez Lucero

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTERGRACIÓN CURRICULAR

Ibarra, 18 de junio de 2025

MSc. Jorge Torres

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de integración curricular, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Unidad Académica de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.



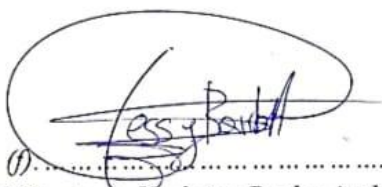
(f)

MSc. Jorge Mauricio Torres Vinuesa

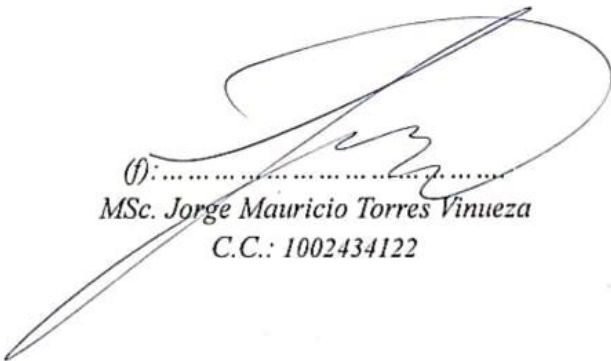
C.C.: 1002434122

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

El Tribunal Examinador del Trabajo de Integración Curricular "Análisis de la resiliencia y adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos de las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deporte y Educación Básica de la Universidad Técnica del Norte" elaborado por Núñez Lucero Zara Piedad, previo a la obtención del título de Licenciada en Psicopedagogía, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:



MSc. Jessy Verónica Barba Ayala
C.C.: 1002351946



MSc. Jorge Mauricio Torres Vinuesa
C.C.: 1002434122



MSc. Jaime Damían Yucato Pupiales
C.C.: 1002245783

DEDICATORIA

Con todo mi corazón, dedico este trabajo a Dios, por ser mi guía y fortaleza a lo largo de este camino. A mis padres, David Núñez y Gladys Lucero, ejemplo de esfuerzo, constancia y amor incondicional, quienes han sido mi mayor inspiración para alcanzar este gran sueño.

Agradezco profundamente a mis amigos Kelly, Alejandra, Sol, Yanara, David y Krisley, por su compañía, apoyo y por todos los momentos compartidos que hicieron más llevadero ese proceso. A toda mi familia, por su apoyo en cada etapa, y en especial a mi prima Jennifer Carlosama, cuya presencia y compromiso fueron clave en los momentos más difíciles.

A mi mascota Duruk, fiel compañera durante las largas noches de estudio.

Finalmente, me dedico este logro a mí misma, por no rendirme, por creer en mis capacidades y por mantener firme la meta de alcanzar este sueño.

AGRADECIMIENTO

Deseo manifestar mi más profundo agradecimiento a todas las personas que, de distintas formas, contribuyeron a la realización de este trabajo de titulación. En primer lugar, agradezco a Dios por otorgarme la fortaleza, claridad y la salud primordial para enfrentar los retos que surgieron a lo largo de este proceso académico.

A mis padres, David Núñez y Gladys Lucero, les debo mi mayor gratitud, ya que han sido el sostén firme en mi diario vivir. Su respaldo constante y entrega me motivaron a no rendirme y a seguir luchando por mis metas.

También agradezco de manera especial a mis amigos por estar a mi lado en los momentos difíciles y por brindarme su apoyo incondicional durante este exigente recorrido.

Extiendo mi gratitud a la Universidad "Técnica del Norte" y a la carrera de Psicopedagogía, donde tuve la oportunidad de crecer profesionalmente y adquirir conocimientos valiosos. A los estudiantes de los niveles iniciales de las carreras de Pedagogía de la Actividad Física y Deportes y de Educación Básica, mi agradecimiento por ser parte fundamental de este Trabajo de Integración Curricular.

De igual manera, agradezco al Centro de Especialidades CAPSY por permitirme realizar mis prácticas en un espacio enriquecedor que aportó tanto a mi desarrollo personal como profesional.

Finalmente, expreso mi más sincero reconocimiento a la MSc. Gabriela Urquizo, por su guía y compromiso constante, así como al MSc. Jaime Yucato, mi asesor, y al MSc. Jorge Torres, mi director, por su acompañamiento, paciencia y enseñanzas, las cuales han dejado una marca significativa en mi formación académica y humana.

RESUMEN EJECUTIVO

En este estudio se planteó investigar cómo los niveles de resiliencia de los estudiantes, entendida como la capacidad para sobreponerse a las dificultades, influyen en su adaptación a la vida universitaria. En particular, se abordó el caso de los estudiantes foráneos de las Carreras de Pedagogía en Educación Física y Deportes y Educación Básica, provenientes de otras localidades y provincias, dejando su lugar de origen para cursar la educación superior.

que ingresaron a la Universidad Técnica del Norte. A través de una encuesta aplicada a 46 estudiantes, se evaluó tanto sus niveles de resiliencia como su capacidad para adaptarse a los diferentes ámbitos de la vida universitaria: el académico, el social y el institucional. Los instrumentos empleados fueron la Escala ECREU y el Cuestionario SACQ, ambos adaptados al contexto cultural de la muestra. Los resultados obtenidos evidenciaron una relación significativa entre resiliencia y adaptación. Los estudiantes foráneos que demostraron mayores habilidades para gestionar sus emociones y establecer relaciones interpersonales también presentaron una mejor integración en el ámbito académico y un ajuste general más satisfactorio. Esto sugiere que la resiliencia es un factor determinante para el éxito universitario, especialmente en aquellos estudiantes que enfrentan el desafío de adaptarse a un entorno nuevo. Estos hallazgos subrayan la relevancia de implementar programas de apoyo dirigidos a fortalecer las competencias socioemocionales de los estudiantes universitarios. Mediante talleres de desarrollo personal y la creación de espacios de interacción, se puede contribuir al desarrollo de la resiliencia necesaria para afrontar los retos de la vida universitaria y alcanzar los objetivos académicos.

Palabras clave: Bienestar estudiantil, habilidades socioemocionales, adaptación a la vida universitaria, éxito académico, estudiantes foráneos, resiliencia.

ABSTRACT

This study aimed to investigate how students' resilience levels, understood as the ability to overcome difficulties, influence their adaptation to university life. Specifically, it addressed the case of international students from the Physical Education and Sports Pedagogy and Basic Education courses, who came from other towns and provinces and left their hometowns to pursue higher education. They entered the Technical University of the North. Through a survey applied to 46 students, their resilience levels and their ability to adapt to the different aspects of university life were evaluated: academic, social and institutional. The instruments used were the ECREU Scale and the SACQ Questionnaire, both adapted to the cultural context of the sample. The results obtained showed a significant relationship between resilience and adaptation. Foreign students who demonstrated greater skills to manage their emotions and establish interpersonal relationships also presented better integration in the academic environment and a more satisfactory general adjustment. This suggests that resilience is a determining factor for university success, especially for those students who face the challenge of adapting to a new environment. These findings underline the importance of implementing support programs aimed at strengthening the socio-emotional skills of university students. Through personal development workshops and the creation of spaces for interaction, it is possible to contribute to the development of the resilience necessary to face the challenges of university life and achieve academic goals.

Keywords: Student well-being, socio-emotional skills, adaptation to university life, academic success, international students, resilience.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN.....	12
Motivaciones para el estudio.....	13
Problema	13
Justificación	14
Objetivos	15
Dificultades.....	15
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO.....	16
1.1 La resiliencia.....	16
1.1.1 Bases epistemológicas	16
1.1.2 Definiciones de la resiliencia	17
1.1.3 Factores asociados a la resiliencia.....	18
1.2 Adaptación a la vida universitaria	21
1.2.1 Definición.....	21
1.2.2 Proceso de adaptación de los estudiantes a la Educación Superior	21
1.2.3 Proceso de adaptación de los estudiantes foráneos a la Educación Superior	22
1.2.4 Dificultades en el proceso de adaptación a la vida universitaria	23
1.2.5 Factores que intervienen en la adaptación a la vida universitaria	23
1.3 La resiliencia en el contexto universitario	24
1.3.1 Importancia de la resiliencia en estudiantes universitarios.....	25
CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS	26
2.1 Enfoques y Tipo de Investigación	26
2.2 Métodos e instrumentos	26
2.2.1 Métodos	26
2.2.2 Instrumentos	27
2.3 Preguntas de Investigación	28
2.4 Matriz de operacionalización de variables	29
2.5 Participantes.....	36
2.5.1 Población o universo.....	36
2.5.2 Muestra	36
2.6 Procedimiento	37
2.7 Alfa de Cronbach	37

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	39
3.1 Estadísticos descriptivos	39
3.2 Niveles de resiliencia	41
3.3 Niveles de adaptación a la vida universitaria	43
3.4 Correlación entre adaptación a la vida universitaria y niveles de resiliencia	46
CONCLUSIONES.....	49
RECOMENDACIONES.....	50
REFERENCIAS	51
ANEXOS	55

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	<i>Matriz de operacionalización de variables</i>	29
Tabla 2	<i>Distribución de universo de estudio periodo oct 2024-feb 2025</i>	36
Tabla 3	<i>Alfa de Cronbach de los Instrumentos y Dimensiones</i>	37
Tabla 4	<i>Estadísticos descriptivos de las variables de estudio de Resiliencia</i>	39
Tabla 5	<i>Estadísticos descriptivos de las variables de estudio de Adaptación a la vida universitaria</i>	40
Tabla 6	<i>Niveles de competencia emocional</i>	41
Tabla 7	<i>Niveles de competencia social</i>	41
Tabla 8	<i>Niveles de orientación hacia el futuro</i>	42
Tabla 9	<i>Total de resiliencia</i>	42
Tabla 10	<i>Niveles de adaptación académica</i>	43
Tabla 11	<i>Niveles de adaptación institucional</i>	44
Tabla 12	<i>Niveles de adaptación social</i>	44
Tabla 13	<i>Niveles de adaptación personal y emocional</i>	45
Tabla 14	<i>Total adaptación a la vida universitaria</i>	45
Tabla 15	<i>Pruebas de normalidad</i>	46
Tabla 16	<i>Correlación entre Adaptación a la Vida Universitaria y Resiliencia (Rho de Spearman)</i>	47
Tabla 17	<i>Interpretación del coeficiente de correlación</i>	47

INTRODUCCIÓN

Motivaciones para el estudio

El presente trabajo de titulación nace de la motivación por comprender los desafíos y fortalezas que enfrentan los estudiantes foráneos en su proceso de adaptación a la vida universitaria, particularmente en las carreras de Pedagogía de la Actividad Física y Deportes y Educación Básica de la Universidad Técnica del Norte. Estos jóvenes no solo se enfrentan a un nuevo entorno académico, sino también a una serie de cambios sociales, emocionales y culturales que exigen altos niveles de resiliencia. Este análisis busca aportar una perspectiva integral sobre cómo estos factores impactan en su desarrollo personal y académico, considerando que la resiliencia es una habilidad fundamental para superar adversidades y lograr el éxito en este nuevo contexto.

El interés en este tema radica en su relevancia dentro del ámbito pedagógico, ya que la formación de futuros educadores exige comprender las dinámicas emocionales y adaptativas de los estudiantes. Profundizar en esta área no solo contribuye al desarrollo de estrategias que favorezcan el bienestar estudiantil, sino que también abre la posibilidad de integrar esta línea de investigación en mi futura práctica profesional. Abordar la resiliencia y la adaptación en contextos educativos será una base sólida para implementar proyectos, intervenciones y estudios que permitan fortalecer las capacidades emocionales y sociales de los estudiantes, asegurando así un impacto positivo en sus trayectorias académicas y personales.

Problema

El comienzo de la vida universitaria marca un momento crucial para la mayoría de los estudiantes, lleno de desafíos y ajustes que pueden influir profundamente en su bienestar emocional, académico y social. Es esencial considerar las dificultades de adaptarse a un nuevo entorno académico y a una residencia temporal.

La resiliencia en el ámbito educativo inaugura un campo creativo en el cual se proporcionan las herramientas necesarias para que los estudiantes conserven su curiosidad, apliquen la lógica, asuman la responsabilidad personal, desarrollen la capacidad de adaptarse con tolerancia a la frustración y adquieran un control adecuado para enfrentar las adversidades. Esto les permite recuperar el equilibrio y la armonía personal, fortaleciéndose en el proceso. En este contexto, la universidad juega un papel crucial al fomentar la resiliencia como una fuente de poder para los estudiantes en formación (Díaz et al., 2013)

No tener resiliencia en la adaptación a la vida universitaria genera que hoy en día los estudiantes no avancen, no prosperen y no sepan cómo manejar o enfrentar situaciones de alto riesgo que han experimentado desde su nacimiento. Es crucial entender que como seres humanos tienen todas las oportunidades para progresar, utilizando su fuerza interna y la resiliencia, para lograr sus objetivos (Dumont, et al., 2018).

Si este proceso presenta dificultades se verán reflejados varios índices crecientes de estrés, soledad y problemas de salud mental entre la población estudiantil. Por lo tanto, es

importante comprender la siguiente interrogante: ¿Cómo influye la resiliencia en la adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos de las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deportes y Educación Básica de la "Universidad Técnica del Norte"?

La presente investigación tiene como objetivo servir de base para futuros estudios de mayor alcance, en los cuales se puedan formular recomendaciones que integren la resiliencia en la vida cotidiana del estudiante universitario foráneo.

Justificación

El presente análisis tiene como objetivo esclarecer el significado de la resiliencia en el proceso de transición a la vida universitaria. La importancia de esta investigación se verá reflejada en el impacto directo que tiene la misma en los estudiantes que llegan de fuera, quienes deben ajustarse a una nueva ciudad y, en ocasiones, a un estilo de vida completamente diferente, lo que a menudo implica un considerable esfuerzo. Bascuñán (2021) menciona que esta es la habilidad esencial para prosperar y crecer en la vida, cuando existen desafíos significativos que podrían llevar al fracaso o a consecuencias negativas. Además, la resiliencia representa la clave para superar obstáculos y crecer de manera positiva en diversos entornos.

Los estudiantes enfrentan numerosos desafíos y demandas tanto académicas como psicosociales. Estas exigencias y situaciones difíciles requieren habilidades de manejo y adaptación que pueden mejorar su rendimiento. Por ello, se considera que la resiliencia beneficia al estudiante no solo para su éxito académico, sino que también, promueve relaciones interpersonales saludables y un sentido de comunidad dentro del entorno universitario que le permitirá superar fracasos con una actitud positiva y perseverante (Gamboa, 2021)

El propósito de esta investigación es lograr conocer los factores que influyen en la resiliencia y la adaptación a la vida universitaria. Sin embargo, se espera que con más investigaciones a futuro se logre alcanzar la empatía por parte de docentes, personal administrativo, compañeros ciudadanos, de carrera y aula. Se podrá abordar adecuadamente las diversas situaciones que enfrentan los estudiantes foráneos y, por consiguiente, manejar de manera efectiva posibles conflictos socioemocionales relacionados con sus estudios.

La factibilidad de este estudio se sustenta en los recursos humanos, es decir, la población hacia la que va dirigida, estudiantes de otras ciudades de las carreras de Pedagogía de la Actividad Física y Deportes y Educación Básica, así como en la disponibilidad de recursos económicos, software, internet, recursos tecnológicos e instrumentos adecuados para llevar a cabo la investigación. Sin embargo, se reconoce la posible limitación de tiempo, aspectos que se abordarán con una planificación cuidadosa y el enfoque preciso en los objetivos de la investigación.

Objetivos

El objetivo general es Analizar la resiliencia y adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos de las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deporte y Educación Básica de la Universidad Técnica del Norte.

Los objetivos específicos son:

- Identificar el nivel de resiliencia de los estudiantes foráneos de los de primeros niveles las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deporte y Educación Básica de la Universidad Técnica del Norte.
- Identificar el nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos de los de primeros niveles las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deporte y Educación Básica de la Universidad Técnica del Norte.
- Establecer la correlación entre la adaptación a la vida universitaria y los niveles de resiliencia de los estudiantes foráneos de los de primeros niveles las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deporte y Educación Básica de la Universidad Técnica del Norte.

Dificultades

Durante la aplicación de la encuesta para llevar a cabo este trabajo, se presentaron diversas dificultades que retrasaron el avance del proceso. Una de las principales barreras fue la limitada aceptación y colaboración por parte de los estudiantes foráneos de las carreras de Pedagogía de la Actividad Física y Deportes y Educación Básica. A pesar de los esfuerzos realizados para sensibilizar sobre la importancia del estudio y garantizar la confidencialidad de la información, algunos estudiantes mostraron desinterés o poca disposición para participar, lo que redujo significativamente la cantidad de respuestas obtenidas en los plazos establecidos. Estas limitaciones obligaron a replantear estrategias para lograr una mayor participación, como ampliar los canales de comunicación y flexibilizar los horarios de aplicación, garantizando así la recolección de datos necesarios para el análisis.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

Iniciar la vida universitaria implica enfrentar múltiples desafíos, especialmente para aquellos estudiantes que han dejado atrás su lugar de origen. Este capítulo tiene como objetivo fundamentar teóricamente los conceptos clave de esta investigación: la resiliencia y la adaptación a la vida universitaria. A partir de una revisión exhaustiva de fuentes científicas y académicas, se establecieron las definiciones, características y factores asociados a ambos constructos, centrándose en el contexto de los estudiantes foráneos en la educación superior. De esta manera, se permite comprender el papel que desempeña la resiliencia como recurso personal y social frente a desafíos del entorno universitario.

La información desarrollada construye la base conceptual que orienta el diseño metodológico del capítulo II, así como la interpretación de datos en el capítulo III. Se espera que este marco permita visibilizar las posibles relaciones entre los niveles de resiliencia y los procesos de adaptación, y cómo estos impactan en la experiencia del estudiante foráneo.

1.1 La resiliencia

1.1.1 Bases epistemológicas

| La resiliencia proviene del latín "resiliens", participio presente activo de "resilīre", que significa "saltar hacia atrás, rebotar" o "replegarse". Según la Real Academia Española (RAE), se define como la capacidad de adaptación de un ser vivo ante un agente perturbador o situaciones adversas (Tello y Céspedes, 2023, p.34)

El concepto de resiliencia tuvo su origen y comenzó a desarrollarse en el hemisferio norte. Inicialmente, destacaron los trabajos de investigadores como Michael Rutter en Inglaterra y Emmy Werner en Estados Unidos. A partir de estas contribuciones pioneras, la noción de resiliencia se expandió por toda Europa, consolidándose en países como Francia, los Países Bajos, Alemania y España. Posteriormente, este concepto llegó a América Latina, donde se han formado destacados grupos de investigación dedicados al estudio y aplicación de la resiliencia, llevando a cabo proyectos significativos que han enriquecido el entendimiento y la práctica de este importante fenómeno (Rodríguez, 2020)

Durante las décadas de 1960 y 1970, el concepto de resiliencia y su investigación comenzaron a desarrollarse. En este período, un grupo de psicólogos y psiquiatras empezó a centrarse en las variables y habilidades que diferenciaban a aquellos niños que podían restablecer la normalidad en sus vidas de aquellos que permanecían en situaciones de exclusión o adversidad. Este enfoque se dio en el contexto de una población infantil que vivía en condiciones difíciles, y el objetivo era entender qué factores y capacidades permitían a algunos niños superar estas dificultades y llevar una vida normalizada, mientras que otros seguían enfrentando desafíos significativos. Esta atención a las diferencias en la capacidad de adaptación y superación fue crucial para el desarrollo del estudio de la resiliencia como un campo de investigación (Carretero, 2010)

El estudio de la resiliencia se originó a partir de la observación de comportamientos de superación individual que al principio parecían ser casos aislados y anecdóticos, así como del análisis del desarrollo de niños que habían pasado por situaciones difíciles. Uno de los

primeros trabajos científicos que promovieron la investigación sobre la resiliencia fue un estudio longitudinal realizado durante 30 años con un grupo de 698 niños nacidos en Hawái en condiciones muy adversas. Después de tres décadas, el 80 % de estos niños había progresado de manera positiva, convirtiéndose en adultos competentes y bien integrados. Aunque este estudio se realizó en un contexto no específicamente relacionado con la resiliencia, tuvo un impacto significativo en el desarrollo de investigación para el concepto de resiliencia (Werner, 1997)

Estos investigadores argumentaron que estudiar a niños que vivían en situaciones de riesgo o exclusión, pero que aun así mostraban un desarrollo adecuado, podría revelar las variables clave que diferenciaban a los niños que lograban adaptarse bien de aquellos que no lo hacían. Sostuvieron que comprender estos factores podría proporcionar información esencial para guiar futuras intervenciones y diseñar políticas efectivas de intervención y prevención. La idea era que, al identificar las características y circunstancias que permitían a algunos niños superar las dificultades, se podrían desarrollar estrategias más efectivas para ayudar a aquellos que enfrentaban mayores desafíos, mejorando así su capacidad de adaptación y desarrollo. Este enfoque, según los autores, podría transformar la manera en que se diseñan y aplican las políticas y programas destinados a apoyar a los niños en situaciones adversas (Carretero, 2010)

Durante las décadas de 1960 y 1970, el concepto de resiliencia y su investigación comenzaron a desarrollarse. En este período, un grupo de psicólogos y psiquiatras empezó a centrarse en las variables y habilidades que diferenciaban a aquellos niños que podían restablecer la normalidad en sus vidas de aquellos que permanecían en situaciones de exclusión o adversidad. Este enfoque se dio en el contexto de una población infantil que vivía en condiciones difíciles, y el objetivo era entender qué factores y capacidades permitían a algunos niños superar estas dificultades y llevar una vida normalizada, mientras que otros seguían enfrentando desafíos significativos. Esta atención a las diferencias en la capacidad de adaptación y superación fue crucial para el desarrollo del estudio de la resiliencia como un campo de investigación (Carretero, 2010)

1.1.2 Definiciones de la resiliencia

La resiliencia es un complejo proceso psicológico y emocional que cada individuo experimenta al enfrentar situaciones adversas y momentos difíciles. Este proceso implica no solo la capacidad de resistir y adaptarse a las dificultades, sino también la posibilidad de desarrollar y fortalecer las habilidades necesarias para enfrentarlas y superarlas de manera positiva. Así, la resiliencia evidencia que las adversidades no son meramente negativas, sino que pueden representar señales de cambio y transformación profunda, influyendo de manera significativa en el curso de la vida de la persona (Dumont et al., 2018)

La resiliencia se ha conceptualizado como la capacidad intrínseca de un individuo o de un grupo de individuos para mantener una visión y planificación hacia el futuro, incluso cuando se enfrentan a eventos que desestabilizan su equilibrio emocional, condiciones de vida extremadamente difíciles y experiencias traumáticas severas. Esta capacidad permite a las personas no solo sobrevivir a estas adversidades, sino también continuar avanzando y

desarrollándose a pesar de las circunstancias adversas que puedan surgir en su camino (Cortés, 2010)

La resiliencia es vista como un conjunto de cualidades personales positivas que favorecen la capacidad de adaptación de un individuo. Esta capacidad adaptativa es el resultado de la combinación de diversas experiencias a lo largo de diferentes etapas del desarrollo, lo que contribuye a que la persona pueda enfrentar con éxito eventos críticos en la vida, la cual se fundamenta en la interacción dinámica entre el individuo y su entorno, abarcando tanto el núcleo familiar como el contexto social en el que se desenvuelve. Esta interacción permite que las personas desarrollen las habilidades necesarias para adaptarse y superar los desafíos que se les presentan (Gamboa, 2021)

La resiliencia se define como un constructo psicológico clave que mejora la gestión del estrés y sus efectos. Esta capacidad facilita la superación de situaciones adversas, ayudando a las personas a enfrentar y recuperarse más eficazmente de las dificultades (García et al., 2021)

La resiliencia implica flexibilidad y adaptabilidad ante situaciones cambiantes y estresantes, por lo que se posiciona como un constructo psicológico que permite mejorar el manejo del estrés y sus efectos, dado que se reconoce como una capacidad que favorece la superación de contextos adversos (Estrada Araoz y Mamani Uchasara, 2020)

La resiliencia se describe como la capacidad de individuos o grupos para mantener sus aspiraciones y seguir planificando el futuro, incluso cuando se enfrentan a eventos que alteran su estabilidad, condiciones de vida difíciles o traumas graves. Durante mucho tiempo, las respuestas resilientes fueron percibidas por los expertos como fenómenos poco comunes e incluso asociadas a comportamientos patológicos. No obstante, investigaciones recientes han demostrado de forma contundente que la resiliencia constituye, en realidad, una respuesta frecuente ante la adversidad. En lugar de ser un signo de patología, la resiliencia refleja un ajuste saludable ante la adversidad. Esta adaptación permite a las personas y comunidades superar desafíos significativos y seguir adelante con sus vidas de manera constructiva (Cortés, 2010)

1.1.3 Factores asociados a la resiliencia

1.1.3.1 Factores protectores

Entre los factores protectores más importantes se encuentran el apoyo familiar, la amistad con personas de la misma comunidad o con experiencias de adaptación similares, y las nuevas amistades que se formen. Los vínculos con compañeros de carrera y de residencia también son esenciales, facilitando la integración social. Participar en grupos de estudio es una forma común de crear nuevos círculos sociales, que a menudo se extienden más allá del ámbito académico (Ventura, 2023)

a) Factor personal

Una alta autoestima y un fuerte sentido de eficacia personal son esenciales para la adaptación y resiliencia de los estudiantes universitarios. Los estudiantes con buena autoestima valoran sus capacidades y se sienten seguros, lo que les permite enfrentar desafíos con una actitud positiva y proactiva, reduciendo el impacto del estrés. Además, creer en su capacidad para

influir en sus resultados aumenta su motivación y perseverancia. Estas cualidades mejoran la gestión del tiempo, el establecimiento de prioridades y la toma de decisiones, facilitando una adaptación exitosa y fortaleciendo su resiliencia para prosperar académica y personalmente (Jadue et al., 2005)

b) Factor social

La participación en actividades y redes sociales dentro del entorno universitario actúa como un factor social protector crucial para la adaptación universitaria. Establecer conexiones significativas y participar en la vida del campus puede mitigar los efectos de la falta de integración social, especialmente para aquellos estudiantes cuyo capital sociocultural, lingüístico y económico no coincide con el discurso dominante de la universidad. La integración social se evidencia cuando los estudiantes se involucran en actividades del campus, desarrollan nuevas amistades y construyen redes de apoyo, lo cual les ayuda a superar la soledad y la posible pérdida de sus vínculos familiares, favoreciendo así una adaptación más efectiva a la vida universitaria (Ponte, 2017)

c) Factor familiar

La comunicación constante con la familia es un factor protector crucial en la adaptación exitosa de los estudiantes universitarios. Este contacto regular actúa como una supervisión por parte de los padres o cuidadores, quienes están disponibles para conversar y brindar apoyo emocional. Las conversaciones suelen centrarse en el bienestar del estudiante, como su alimentación, salud y estado de ánimo, así como en compartir eventos recientes de la familia (Ventura, 2023)

El apoyo y la comprensión familiar representan un importante factor protector para el éxito académico y el bienestar general de los estudiantes. Además, proporcionar un ambiente emocionalmente estable en el hogar es crucial. Un entorno donde los estudiantes se sienten seguros, apoyados y comprendidos facilita su concentración y motivación para aprender. La presencia de padres que muestran comprensión y empatía ante los desafíos académicos y personales de sus hijos contribuye a desarrollar una mayor resiliencia y autoconfianza en los estudiantes. Este tipo de apoyo integral, que abarca tanto el aspecto académico como el emocional, fortalece la capacidad de los estudiantes para enfrentar y superar los obstáculos, promoviendo así un desarrollo saludable y un rendimiento académico positivo (Jadue et al., 2005)

1.1.3.2 Factores de riesgo

Los factores de riesgo se describen como elementos o condiciones presentes en la familia, los estudiantes, los profesores y la escuela que incrementan la probabilidad de que los estudiantes enfrenten dificultades en su rendimiento académico y en su desarrollo personal y social. Estos factores aumentan la vulnerabilidad de los estudiantes a experiencias negativas, tales como bajo rendimiento académico, abandono escolar, problemas de conducta y trastornos emocionales (Jadue et al., 2005)

a) Factor personal

La comunicación representa un desafío significativo en la adaptación a la vida universitaria, especialmente para los estudiantes provenientes de comunidades rurales con escasas actividades extracurriculares y culturales y una población reducida. En estos entornos, la habilidad comunicativa suele estar poco desarrollada, lo que crea una brecha importante para la integración efectiva. Los estudiantes foráneos a menudo son percibidos como tímidos y tienen dificultades para conversar con compañeros, profesores y desconocidos. La falta de habilidades comunicativas puede tener consecuencias graves, como la deserción estudiantil o el cambio de carrera. No obstante, reconocer esta limitación puede convertirse en un desafío personal y en una oportunidad para desarrollar una habilidad crucial. Superar este obstáculo es fundamental para lograr una integración exitosa y plena en la vida universitaria (Ventura, 2023)

La falta de atención en clases y la desmotivación constituyen un factor de riesgo significativo para el rendimiento académico de los estudiantes. Estas dificultades se evidencian en el aula mediante comportamientos inadecuados, entre los que se incluyen distracciones frecuentes, actitudes disruptivas y una marcada falta de responsabilidad en el cumplimiento de las tareas asignadas. Además, es común la ausencia de hábitos de estudio adecuados, lo que dificulta la capacidad de los estudiantes para comprender y retener la información. Esta combinación de factores no solo afecta su desempeño en el corto plazo, sino que también puede tener repercusiones negativas a largo plazo, impidiendo el desarrollo de habilidades esenciales para el éxito académico y personal (Jadue et al., 2005)

b) Factor social

El cambio del entorno social es uno de los primeros desafíos en la adaptación a la vida universitaria. Muchos estudiantes deben mudarse varias veces, inicialmente con familiares, pero luego optan por alquilar o vivir en hogares de acogida debido a problemas de convivencia. Además, enfrentan un sistema de transporte y distribución de espacios desconocidos en las instituciones educativas, lo que puede resultar confuso. Estos factores obligan a los estudiantes, especialmente a los de comunidades indígenas, a interactuar con personas desconocidas o familiares lejanos para recibir orientación, siendo esta interacción social crucial para su adaptación. Contar con apoyo social facilita enormemente este proceso, evitando que se vuelva desalentador o frustrante (Ventura, 2023).

c) Factor familiar

Según Jadue et al., (2005) las condiciones socioeconómicas y culturales bajas de las familias de los estudiantes, como la falta de recursos materiales para apoyar las tareas escolares, afectan significativamente su desempeño académico. Por otro lado, existe una discrepancia entre la percepción que tienen los padres acerca de las habilidades y dificultades de sus hijos y la realidad. Esta diferencia se ve acentuada por el bajo nivel de escolaridad de los padres, el cual suele estar relacionado con condiciones de pobreza, hábitos de vida desfavorables y limitaciones en la comunicación lingüística, factores que afectan de forma negativa las estrategias de aprendizaje en el entorno familiar. De igual manera, los hogares monoparentales, donde solo uno de los progenitores está presente, pueden tener un impacto desfavorable en la capacidad de resiliencia de algunos estudiantes.

1.2 Adaptación a la vida universitaria

1.2.1 Definición

Según Duche et al., (2020) adaptarse a la vida universitaria implica que los estudiantes de nuevo ingreso desarrollen la capacidad de integrarse y ajustarse de manera efectiva tanto al entorno académico como social que ofrece la universidad. Este proceso incluye, por un lado, la familiarización con nuevas metodologías de enseñanza, y por otro lado, el acceso a orientación y tutoría que les permita afrontar los retos académicos y administrativos. Asimismo, supone identificar y fortalecer una vocación profesional mediante los recursos institucionales disponibles, además de involucrarse en actividades extracurriculares como deportes, clubes estudiantiles y eventos. En conjunto, estos factores no solo promueven el sentido de pertenencia a la comunidad universitaria, sino que también potencian el desarrollo de habilidades sociales, reducen el estrés y favorecen un equilibrio entre lo académico y lo personal, elementos clave para una experiencia universitaria satisfactoria y formativa.

Por otro lado, la adaptación a la vida universitaria implica enfrentar una serie de tareas y exigencias, basadas en recursos y estrategias de afrontamiento del estudiante. Este proceso revela apoyos sociales y económicos, así como competencias académicas. La transición a la universidad coincide con otros importantes cambios, como el paso de la adolescencia a la adultez, aumentando las responsabilidades. El ingreso universitario es una realidad compleja, donde múltiples factores se entrelazan, y cada experiencia puede convertirse en un obstáculo para el ajuste. La adaptación efectiva y la permanencia en la universidad dependen de la capacidad del estudiante para establecer y perseguir metas claras, que proporcionen estructura y dirección a su vida (Morales y Chávez, 2020)

1.2.2 Proceso de adaptación de los estudiantes a la Educación Superior

El proceso de adaptación de los estudiantes a la Educación Superior es una etapa fundamental y desafiante en la vida académica. Esta transición implica no solo el cambio de un entorno escolar más estructurado a uno universitario con mayor autonomía, sino también la integración a una nueva comunidad, la adquisición de nuevas habilidades y la gestión de responsabilidades académicas y personales. La adaptación efectiva a este nuevo entorno es crucial para el éxito académico y el bienestar personal de los estudiantes, ya que influye en su rendimiento, motivación y satisfacción general con la experiencia universitaria. En este contexto, es esencial comprender los diversos factores que afectan la adaptación, incluyendo aspectos sociales, emocionales y académicos, y cómo los estudiantes pueden ser apoyados para superar las dificultades y aprovechar al máximo las oportunidades que ofrece la Educación Superior (Ponte, 2017)

La resiliencia es crucial para que los estudiantes se ajusten a las demandas académicas, sociales y personales de la educación superior. Implica el uso de mecanismos de afrontamiento, adaptación y motivación para enfrentar los desafíos de este entorno más exigente. Los estudiantes deben desarrollar habilidades de gestión del tiempo, establecimiento de metas y estrategias de estudio, además de aprender a manejar el estrés y buscar apoyo en servicios de asesoramiento y redes sociales. La motivación es esencial para mantener la perseverancia frente a las dificultades. Estos mecanismos no solo ayudan a

superar desafíos inmediatos, sino que también contribuyen al desarrollo personal y académico a largo plazo, fortaleciendo la confianza y las habilidades para enfrentar futuras adversidades (Luthar et al., 2000)

1.2.3 Proceso de adaptación de los estudiantes foráneos a la Educación Superior

El estudiante foráneo¹ no solo deja atrás su hogar en busca de una carrera profesional, sino que emprende un viaje de superación personal y profesional. Impulsado por la ambición y la determinación, supera desafíos como la adaptación a un nuevo entorno, la nostalgia por su hogar y la construcción de nuevas redes sociales. A lo largo de su experiencia, desarrolla habilidades invaluableles como la independencia, la responsabilidad y la gestión del tiempo, forjando un espíritu resiliente y adaptable que le permitirá alcanzar sus sueños y contribuir positivamente a la sociedad. La historia del estudiante foráneo es un ejemplo inspirador de perseverancia, coraje y búsqueda incansable de un futuro mejor (Venegas, 2015)

El proceso de adaptación de los estudiantes foráneos a la educación superior implica enfrentarse a cambios significativos en el entorno físico, contextual y en su comportamiento. Según estudios, los estudiantes tienen una percepción positiva sobre su capacidad para gestionar el tiempo, resolver problemas y estudiar de manera eficiente, aunque su participación en actividades extracurriculares tiende a ser un poco menor (Cuadros, 2021)

Estos estudiantes suelen experimentar nostalgia por su familia, amigos, cultura y tradiciones, lo que puede dificultar su capacidad de adaptación al nuevo entorno. Además, las universidades a menudo no abordan adecuadamente el aspecto emocional del apoyo, creando un ambiente que puede ser hostil o poco acogedor para los estudiantes foráneos. Esto puede generar tensiones que afectan su rendimiento académico, destacando la necesidad de implementar estrategias de hospitalidad y acogida para mejorar su experiencia y reducir la deserción (Castaño, 2021)

Según Pablos et al., (2007), el proceso de adaptación de los estudiantes de otras localidades a la Educación Superior en el Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) implica varias etapas clave para garantizar su integración y éxito académico. Estas fases comprenden:

1. Evaluación Inicial y Análisis Estratégico:

Se parte de una evaluación diagnóstica para detectar las principales necesidades, obstáculos y expectativas de los estudiantes recién llegados. Esta evaluación contempla aspectos culturales, lingüísticos y académicos que influyen en su experiencia formativa dentro de un entorno nuevo.

2. Método DAFO:

A partir del diagnóstico, se emplea el método DAFO (Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades) como herramienta estratégica para diseñar planes personalizados que

¹ Se entiende por estudiante foráneo a aquella persona que, al dejar su lugar de origen para cursar la educación superior, no solo persigue una formación académica, sino que asume un proceso de transformación personal.

atiendan los desafíos detectados y potencien las oportunidades con el fin de facilitar la adaptación integral de los estudiantes.

3. Intervenciones Educativas y Apoyo Psicosocial:

Dentro de estas estrategias se incluyen programas de orientación, tutorías académicas y servicios de apoyo psicológico. Estas acciones resultan esenciales para minimizar las barreras iniciales, fomentar el bienestar estudiantil y consolidar el sentido de pertenencia dentro de la comunidad universitaria.

4. Evaluación y Seguimiento:

Finalmente, se establece un sistema de monitoreo permanente que permite evaluar el avance de los estudiantes y ajustar las estrategias implementadas en función de sus necesidades emergentes, asegurando una intervención oportuna y efectiva.

Este modelo propuesto por Pablos et al., (2007) destaca la importancia de un enfoque estructurado, estratégico y centrado en el estudiante. Aunque fue desarrollado en el contexto del EEES, sus fundamentos pueden adaptarse a otras realidades, como la latinoamericana, donde también se reconoce que la integración de los estudiantes foráneos en la educación superior requiere evaluaciones diagnósticas, planes estratégicos (como el análisis FODA), y acciones educativas y psicosociales sostenidas que garanticen una experiencia universitaria exitosa.

1.2.4 Dificultades en el proceso de adaptación a la vida universitaria

El ingreso a la universidad es un desafío que requiere adaptación a un entorno nuevo, combinando expectativas y capacidades individuales con exigencias institucionales. Los estudiantes experimentan emociones que van desde la ilusión hasta la ansiedad y pueden enfrentar dificultades como depresión, soledad y problemas académicos. Estos desafíos pueden llevar a insatisfacción y deserción. Una transición exitosa implica tomar decisiones a tiempo, manejar las exigencias diarias, administrar el tiempo, organizar actividades, asumir la responsabilidad de la formación, negociar, ser flexible y aceptar las propias limitaciones (Morales y Chávez, 2020)

1.2.5 Factores que intervienen en la adaptación a la vida universitaria

Cuadros, (2021) señala que los factores en la adaptación a la vida universitaria engloban:

1. Interés y compromiso del estudiante:

Aquellos estudiantes que muestran un mayor interés y dedicación hacia sus objetivos y su formación profesional suelen adaptarse mejor a la vida universitaria, ya que su mayor involucramiento se traduce en mejores resultados tanto académicos como personales.

2. Conocimientos previos:

Poseer un conjunto de conocimientos previos permite a los estudiantes desenvolverse adecuadamente en el entorno universitario, haciendo que la transición sea más amigable y obteniendo reforzamientos positivos.

3. Capacidades cognitivas y habilidades sociales:

Las capacidades cognitivas y las habilidades sociales son esenciales para la adaptación, ya que permiten al estudiante responder a las demandas del entorno universitario. Estas habilidades incluyen la autoestima, la gestión del estrés y la capacidad de interacción social.

4. Soporte emocional y social:

La integración en un grupo social y el soporte emocional que este proporciona son fundamentales para la adaptación. Esto ayuda a los estudiantes a enfrentar las exigencias del entorno universitario de manera más efectiva.

5. Apoyo familiar:

Un entorno familiar que brinde un adecuado soporte incrementa la confianza del estudiante y facilita una adaptación exitosa, reduciendo las probabilidades de abandono de los estudios o de tener una experiencia educativa negativa.

6. Estrategias institucionales de apoyo:

Las universidades que ofrecen estrategias de soporte a los estudiantes, especialmente a los de los primeros años, facilitan la adaptación. Esto incluye la implementación de espacios de esparcimiento como gimnasios, campos deportivos, comedores y bibliotecas.

En conclusión, la adaptación a la vida universitaria está determinada por una combinación de factores personales, académicos y sociales. El compromiso e interés del estudiante, junto con sus conocimientos previos y habilidades cognitivas y sociales, son esenciales para enfrentar los retos del entorno universitario. Además, el apoyo emocional y social proporcionado por amigos y familia es crucial en este proceso. La interacción de estos factores permite a los estudiantes adaptarse eficazmente y alcanzar el éxito en su vida universitaria.

1.3 La resiliencia en el contexto universitario

En un estudio realizado en una universidad pública de Jalisco, México, se evidenció que la mayoría de los estudiantes universitarios muestran niveles elevados de resiliencia. Este resultado permite pensar que esta capacidad es una cualidad común entre los universitarios, sin importar la carrera que cursan o su edad. Esto podría ser a causa de las propias exigencias del entorno universitario, que impulsan a los estudiantes a desarrollar habilidades personales y emocionales para afrontar los retos tanto académicos como personales (Caldera et al., 2016) Se puede comprender con mayor claridad que la resiliencia es fundamental en la vida universitaria. A pesar de las diferencias, todos enfrentan retos similares que exigen la adaptación a nuevas responsabilidades, manejar la frustración y mantenerse firme ante las dificultades del día a día; fomentar esta habilidad no solo facilita que los estudiantes enfrenten adecuadamente las exigencias académicas, sino que también apoya su desarrollo personal, impulsando su madurez y fortaleciendo su confianza durante su trayectoria universitaria.

1.3.1 Importancia de la resiliencia en estudiantes universitarios

Durante la pandemia, los estudiantes universitarios han debido ajustarse a nuevos desafíos como la educación remota y el distanciamiento social. La resiliencia les ha permitido enfrentar estos cambios y mantener su motivación y dedicación académica. Otro estudio indica que la resiliencia puede ser un factor protector clave para los estudiantes, ayudándoles a gestionar las presiones académicas y mantener un buen rendimiento. La capacidad de adaptarse positivamente a la adversidad proporciona herramientas para enfrentar el estrés y la presión, contribuyendo a la estabilidad emocional y la motivación. Esto permite a los estudiantes mantenerse enfocados en sus objetivos, encontrar soluciones creativas a los problemas y recuperarse rápidamente de los contratiempos, asegurando un desempeño académico exitoso (García et al., 2021)

Según otro estudio, se observó que la mayoría de los estudiantes universitarios muestran niveles significativos de resiliencia, lo que sugiere que esta capacidad para adaptarse positivamente a desafíos es ampliamente compartida en este grupo demográfico (Caldera et al., 2016)

En conclusión, la resiliencia a través de sus diversos factores permite a los estudiantes de las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deportes y Educación Básica afrontar los desafíos y adaptarse de manera más efectiva a la vida universitaria, así como a un nuevo entorno de residencia. Esta capacidad se asocia positivamente con el rendimiento académico, ya que contribuye a una mejor gestión del estrés y favorece un aprendizaje más significativo.

Además, la resiliencia se convierte en un recurso esencial para enfrentar situaciones emergentes, como la educación a distancia, actuando como una barrera protectora frente a riesgos emocionales como la ansiedad y el estrés. Cabe destacar que cualidades como la confianza en uno mismo y la perseverancia son fundamentales en la formación del estudiante universitario.

CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

En este capítulo se describe el camino metodológico que se siguió para desarrollar esta investigación, con el propósito de comprender cómo se relacionan la resiliencia y la adaptación a la vida universitaria en aquellos estudiantes que, al ser foráneos, han tenido que dejar su hogar para cursar la educación superior. A través de un enfoque cuantitativo, se describen las herramientas metodológicas empleadas, incluyendo los métodos de análisis, los instrumentos de evaluación y la caracterización de la población y muestra.

La metodología fundamenta el rigor científico del estudio y permite comprender cómo se estructuró el proceso investigativo para responder a las preguntas planteadas. Se proporciona las bases necesarias para interpretar los hallazgos que serán presentados en el capítulo III, donde se analizarán los niveles de resiliencia y adaptación, estableciendo la correlación entre ambas variables. Se espera que los datos recolectados ofrezcan una visión profunda sobre los factores que inciden en la adaptación universitaria, y que sirvan como punto de partida para futuras investigaciones más amplias.

2.1 Enfoques y Tipo de Investigación

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, ya que utiliza datos que permiten probar hipótesis siguiendo una secuencia de etapas que va desde una idea general hasta la elaboración de un marco teórico. Este marco permite comprobar teorías, considerando tanto las variables como el contexto, con el objetivo de llegar a conclusiones relevantes para la hipótesis planteada (Hernández et al., 2017, p.4). Este paradigma es de alcance descriptivo porque se centra en identificar las características del problema o fenómeno, incluyendo los distintos contextos en los que ocurre, para así mostrar cómo se presentan y manifiestan; además, es correlacional porque busca entender cómo se asocian las variables según un patrón que se puede prever en una población específica; es decir, se trata de descifrar cómo podría reaccionar una variable al analizar el comportamiento de otras variables relacionadas (Hernández et al., 2017, p.93)

Es fundamental indicar que esta investigación es de diseño no experimental. Según Sampieri et al., (2018) este diseño se fundamenta en variables independientes que ya han ocurrido, como eventos, fenómenos o contextos. En otras palabras, no se manipulan las variables, sino que se observan y analizan tal como ocurren en su entorno. A su vez, la investigación se delimita dentro de un enfoque transversal, ya que la recolección de datos se lleva a cabo en un único momento, permitiendo estudiar la relación entre las variables en ese instante específico. Por otra parte, el muestreo aplicado es de tipo probabilístico, lo que implica que la muestra se selecciona mediante las características de la población y un tamaño muestral apropiado; posteriormente, los sujetos de estudio son elegidos de manera aleatoria, lo que garantiza mayor objetividad y significancia en los resultados obtenidos.

2.2 Métodos e instrumentos

2.2.1 Métodos

Deductivo – Inductivo

El método deductivo es un enfoque que va de lo general a lo particular. Si las premisas son verdaderas, las conclusiones también lo serán. Esto permite aplicar una conclusión general a casos específicos, es decir, si un fenómeno es válido para un grupo, se puede deducir que también aplica a cada individuo del grupo (Gomez, 2012, p. 15)

El método inductivo consiste en observar casos específicos y, a partir de ellos, identificar patrones o reglas generales. En lugar de partir de principios generales, este método construye conocimiento al ir acumulando evidencia particular que lleva a conclusiones más amplias o generales sobre el tema estudiado (Gomez, 2012, p.15)

En la investigación el método deductivo será utilizado al inicio, para observar y formular hipótesis generales, partiendo desde el marco teórico, posteriormente, el método inductivo permitirá probar las hipótesis planteadas anteriormente, mediante la aplicación de las encuestas a los estudiantes. Los dos métodos servirán para validar y refinar la investigación.

Analítico – Sintético

El método analítico-sintético en investigación combina el análisis y la síntesis para comprender y explicar un fenómeno. Según Gomez (2012) el método analítico descompone el fenómeno en sus partes constituyentes, permitiendo observar y comprender su naturaleza y efectos en profundidad, lo que facilita el desarrollo de nuevas teorías. Además, el método sintético toma los elementos analizados y los integra nuevamente en un todo, buscando una teoría unificadora que conecte las partes estudiadas. Este proceso progresivo de reconstrucción permite una visión más completa y estructurada del fenómeno en cuestión.

En esta investigación, se empleará este método para el análisis y la integración de los datos, con el objetivo de generar conclusiones claras y comprensivas.

2.2.2 Instrumentos

- **Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)**

El cuestionario SACQ, creado por Baker y Siryk en 1989, ha experimentado diversas adaptaciones desde su versión original de 67 ítems, estructurado por las siguientes dimensiones: académico, social, personal-emocional e institucional y como formato de respuesta utiliza escala Likert de 9 puntos para medir el grado de acuerdo de los estudiantes con cada ítem. Este instrumento fue adaptado al español por Rodríguez et al. (2012). Por lo tanto, para esta investigación se ha utilizado la adaptación al español de Dominguez et al. (2019), simplificando el cuestionario a 27 ítems, conservando su estructura original de cuatro dimensiones, adaptación académica - 4 ítems, adaptación institucional – 6 ítems, adaptación social – 4 ítems y adaptación personal – emocional – 13 ítems, sin perder su objetivo principal: medir la adaptación de los estudiantes universitarios; como formato de respuesta cada ítem es evaluado por los estudiantes en una escala de Likert de 5 puntos, que permite medir la intensidad de su acuerdo o desacuerdo (Dominguez et al., 2019; Rodríguez et al., 2012)

- **Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (E – CREU)**

La Escala E – CREU fue creado y validado en el periodo anterior, por Guzmán-Torres et al., (2025), tiene como objetivo principal determinar el nivel de resiliencia de los estudiantes universitarios, lo que permite identificar aquellos que requieren apoyo adicional para afrontar las demandas de la vida universitaria. Está constituido por 23 ítems, divididos en tres dimensiones teóricas: competencia emocional – 11 ítems (12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23), competencia social – 7 ítems (1, 2, 4, 5, 6, 7, 8) y orientación hacia el futuro – 5 ítems (3, 9, 10, 11, 15), los cuales serán respondidos de acuerdo con una escala sumativa de 5 puntos, que va desde “totalmente en desacuerdo” hasta “totalmente de acuerdo”.

2.3 Preguntas de Investigación

- ¿Cuál es el nivel de resiliencia de los primeros niveles de las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deportes y Educación Básica en la Universidad Técnica del Norte?
- ¿Cuál es el nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes de los primeros niveles de las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deportes y Educación Básica en la Universidad Técnica del Norte?
- ¿Cómo se correlaciona la adaptación a la vida universitaria y los niveles de resiliencia de los estudiantes foráneos de los primeros semestres de las carreras Pedagogía de la Actividad Física y Deportes y Educación Básica en la Universidad Técnica del Norte?

2.4 Matriz de operacionalización de variables

La siguiente matriz de operacionalización permite definir y estructurar de forma precisa las variables implicadas: resiliencia y adaptación a la vida universitaria. A partir del marco teórico desarrollado, se establecieron dimensiones e indicadores que permitieran medir de manera objetiva estos constructos. Por lo tanto, se puede identificar con claridad, qué aspectos específicos se midieron, qué instrumentos se utilizaron, a quiénes se dirigieron y qué técnicas de recolección de datos se emplearon.

Tabla 1 *Matriz de operacionalización de variables*

Variables	Dimensiones	Indicadores	Fuente de Información	Técnica
<i>Sociodemográfica</i>		1. Género		
		2. Edad		
		3. Autodefinición Étnica		
		4. Usted, tuvo que cambiar de residencia hacia la ciudad de Ibarra para estudiar la universidad: si su respuesta es SI , continúe con la encuesta; si su respuesta es NO , gracias por su colaboración, aquí termina su encuesta.	Estudiantes de las carreras de Educación Básica y Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.	Encuesta
		5. Usted proviene de:		
		6. Su residencia anterior a sus estudios fue en zona:		
		7. Usted vive:		
		8. Carrera:		
		9. Semestre		
	Competencia Emocional	21. Cuando tengo bajas calificaciones en una asignatura reconozco que debo esforzarme más.		
		22. Tengo la habilidad de considerar diferentes opciones y sus posibles consecuencias antes de decidir cómo actuar ante un problema.	Estudiantes de las carreras de Educación Básica y Pedagogía de la	

	24. Si no respondí correctamente un examen lo considero como una oportunidad para identificar en que mejorar en vez de tomarlo como un fracaso. 25. Ante las bajas calificaciones en una materia identifiqué las opciones disponibles para mejorar. 26. Cuando tengo muchas tareas complejas confío en mis habilidades para superarlas. 27. Creo que puedo manejar situaciones difíciles con éxito. 28. Si mi meta es terminar la universidad con buenas notas, me planteo objetivos en cada semestre para lograrlo. 29. Me siento mejor cuando hago reír a los demás y a mí mismo/a sobre los desafíos que enfrentamos. 30. Cuando me encuentro ante desafíos, recuerdo el propósito de mis metas para mantenerme motivado/a a superarlos. 31. Asumo que cometí errores cuando no obtengo los resultados que esperaba. 32. Confío en mi criterio y experiencia para tomar decisiones sin depender de la opinión de otros cuando realizo una tarea.	Actividad Física y Deporte.
Competencia Social	10. Sé que soy capaz de estudiar arduamente para mejorar mi promedio general. 11. Cuando estoy haciendo una tarea en clase, tomo decisiones que me permiten optimizar mi trabajo y entregarlo en el plazo establecido. 13. Cuando estoy haciendo una tarea importante y mi computadora o internet fallan, busco alternativas para completar.	Estudiantes de las carreras de Educación Básica y Test

	14. Si un proyecto grupal no avanza debido a la falta de compromiso y coordinación, tomo la iniciativa y propongo maneras para generar avances.	Actividad Física y Deporte.
	15. Cuando tengo muchos trabajos pendientes priorizo aquellos que son más complejos o que deben entregarse antes.	
	16. Cuando hago trabajos grupales y noto que un integrante está emocionalmente afectado adapto mi comportamiento para ser más comprensivo/a y solidario/a.	
	17. Si debo realizar un proyecto grupal muy extenso, me planteo objetivos para asegurarme de avanzar constantemente y cumplir con lo requerido.	Estudiantes de las carreras de
	12. Si tengo un problema con un familiar creo que puedo mejorar la relación si me lo propongo.	Educación Básica y Pedagogía de la
	18. Cuando enfrento un problema familiar soy capaz de encontrar soluciones.	Actividad Física y Test Deporte.
	19. Si un proyecto grupal no se desarrolla según lo planeado, identifico las causas del por qué el grupo no está realizando un buen trabajo.	
Orientación hacia el futuro	20. Encuentro la manera de trabajar con personas con las que no he trabajado antes incluso si me siento desmotivado/a.	
	23. Cuando estoy en un ambiente donde no conozco a nadie soy capaz de hacer nuevos amigos, aunque me sienta inseguro/a.	
	34. Estoy al día con los trabajos que me piden en los cursos.	
Adaptación académica (AA)	41. Estoy satisfecho con el ritmo con el que estoy estudiando.	
	45. Me gusta realizar los trabajos del ciclo académico.	Estudiantes de las carreras de
	51. Me he organizado bien para desarrollar los trabajos de las asignaturas.	Educación Básica y Test

<i>Adaptación a la vida universitaria</i>	Adaptación Institucional (AI)	35. Sé porque estoy en la universidad.	Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.
		42. Estoy satisfecho con mi decisión de entrar a estudiar en la universidad.	
		53. Espero acabar mis estudios en esta carrera.	
		54. Me gusta el trabajo académico que realiza la carrera.	
		55. Estoy pensando en cambiarme a otra carrera.	
		56. Estoy pensando seriamente en tomarme un tiempo de descanso de la universidad y continuar después.	
	Adaptación Social (AS)	38. Me estoy adaptando socialmente bien a la universidad.	Estudiantes de las carreras de Educación Básica y Test Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.
		43. Tengo amigos/as cercanos/as en la universidad.	
		57. Tengo amigos y conocidos en la carrera para hablarles de cualquier problema.	
		59. Estoy satisfecho con mi vida social en la universidad.	
	Adaptación Personal Emocional (APE)	33. Últimamente de siento nervioso.	
		36. Las actividades académicas me están resultando difíciles.	
		37. Últimamente experimento tristeza y cambios de humor.	
		39. Últimamente me siento cansado la mayor parte del tiempo.	
		40. Me resulta difícil estar solo ante tantas responsabilidades.	
		– 44. Últimamente no soy capaz de controlar mis emociones.	
		46. Últimamente tengo dolores de cabeza.	
		47. Últimamente pienso pedir ayuda psicológica.	

-
- 48. Últimamente he perdido o ganado peso.
 - 49. Últimamente me enfado con mucha facilidad.
 - 50. Últimamente no duermo bien.
 - 52. Últimamente, mis pensamientos se confunden con facilidad.
 - 58. Me resulta difícil afrontar el estrés que me produce la universidad.
-

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

La resiliencia se descompone en tres dimensiones clave: competencia emocional, competencia social y orientación hacia el futuro. Cada una incluye indicadores específicos como la capacidad de regular emociones, tomar decisiones en situaciones adversas o mantener la motivación ante dificultades. Por su parte, la adaptación a la vida universitaria se operacionaliza en cuatro dimensiones: académica, institucional, social y personal-emocional. Estas abarcan desde el cumplimiento con actividades académicas hasta la satisfacción con la vida social o el manejo del estrés. Los instrumentos seleccionados, la escala E-CREU para la resiliencia y el cuestionario SACQ para la adaptación universitaria se adaptaron al contexto de la muestra, y ambos utilizaron una escala tipo Likert. Los datos obtenidos mediante encuestas fueron fundamentales para cuantificar los niveles de ambas variables y, posteriormente, establecer la relación entre ellas.

Esta matriz cumple, entonces, una doble función: guía la recolección de datos y sustenta la validez del análisis correlacional entre resiliencia y adaptación, lo que contribuye a responder los objetivos específicos planteados en la investigación.

2.5 Participantes

2.5.1 Población o universo

El universo de estudio está constituido por 133 estudiantes pertenecientes a las carreras de Educación Básica y Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, distribuidos de la siguiente manera.

Tabla 2 *Distribución de universo de estudio periodo oct 2024-feb 2025*

Carrera	Hombres	Mujeres	Total
Educación Básica	4	22	26
Pedagogía de la Actividad Física y Deporte	5	15	20
TOTAL	9	37	46

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

2.5.2 Muestra

En un principio se consideró la posibilidad de realizar un censo, aplicando ambos test a la totalidad de estudiantes pertenecientes a las carreras seleccionadas. Sin embargo, este fin fue reconsiderado posteriormente debido a varios factores que se presentaron durante el proceso. No obstante, debido a diversas limitaciones como la falta de colaboración, interrupciones en el suministro eléctrico para la realización del cuestionario en línea y la escasa participación docente, solo 133 estudiantes completaron la encuesta. Por ende, para esta investigación se consideró únicamente a aquellos estudiantes que se encuentran actualmente en proceso de adaptación a la vida universitaria y que, además, no residen en la provincia de Imbabura, es decir, son de otro país, provincia u pueblo diferente a Ibarra, siendo estos un total de 46 estudiantes foráneos.

La muestra estudiada se compone de un 80,4% de mujeres y un 19,6% de hombres, con una edad promedio de 20.3 años. En cuanto a la composición étnica, predomina la población mestiza (84,8%), seguida de indígenas (10,9%), afrodescendientes (2,2%) y blancos (0%). El 2,2% restante se identifica con otras etnias. Respecto al lugar de origen, el 84,8% proviene de otras provincias, el 15,2% de Imbabura (excluyendo Ibarra) y ninguno de otro país. En términos de procedencia, el 67,4% proviene de áreas urbanas y el 32,6% de rurales. Por último, en cuanto al hogar, el 32,6% vive con familiares, el 63,0% vive solo y el 4,3% comparte vivienda con amigos o compañeros.

2.6 Procedimiento

El instrumento SACQ (Student Adaptation to College Questionnaire) / Adaptación a la vida universitaria experimentó una adaptación lingüística y cultural en su pregunta número 51 para la encuesta realizada en Microsoft Forms, la cual quedó formulada de la siguiente manera: "Me he organizado bien para desarrollar los trabajos de las asignaturas". Por otro lado, la Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (E-CREU) se mantuvo sin modificaciones, tal como fue elaborada y validada en el período anterior.

El instrumento de investigación fue digitalizado en la plataforma Microsoft Forms. Adicionalmente, se incluyó un formulario de consentimiento informado que los participantes debían aceptar antes de acceder al cuestionario. Una vez configurada la encuesta, se generó un enlace único que fue enviado a los estudiantes de las carreras de Educación Básica y Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, específicamente a aquellos matriculados en los niveles primero, segundo y tercero.

Con la autorización del Decanato de la FECYT, se gestionó con los coordinadores de las carreras de Educación Básica y Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, para informarles sobre la encuesta y solicitar su colaboración en el ingreso a cada uno de los cursos para la difusión del enlace. La plataforma Microsoft Forms se habilitó durante todo el mes de octubre de 2024, permitiendo a los estudiantes de primer, segundo y tercer nivel completar el cuestionario de manera virtual.

Una vez que se recompilo los datos por medio de la plataforma Microsoft Forms, se procedió a transferirlos al software estadístico SPSS, en su versión 25. Esta etapa fue fundamental para llevar a cabo los análisis estadísticos necesarios que permitieron responder los objetivos específicos establecidos en el plan de investigación. Además, para comprobar la fiabilidad de los instrumentos utilizados y de cada una de sus dimensiones, se aplicó el coeficiente Alfa de Cronbach.

2.7 Alfa de Cronbach

Para garantizar la confiabilidad de los instrumentos utilizados en la presente investigación, se recurrió al cálculo del coeficiente Alfa de Cronbach. Esta medida es utilizada en estudios cuantitativos debido a su capacidad para evaluar la consistencia interna de un conjunto de ítems que conforman una escala. En este contexto, se aplicó tanto a la Escala de la Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (E-CREU) como al Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria (SACQ), con el propósito de verificar que los ítems que integran cada uno de estos instrumentos midan efectivamente las dimensiones teóricas propuestas y produzcan resultados estables y fiables.

Tabla 3 *Alfa de Cronbach de los Instrumentos y Dimensiones*

Instrumento	Total Alfa de Cronbach	N de elementos
-------------	------------------------	----------------

Escala de Resiliencia (ECREU)	,872	23
Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria (SACQ)	,890	27

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

Los resultados obtenidos muestran un coeficiente Alfa de Cronbach de 0,872 para la escala E-CREU y de 0.890 para el Cuestionario SACQ. Estos valores superan el umbral mínimo aceptable de 0,70 propuesto por Nunnally (1978), indicando una alta consistencia interna en ambos instrumentos. Esto significa que los ítems de cada escala están estrechamente relacionados entre sí y miden de forma coherente las variables de resiliencia y adaptación a la vida universitaria, respectivamente. La alta confiabilidad obtenida respalda la validez de los datos recopilados y otorga solidez a los análisis e interpretaciones derivados de los mismos.

Con base en los objetivos propuestos en esta etapa, se puede afirmar que se logró plenamente la meta esperada, se estableció una metodología coherente y confiable que sustente el análisis de los niveles de resiliencia y adaptación en los estudiantes foráneos. La operacionalización de variables, junto con la aplicación de instrumentos adecuados a una muestra representativa, permitió obtener los datos necesarios para avanzar hacia una interpretación significativa de los resultados. De este modo, se sentaron las bases necesarias para responder las preguntas de investigación y facilitar el cumplimiento de los objetivos generales del estudio.

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Este capítulo permite contrastar el marco teórico y metodológico con los datos empíricos obtenidos. Asimismo, sienta las bases para el desarrollo de las conclusiones y recomendaciones, contenidas en los apartados finales, proporcionando una interpretación crítica de los hallazgos en función del contexto investigado.

Se espera que los resultados reflejen la importancia de la resiliencia como factor determinante en el proceso de adaptación de los estudiantes.

3.1 Estadísticos descriptivos

Esta tabla resume los valores de tendencia (media, mediana, moda), así como los índices de dispersión y los rangos (mínimos, máximos y percentiles), para cada una de las tres dimensiones evaluadas: competencia emocional, competencia social y orientación hacia el futuro, así como para el total global de resiliencia. Los resultados permiten identificar patrones generales en los niveles de resiliencia dentro del grupo evaluado, facilitando el análisis comparativo entre dimensiones.

Tabla 4 *Estadísticos descriptivos de las variables de estudio de Resiliencia*

		Total Competencia Emocional	Total Competencia Social	Orientación al Futuro	TOTAL RESILIENCIA
N	Válido	46	46	46	46
	Perdidos	0	0	0	0
Media		43,91	29,09	18,41	91,41
Mediana		44,00	30,00	19,00	92,50
Moda		43 ^a	30	20	84 ^a
Desv. Desviación		6,221	3,476	2,941	10,835
Varianza		38,703	12,081	8,648	117,403
Mínimo		20	20	12	54
Máximo		55	35	25	115
Percentiles	25	41,00	28,00	17,00	84,75
	75	48,00	31,25	20,00	98,00

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

De acuerdo con los datos obtenidos, la media más alta se registra en la dimensión de competencia emocional (M=43,91) y en el total de resiliencia (M=91,41), lo cual indica una percepción relativamente sólida de los estudiantes en cuanto a su capacidad para manejar

emociones y sobreponerse a las dificultades. No obstante, la mayor dispersión se observa en la puntuación total de resiliencia (Desv. Estándar= 10,835), lo que sugiere diferencias individuales significativas en esta habilidad. El rango de respuestas (mínimo= 54, máximo= 115) evidencia la diversidad de niveles resilientes entre los participantes, destacando la importancia de implementar estrategias diferenciadas de acompañamiento emocional que atiendan tanto a quienes presentan fortalezas como a aquellos que requieren mayor apoyo en el desarrollo de su resiliencia.

La presente tabla permite visualizar el comportamiento general de la muestra estudiantil en cada dimensión, mediante la descripción de medidas de tendencia central, dispersión y rangos. Estos datos resultan esenciales para comprender las áreas en las que los estudiantes foráneos enfrentan mayores desafíos o muestran fortalezas al integrarse a la vida universitaria.

Tabla 5 *Estadísticos descriptivos de las variables de estudio de Adaptación a la vida universitaria*

		Adaptación Académica	Adaptación Institucional	Adaptación Social	Adaptación Personal Emocional	TOTAL ADAPTACIÓN
N	Válido	46	46	46	46	46
	Perdidos	0	0	0	0	0
Media		14,70	23,96	14,85	33,78	87,2826
Mediana		15,00	24,50	15,00	33,00	83,5000
Moda		15	27 ^a	15	26 ^a	93,00
Desv. Desviación		2,430	4,253	2,951	12,173	15,50292
Varianza		5,905	18,087	8,710	148,174	240,341
Mínimo		9	16	7	13	64,00
Máximo		20	30	20	65	134,00
Percentiles	25	13,00	20,00	13,00	25,75	75,0000
	75	16,00	28,00	16,25	42,50	101,5000

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

Los resultados revelan que los puntajes medios más elevados se encuentran en la dimensión de adaptación personal-emocional (M= 33,78) y adaptación institucional (M= 23,96), lo que indica que los estudiantes foráneos, en promedio, han logrado establecer una conexión

significativa con la universidad y gestionar de forma aceptable sus emociones las exigencias del entorno. Sin embargo, esta última también presenta la mayor desviación estándar (12,173), reflejando una notable heterogeneidad entre los estudiantes en cuanto al manejo emocional. En contraste, la dimensión con menor variabilidad es la adaptación académica (Desv. Estándar= 2, 430), lo que sugiere una percepción más homogénea del desempeño en el ámbito académico.

3.2 Niveles de resiliencia

La resiliencia constituye una habilidad esencial para afrontar con éxito los retos que implica la transición a la vida universitaria, especialmente para los estudiantes foráneos que deben adaptarse a un entorno nuevo tanto académico como social. En este apartado, se presentan los niveles de resiliencia obtenidos a partir de la aplicación de la Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (E-CREU), desglosado los resultados en sus tres dimensiones fundamentales: competencia emocional, competencia social y orientación hacia el futuro. El análisis de estos niveles permitió comprender la capacidad de los estudiantes para manejar situaciones adversas, estableciendo relaciones interpersonales efectivas y proyectando metas a largo plazo, elementos clave en su proceso de adaptación y éxito académico.

Tabla 6 *Niveles de competencia emocional*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	12	26,1	26,1
Medio	25	54,3	80,4
Alto	9	19,6	100,0
Total	46	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

Se evidencia que un 54.3% de los estudiantes presenta un nivel medio de competencia emocional, reflejando habilidades moderadas con un amplio potencial de mejora. Sin embargo, un 26.1% evidenció un nivel bajo, lo que sugiere vulnerabilidades en áreas clave como la regulación emocional y el manejo del estrés, factores que podrían dificultar su adaptación universitaria y afectar su rendimiento académico y bienestar (Bisquerra y Pérez, 2007; López et al., 2016). Estos hallazgos resaltan la necesidad de implementar programas de educación emocional para fortalecer dichas competencias.

Tabla 7 *Niveles de competencia social*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	16	34,8	34,8
Medio	19	41,3	76,1

Alto	11	23,9	100,0
Total	46	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

El 41.3% de los participantes presenta un nivel medio de competencia social, siendo este el dato más destacado de los resultados. Este hallazgo coincide con investigaciones que resaltan la importancia de las habilidades sociales en contextos educativos, especialmente en etapas de transición como el paso de la niñez a la adolescencia, donde estas competencias son clave para enfrentar los retos emocionales e interpersonales característicos de esta etapa (Domitrovich et al., 2017). Asimismo, el contexto post pandemia parece haber influido significativamente en el desarrollo de estas habilidades, ya que el aislamiento social y la reducción de interacciones presenciales ralentizaron su evolución natural. Esto podría explicar por qué prevalece un nivel medio de competencia social entre los estudiantes, quienes parecen encontrarse en un proceso de readaptación a los entornos sociales presenciales tras este período de aislamiento.

Tabla 8 *Niveles de orientación hacia el futuro*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	16	34,8	34,8
Medio	20	43,5	78,3
Alto	10	21,7	100,0
Total	46	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

Los resultados muestran que el 43.5% de los estudiantes presenta un nivel medio de orientación hacia el futuro, lo que indica una moderada claridad en sus metas y planificación a largo plazo, pero con margen de mejora. En contraste, el 34.8% reporta un nivel bajo, reflejando posibles dificultades en la definición de objetivos y planificación, lo cual podría afectar su motivación y rendimiento académico (Kiuru et al., 2011). Solo el 21.7% alcanza un nivel alto, destacando su capacidad para proyectarse de manera estructurada hacia el futuro. Por lo cual, es fundamental promover programas de orientación vocacional que desarrollen habilidades de planificación y autodirección, ya que estas competencias son clave para facilitar la adaptación universitaria y potenciar el éxito académico.

Tabla 9 *Total de resiliencia*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	11	23,9	23,9
Medio	25	54,3	78,3
Alto	10	21,7	100,0
Total	46	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

El 56.5% de los estudiantes presenta un nivel medio de adaptación institucional, posicionándose como el grupo predominante y reflejando un ajuste parcial a las demandas del entorno universitario. Este nivel medio sugiere que, aunque los estudiantes logran cierta integración académica, persisten desafíos relacionados con el manejo del estrés, la regulación del tiempo y la percepción del apoyo institucional. Investigaciones actuales, como las de Caldera et al., (2016) señalan que la resiliencia, las estrategias de afrontamiento y la existencia de entornos inclusivos y motivadores son factores determinantes en la adaptación. Del mismo modo, estudios recientes subrayan que la implementación de programas de tutoría y redes de apoyo dentro de las universidades contribuye a fortalecer la integración académica y social, optimizando el bienestar y el rendimiento estudiantil. La adaptación institucional efectiva resulta crucial para reducir el abandono universitario y favorecer una experiencia académica más positiva y enriquecedora.

3.3 Niveles de adaptación a la vida universitaria

La adaptación a la vida universitaria representa un proceso complejo que abarca dimensiones académicas, sociales, institucionales y personales-emocionales, influyendo directamente en el bienestar y desempeño de ellos estudiantes foráneos. En este apartado, se presentan los niveles de adaptación obtenidos a partir del Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria (SACQ), analizando cada dimensión de forma específica. El objetivo es identificar cómo los estudiantes logran integrarse a las exigencias académicas, establecer vínculos sociales, fortalecer su sentido de pertenencia institucional y gestionar los desafíos emocionales, proporcionando una visión integral de su proceso de ajuste al nuevo entorno universitario.

Tabla 10 *Niveles de adaptación académica*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	13	28,3	28,3
Medio	23	50,0	78,3
Alto	10	21,7	100,0
Total	46	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

El análisis revela que el 50% de los estudiantes presentan un nivel medio de adaptación académica, lo cual es el dato más relevante. Este hallazgo coincide con estudios recientes que sugieren que la adaptación académica durante los primeros años universitarios es un desafío común, especialmente en contextos donde la transición escolar no garantiza una preparación adecuada para las demandas de la educación superior. Factores como el estrés académico, la falta de estrategias de autorregulación y el apoyo social insuficiente afectan el desempeño y bienestar de los estudiantes, lo cual puede explicar este resultado. Investigaciones, como las de Rodríguez y Sotelo (2014) destacan que la adaptación académica implica esfuerzos continuos por ajustarse a demandas personales y contextuales, tales como métodos de estudio y relaciones interpersonales en la universidad.

Tabla 11 *Niveles de adaptación institucional*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	12	26,1	26,1
Medio	26	56,5	82,6
Alto	8	17,4	100,0
Total	46	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

El 56.5% de los estudiantes reportan un nivel medio de adaptación institucional, lo cual indica que más de la mitad enfrenta desafíos moderados en su integración a la dinámica universitaria. Este hallazgo coincide con estudios actuales que muestran que factores como la percepción del entorno académico, la calidad de los servicios ofrecidos por la institución y el sentido de pertenencia afectan directamente los niveles de adaptación institucional. Investigaciones como las de López et al., (2023) y Orozco (2010) subrayan la importancia de contar con sistemas de apoyo institucional que faciliten la transición al ámbito universitario, promoviendo la adaptación a través de una infraestructura académica y administrativa adecuada, así como el fortalecimiento de competencias personales y sociales. Es fundamental que las instituciones educativas implementen programas específicos de integración, como mentorías o actividades orientadas a fomentar un sentido de comunidad y pertenencia, que permitan reducir las dificultades y potenciar el éxito académico de los estudiantes.

Tabla 12 *Niveles de adaptación social*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	14	30,4	30,4
Medio	21	45,7	76,1
Alto	11	23,9	100,0
Total	46	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

La tabla muestra que el 45,7% de los estudiantes presenta un nivel medio de adaptación social, lo que indica que la mayoría tiene una integración moderada al entorno universitario. Este hallazgo es relevante, ya que investigaciones actuales sugieren que la adaptación social en estudiantes universitarios está influenciada por factores como el estrés académico, la calidad de las relaciones interpersonales y la percepción de apoyo social (Barreto et al., 2023; Sardinha et al., 2022). Además, la transición a la vida universitaria ha generado dificultades adicionales en la construcción de vínculos sociales sólidos, lo que puede impactar en el bienestar y rendimiento académico. Ante este panorama, es necesario que las instituciones educativas implementen estrategias de intervención centradas en el desarrollo de habilidades socioemocionales, la promoción de redes de apoyo y la creación de espacios que faciliten la interacción y pertenencia, fortaleciendo así la adaptación social y el éxito académico de los estudiantes.

Tabla 13 *Niveles de adaptación personal y emocional*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	11	23,9	23,9
Medio	24	52,2	76,1
Alto	11	23,9	100,0
Total	46	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

El 52.2% de los estudiantes presenta un nivel medio de adaptación personal y emocional, lo que indica que muchos logran ajustarse parcialmente a las demandas universitarias, aunque persisten retos como el manejo del estrés y la regulación emocional. Estudios recientes destacan que factores como la resiliencia y el soporte social son clave para facilitar este proceso (Nuñez y Vásquez de la Bandera, 2022) Por ello, resulta fundamental implementar programas institucionales que fortalezcan estas habilidades y promuevan estrategias de afrontamiento saludables, contribuyendo así a una adaptación académica y personal más efectiva.

Tabla 14 *Total adaptación a la vida universitaria*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	12	26,1	26,1
Medio	23	50,0	76,1
Alto	11	23,9	100,0
Total	46	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

Los resultados del nivel total de adaptación a la vida universitaria indican que el 50.0% de los estudiantes presenta un nivel medio, seguido por un 26.1% en el nivel bajo y un 23.9% en el nivel alto. Esto evidencia que la mayoría de los estudiantes logra una adaptación moderada, aunque un cuarto de ellos enfrenta dificultades significativas. Estos resultados coinciden con investigaciones como las de Sánchez y Martínez (2013), que destacan la influencia del estrés académico y las habilidades de afrontamiento en la adaptación universitaria, subrayando la necesidad de intervenciones para fortalecer el bienestar y la integración de los estudiantes.

3.4 Correlación entre adaptación a la vida universitaria y niveles de resiliencia

Antes de elegir el estadístico más adecuado para analizar la relación entre la adaptación a la vida universitaria y los niveles de resiliencia, primero fue necesario verificar si los datos de ambas variables seguían una distribución normal. Para lo cual, se aplicó la prueba de Shapiro-Wilk, que permitió identificar si los datos se ajustaban o no a una distribución normal. Esta verificación fue clave para poder decidir con mayor seguridad qué tipo de análisis estadístico era el más apropiado para la investigación.

Tabla 15 *Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Total resiliencia	,274	46	,000	,802	46	,000
Total adaptación a	,251	46	,000	,808	46	,000

la vida universitaria

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

En el caso de la variable resiliencia, los resultados la prueba (Shapiro-Wilk) indican un valor de significancia de 0.000 (P valor $< 0,05$), el cual es menor al nivel de significancia estándar de 0.05. Esto sugiere que los datos no siguen una distribución normal. El estadístico obtenido en la prueba de Shapiro-Wilk fue de 0.802, lo que confirma la falta de ajuste de los datos a un modelo de distribución normal.

De manera similar, para la variable adaptación a la vida universitaria, el valor de significancia de 0.000 ($P < 0.05$) obtenido en la prueba de Shapiro-Wilk es claramente inferior al nivel de significancia estándar de 0.05. Además, el estadístico alcanzó un valor de 0.808, lo que confirma que los datos de esta variable no se ajustan a una distribución normal. Estos resultados fortalecen la conclusión de la falta de normalidad en su distribución.

Dado que ambas variables no presentan una distribución normal, se optó por utilizar el estadístico R de Spearman para analizar la correlación entre ellas.

Tabla 16 *Correlación entre Adaptación a la Vida Universitaria y Resiliencia (Rho de Spearman)*

			TOTAL RESILIENCIA	TOTAL ADAPTACIÓN
Rho de Spearman	TOTAL RESILIENCIA	Coeficiente de correlación	1,000	,424**
		Sig. (bilateral)	.	,003
		N	46	46
	TOTAL DE ADAPTACIÓN	Coeficiente de correlación	,424**	1,000
		Sig. (bilateral)	,003	.
		N	46	46

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

La resiliencia y la adaptación a la vida universitaria son factores clave para el éxito académico, evidenciando una correlación positiva media ($r_s = 0.424$, $p = 0.003$), lo que sugiere que los estudiantes con mayores niveles de resiliencia suelen adaptarse mejor al entorno universitario. Ambas variables no muestran una distribución normal, según los resultados de la prueba Shapiro-Wilk ($p = 0.000$), lo que refleja la diversidad en las experiencias y habilidades de los participantes. La resiliencia, entendida como la capacidad para enfrentar desafíos, está estrechamente vinculada con la adaptación, que incluye la integración en los aspectos académicos, sociales y emocionales de la universidad. Estos hallazgos destacan la importancia de desarrollar estrategias que refuercen ambas dimensiones para promover el bienestar y el éxito estudiantil.

En este estudio se recurrió al coeficiente de correlación de Spearman, dada la no normalidad de las variables analizadas. La interpretación de dicho coeficiente se resume en la siguiente tabla, que clasifica los valores obtenidos en distintas categorías (baja, media, alta y perfecta) permitiendo así una mejor comprensión del grado de relación existente entre las variables estudiadas. Esta tabla actúa como una herramienta clave para traducir los valores numéricos en significados prácticos y comprensibles. Por ejemplo, un coeficiente dentro del rango de 0,35 a 0,65 se considera una correlación media, lo cual implica una relación moderada entre dos variables. Esto resulta especialmente útil al momento de analizar los hallazgos principales del estudio, como el coeficiente 0,424 encontrado entre resiliencia y adaptación universitaria, el cual se sitúa en el rango medio, indicando una asociación significativa pero no determinante.

Tabla 17 *Interpretación del coeficiente de correlación*

VALOR	INTERPRETACIÓN
< 0,35	Correlación baja
0,35 – 0,65	Correlación media
0,66 – 0,95	Correlación alta
0,96 - 1	Correlación perfecta

Un coeficiente de 0,424 indica que existe una correlación media entre la resiliencia y la adaptación a la vida universitaria. Esto significa que, en general, los estudiantes con mayores niveles de resiliencia tienden a adaptarse mejor a las exigencias, desafíos y cambios que implica la vida universitaria, pero esta relación no es lo suficientemente fuerte como para ser considerada alta.

Un estudio realizado por Smith et al. (2020) analizó la correlación entre la cantidad de actividad física semanal y los niveles de ansiedad en adultos. Se encontró un coeficiente de correlación de $*0,55*$, lo que indica una correlación media según la tabla. Esto sugiere que un aumento en la actividad física se asocia moderadamente con una reducción de la ansiedad. Los autores concluyen que, aunque la relación no es fuerte, es lo suficientemente significativa como para recomendar la actividad física como estrategia para mejorar la salud mental.

Pérez y López (2018) investigaron el impacto del uso de plataformas digitales en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Los resultados mostraron un coeficiente de correlación de $*0,68*$, clasificado como una correlación alta. Esto indica que los estudiantes que utilizan tecnologías educativas tienen una tendencia considerable a obtener mejores calificaciones. Los investigadores sugieren que estas herramientas pueden ser integradas como parte fundamental de los métodos de enseñanza.

Los resultados presentados en este capítulo reflejan que se logró cumplir con el objetivo principal de la investigación, que consistía en analizar la relación entre la resiliencia y la adaptación a la vida universitaria en estudiantes foráneos. A partir de los instrumentos aplicados, se pudo identificar que la mayoría de los estudiantes muestran niveles moderados tanto de resiliencia como de adaptación. Además, se evidenció una correlación positiva y significativa entre ambas variables, lo que confirma la conexión entre estos dos aspectos en el contexto universitario. Esta relación confirma que aquellos estudiantes con mayores niveles de competencia emocional, social y orientación hacia el futuro tienden a adaptarse mejor en los ámbitos académico, institucional, social y personal-emocional, cumpliendo así con los objetivos específicos del estudio.

Asimismo, los hallazgos respaldan la hipótesis planteada en la investigación, demostrando que la resiliencia constituye un factor clave en el proceso de la vida universitaria. Por tanto, puede concluirse que el estudio alcanzó satisfactoriamente sus metas, proporcionando evidencia empírica que justifica la necesidad de implementar estrategias institucionales que fortalezcan las competencias socioemocionales de los estudiantes foráneos, facilitando así su integración y permanencia en el entorno universitario.

CONCLUSIONES

1. Las teorías de resiliencia y adaptación a la vida universitaria, sustentadas por los aportes de Rutter, Werner, Smith, Luthar y otros investigadores, convergen en la importancia de un enfoque integral que combine habilidades internas y factores externos para afrontar los desafíos de la vida universitaria. La resiliencia actúa como un recurso psicológico clave para manejar adversidades, mientras que la adaptación permite que los estudiantes asimilen y superen las demandas académicas, sociales y personales. Estas perspectivas resaltan el papel de las instituciones educativas en la implementación de estrategias que fortalezcan ambos aspectos, promoviendo el bienestar y éxito de los estudiantes foráneos.
2. El análisis de los niveles de resiliencia muestra que el nivel medio predomina en el 54.3% de los estudiantes, lo cual refleja una capacidad parcial para enfrentar los desafíos del entorno universitario. Aunque los estudiantes foráneos logran cierta integración académica, persisten dificultades relacionadas con el manejo del estrés, la regulación del tiempo y la percepción limitada del apoyo institucional. Esta situación puede traducirse en un ajuste incompleto a las demandas académicas y personales, aumentando la vulnerabilidad al estrés, la frustración y el riesgo de desmotivación o abandono universitario.
3. El nivel medio de adaptación a la vida universitaria, que predomina en el 50% de los estudiantes, evidencia que la mayoría de ellos logra un ajuste parcial a las demandas académicas, sociales y personales del entorno universitario. Sin embargo, este nivel también refleja que aún enfrentan desafíos importantes, como el manejo del estrés, la organización del tiempo y la construcción de redes de apoyo efectivas. Aunque los estudiantes con este nivel de adaptación logran avanzar en su proceso académico, estas dificultades pueden limitar su bienestar y rendimiento, generando incertidumbre o desmotivación en ciertas etapas de su trayectoria universitaria.
4. Al analizar los resultados, se encontró que existe una relación significativa entre la resiliencia y la adaptación a la vida universitaria. Esta correlación es de nivel medio ($r_s = 0.424$, $p = 0.003$), lo que sugiere que, en general, los estudiantes foráneos que presentan mayores niveles de resiliencia tienden a adaptarse mejor a las exigencias del entorno universitario. La resiliencia, entendida como esa capacidad para afrontar dificultades y salir adelante, se relaciona de forma directa con el ajuste académico, social y emocional que implica la vida universitaria. Aunque la fuerza de esta relación no es alta, sí es lo suficientemente significativa como para considerar que fomentar la resiliencia podría contribuir positivamente a una mejor adaptación y al bienestar general de los estudiantes.

RECOMENDACIONES

1. Fortalecer estrategias integrales de resiliencia y adaptación que las instituciones educativas implementando programas que combinen el desarrollo de habilidades internas, como la regulación emocional y la resolución de problemas, con la mejora de factores externos, como redes de apoyo y tutorías académicas. Esto puede lograrse mediante talleres de formación en habilidades socioemocionales, la creación de espacios de mentoría y el fortalecimiento de servicios de bienestar estudiantil. Estos programas deben enfocarse especialmente en los estudiantes foráneos, quienes enfrentan desafíos adicionales al adaptarse a un entorno nuevo.
2. Fomentar programas para el manejo del estrés y la gestión del tiempo, diseñando talleres prácticos sobre manejo del estrés y organización del tiempo. Estos programas pueden incluir planificación de actividades y estrategias de priorización académica. Asimismo, se recomienda evaluar y mejorar la percepción de apoyo institucional mediante encuestas periódicas, asegurando que los estudiantes se sientan respaldados en su trayectoria educativa.
3. Crear redes de apoyo efectivas y promover la integración social, donde las universidades deben incluir la creación de programas de acompañamiento entre estudiantes, clubes universitarios y actividades extracurriculares diseñadas para facilitar la interacción entre alumnos de diferentes contextos. Al mismo tiempo, se deben fortalecer los canales de comunicación entre los estudiantes y los servicios institucionales para identificar y abordar sus necesidades específicas.
4. Ante la correlación significativa entre resiliencia y adaptación a la vida universitaria, se recomienda desarrollar intervenciones enfocadas en fortalecer la resiliencia. Esto podría incluir módulos de aprendizaje basados en la resolución de problemas, la práctica de afrontamiento positivo y el entrenamiento en habilidades de autorregulación. Estos esfuerzos deben estar integrados en el currículum o en servicios extracurriculares, priorizando a los estudiantes con niveles bajos de resiliencia para maximizar el impacto en su adaptación y bienestar.

REFERENCIAS

- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES. *Dipòsit Digital de La Universitat de Barcelona*, 61–82. <https://hdl.handle.net/2445/111324>
- Caldera, J., Aceves, B., & Reynoso, Ó. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19(36), 227–239. <https://doi.org/http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>
- Carretero, R. (2010). Resiliencia. Una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales. *Revista crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas. Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, 27(3), 1–14. <http://www.redalyc.org/pdf/181/18113757004.pdf>
- Castaño, F. (2021). *I Ciedhu Humano Y* (L. M. Ortiz, C. A. Castañeda, & A. de la H. Gascón (eds.); Editorial). https://www.researchgate.net/profile/Eduardo-Sandoval-Obando/publication/354148891_Generatividad_y_Developmento_Socioemocional_en_el_Profesorado_Desafios_e_Implicancias_Educativas_Actuales/links/61278ec7c69a4e48795bb6d5/Generatividad-y-Desarrollo-Socioemoci
- Cortés Recaball, J. E. (2010). La Resiliencia: Una Mirada Desde La Enfermería. *Ciencia y Enfermería*, 16(3), 27–32. <https://doi.org/10.4067/s0717-95532010000300004>
- Cuadros, J. (2021). Adaptación a La Vida Universitaria De Los Estudiantes De La Universidad Peruana Los Andes De Huancayo [UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ]. In *Universidad Nacional Del Centro Del Centro De Posgrado*. <http://repositorio.uncp.edu.pe/handle/UNCP/5992>
- Díaz, Y. L., Salazar, C. M., & Zamora, Y. S. (2013). Factores de resiliencia en estudiantes de carreras pedagógicas de una universidad estatal de la Región de Valparaíso. *Revista de Psicología-Universidad Viña Del Mar*, 3(5), 76–89. <https://repositorio.uvm.cl/handle/20.500.12536/546>
- Dominguez-Lara, S., Prada-Chapoñan, R., & Gravini-Donado, M. (2019). Internal structure of Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) in first-year university students. *Educacion Medica*, 22(September), 335–345. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2019.06.004>
- Duche, A., Paredes, F., Gutiérrez, O., & Carcausto, L. (2020). Transición a la vida

- universitaria. *Tránsito y Andadura En La Universidad*, XXVI, 244–258. <https://doi.org/10.2307/j.ctvckq8dj.5>
- Elvis Dumont; Anderson García; Felix Colina Ysea. (2018). *Resiliencia en Estudiantes Universitarios*. 2001, 43–78.
- Estrada Araoz, E. G., & Mamani Uchasara, H. J. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 56–68. <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.491>
- Gamboa, K. B. (2021). *Niveles de resiliencia en estudiantes de Estomatología en la Universidad de Ciencias Médicas de Camagüey Resilience levels in Dentistry students at Camagüey University of Medical Sciences*. 13(1), 1–15.
- García-rojas, K., Salazar-salvatierra, E., & Barja-ore, J. (2021). *Artículo I Estres Obstetricia*. 24(2), 95–99.
- Gomez, S. (2012). *Metodología de la investigación* (M. E. Buendía (ed.); 1a. ed.). México: Red Tercer Milenio. <https://www.studocu.com/latam/document/universidad-autonoma-de-santo-domingo/metodologia-de-la-inv-cientif/metodologia-de-la-investigacion-sergio-gomez-bastar/10076528>
- Guzmán-Torres, C., Almeida-Castro, D., Mediavilla-Males, L., & Sánchez-Fuel, B. (2025). DISEÑO Y VALIDACIÓN DE LA ESCALA DE CAPACIDAD RESILIENTE DEL ESTUDIANTE UNIVERSITARIO (ECRE-U) DESING AND VALIDATION OF A UNIVERSITY STUDENT RESILIENT CAPA- CITY SCALE (ECRE-U). *Conrado*, 21(103), 13. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/4400>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2017). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN*. In *Экономика Региона* (McGRAW-HIL).
- Jadue, G., Galindo, A., & Navarro, L. (2005). Estudios pedagógicos (Valdivia). *Estudios Pedagógicos*, 31(2), 43–55. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052005000200003> Servicios
- Kiuru, N., Leskinen, E., Nurmi, J. E., & Salmela-Aro, K. (2011). Síntomas depresivos durante la adolescencia: ¿Importan las dificultades de aprendizaje? *International Journal of Behavioral Development*, 35(4), 298–306. <https://doi.org/10.1177/0165025410396764>

- López-Aguilar, D., Álvarez-Pérez, P. R., & González-Benítez, N. (2023). Modelo sobre adaptabilidad de estudiantes en tránsito en la universidad. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 25, 1–17. <https://doi.org/10.24320/redie.2023.25.e10.4398>
- López, L., Amutio, A., Oriol, X., & Bisquerra, R. (2016). Habits Related to Relaxation and Mindfulness in High School Students: Influence on Classroom Climate and Academic Performance // Hábitos relacionados con la relajación y la atención plena (mindfulness) de estudiantes de secundaria: influencia en el clima. *Revista de Psicodidáctica / Journal of Psychodidactics*, 21(1), 121–138. <https://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.13866>
- Luthar, S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Morales, M., & Chávez, J. (2020). Planeación y proyección de metas: su importancia en la adaptación a la vida universitaria. *Revista Electrónica Sobre Educación Media y Superior*, 7(14), 16. <https://www.cemys.org.mx/index.php/CEMYS/article/view/296/324>
- Núñez, A., & Vásquez de la Bandera, F. (2022). Resiliencia y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 8502–8515. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4016
- Orozco, L. E. (2010). Calidad académica y relevancia social de la educación superior en América Latina. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 1(1), 24–36. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-28722010000100003&script=sci_arttext
- Pablos, J., Colás, P., González, T., & Jiménez, R. (2007). La adaptación de las universidades al espacio europeo de educación superior. Un procedimiento metodológico para el diseño de planes estratégicos. In *Revista de investigación educativa, RIE* (Vol. 25, Issue 2, pp. 533–554). Tevista de Investigación Educativa. <http://hdl.handle.net/10201/45500>
- Ponte, A. (2017). *Universidad Privada Antenor Orrego Facultad De Medicina Escuela Profesional De Psicología Adaptación a La Vida Universitaria Y Resiliencia En Estudiantes* [UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO]. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/3439>
- Rodríguez-Ayan, M., & Sotelo, M. (2014). *Cuestionario de Adaptación a la Vida*

- Universitaria (CAVU)*. <https://www.redalyc.org/pdf/3334/333432764006.pdf>
- Rodríguez-González, M. S., Tinajero-Vacas, C., Guisande-Cougaño, M. A., & Páramo-Fernández, M. F. (2012). The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) for use with Spanish students. *Psychological Reports*, 111(2), 624–640. <https://doi.org/10.2466/08.10.20.PR0.111.5.624-640>
- Rodríguez, A. (2020). RESILIENCIA. In *Salta la Garra Blanca descontrolada* (Vol. 26, Issue 80, pp. 95–112). Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales. CLACSO. <https://doi.org/10.2307/j.ctv1gm032t.8>
- Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN: LAS RUTAS CUANTITATIVA, CUALITATIVA Y MIXTA. In *Revista Universitaria Digital de Ciencias Sociales (RUDICS)* (McGRAW-HIL, Vol. 10, Issue 18). Universidad Tecnológica Laja Bajío.
- Tello Yancha, P. A., & Céspedes Guachamboza, D. A. (2023). Dependencia emocional y su relación con la resiliencia en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 3189–3206. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4650
- Venegas, K. S. (2015). *Revista Electrónica de Psicología Iztacala STRESS MANAGEMENT FOR FOREIGN STUDENTS AND ACADEMIC EXCHANGE*. 4.
- Ventura, J. (2023). *Adaptación a la vida universitaria del estudiante indígena de comunas rurales del norte grande de Chile*. 1–65. [http://repositorio.udec.cl/jspui/bitstream/11594/10954/1/Ventura Ventura%2C %2C Juan Tesis.pdf](http://repositorio.udec.cl/jspui/bitstream/11594/10954/1/Ventura%20Ventura%20Juan%20Tesis.pdf)
- Werner, E. E. (1997). Vulnerable but invincible: High-risk children from birth to adulthood. *Acta Paediatrica, International Journal of Paediatrics, Supplement*, 86(422), 103–105. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.1997.tb18356.x>

ANEXOS

Test Aplicado en Microsoft Forms



The image shows a screenshot of a Microsoft Forms survey. On the left, there is a decorative graphic with a purple graduation cap and a book. The main content area has a light gray background with the following text:

RESILIENCIA Y ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA 🔗

Consentimiento Informado:
Estimado estudiante, usted ha sido invitado a participar voluntariamente de esta investigación que tiene como objetivo contribuir al conocimiento de la resiliencia y adaptación a la vida universitaria de estudiantes de la UTN. Debe saber que participar de este estudio no conlleva ningún riesgo físico ni psicológico. Los resultados individuales de este cuestionario son estrictamente anónimos y confidenciales y, en ningún caso, accesibles a otras personas. Si usted tiene alguna duda, puede comunicarse al correo:

A continuación, encontrará una serie de enunciados. No existen respuestas mejores o peores, la respuesta correcta es aquella que expresa verdídicamente su propia experiencia.

Instrucciones:

1. Conteste cada pregunta con sinceridad.
2. Seleccione **una sola respuesta** en cada pregunta.

Se adjunta el enlace del test aplicado

[Análisis de la Resiliencia y Adaptación a la Vida Universitaria](#)



FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
FECYT

Ibarra, 14 de octubre de 2024

Doctor
Elmer Meneses
COORDINADOR DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Presente

En el marco de las acciones investigativas que la carrera de Psicopedagogía está desarrollando como Trabajo de Integración Curricular, solicito comedidamente su autorización y colaboración para que el estudiante **NÚÑEZ LUCERO ZARA PIEDAD, C.C. 100433564 - 0**, del octavo nivel de la carrera de Psicopedagogía, pueda aplicar una encuesta virtual, en el link <https://forms.office.com/r/r5GFyqtVFi>, a los estudiantes de los niveles; PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO, de la carrera de PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE, en aproximadamente 15 minutos, para el desarrollo de la investigación "RESILIENCIA Y ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA DE LOS ESTUDIANTES FORÁNEOS DE LOS PRIMEROS NIVELES", información personal que es anónima y confidencial.

Por la atención favorable a la presente, anticipo mis sinceros agradecimientos.

Atentamente

Dr. José Revelo
DECANO DE LA FECYT



FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
FECYT

Ibarra, 14 de octubre de 2024

Magister
Milton Mora
COORDINADOR DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

Presente

En el marco de las acciones investigativas que la carrera de Psicopedagogía está desarrollando como Trabajo de Integración Curricular, solicito comedidamente su autorización y colaboración para que el estudiante **NÚÑEZ LUCERO ZARA PIEDAD, C.C. 100433564-0**, del octavo nivel de la carrera de Psicopedagogía, pueda aplicar una encuesta virtual, en el link <https://forms.office.com/r/r5GFygtVFi>, a los estudiantes de los niveles; PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO, de la carrera de EDUCACIÓN BÁSICA, en aproximadamente 15 minutos, para el desarrollo de la investigación "RESILIENCIA Y ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA DE LOS ESTUDIANTES FORÁNEOS DE LOS PRIMEROS NIVELES", información personal que es anónima y confidencial.

Por la atención favorable a la presente, anticipo mis sinceros agradecimientos.

Atentamente



Dr. José Revelo
DECANO DE LA FECYT


2024-10-28
Hoy a las
18:00