

ESTUDIO COMPARATIVO DE LA PERCEPCIÓN DE RESILIENCIA Y APOYO
SOCIAL ENTRE DOS GRUPOS DE ALUMNADO UNIVERSITARIO DEL INICIO Y
DEL FINAL DE ESTUDIOS

Alumnos: Tamara Alejo Trujillo, María Rosario Cota Bedoya y Marlon Fabián García Torres.

Tutor: Pedro Javier Castañeda García.

Trabajo de Fin de Grado de Psicología

Universidad de La Laguna

Curso académico 2019-2020



Resumen

El presente trabajo de grado analiza y compara la resiliencia y el apoyo social que perciben dos grupos de alumnado universitario de primero y de último curso. Han participado 100 alumnas y alumnos voluntarios de grado de Psicología, la mitad de ellos por cada uno de esos dos cursos. Se les entrevistó mediante un cuestionario que incluía datos sociodemográficos, el grado en que la persona piensa que su éxito ha sido motivado por familiares, la percepción de apoyo social de familia y amistades, y su nivel de resiliencia. La aplicación de la entrevista se hizo vía online.

Los datos obtenidos fueron analizados mediante **análisis descriptivos**, como son los porcentajes para las variables nominales/ordinales, la media, desviación típica, además de máximo y mínimo para las variables cuantitativas. También se realizaron **análisis inferenciales** mediante pruebas como: Kruskal Wallis, correlación de Pearson y chi cuadrado. Los resultados obtenidos mostraron que las variables resiliencia y apoyo social están íntimamente relacionadas. Además, se observó que el apoyo de las amistades es un factor que influye de manera positiva y significativa en el apoyo.

Conclusiones: Dada la escasez en el tamaño de la muestra no se observan grandes diferencias, pero sí se podría afirmar la existencia de correlación entre ambas variables de estudio, ya que en cuanto más estrategias de afrontamiento (resiliencia) posean los alumnos, mayor será el apoyo social percibido.

Palabras clave: Resiliencia, apoyo social, alumnado universitario, bienestar subjetivo.

Abstract

This research analyses and compares the resilience and social support perceived by two groups of first and last year university students. One hundred students of Psychology have participated, half of them for each of these two courses. They were interviewed by means of a questionnaire that included sociodemographic data, the degree to which the person thinks that their success has been motivated by family members, the perception of social support from family and friends, and their level of resilience. The application of the interview was done online.

The data were analyzed through descriptive analyses, such as percentages for nominal/ordinary variables, mean, standard deviation, and maximum and minimum for quantitative variables. Inferential analysis was also performed through tests such as: Kruskal Wallis, Pearson's correlation and chi-square. The results showed that the variables resilience and social support are related. In addition, it was observed that support from friends is a factor that influences support in a positive and significant way.

Conclusions: Due to the insufficient sample size, no great differences are observed, but it could be said that there is a correlation between both study variables, since the more coping strategies (resilience) students have, the greater the perceived social support.

Key Words: Resilience, social support, university students, subjective well-being.

Introducción

Dos factores que explican en la población adulta general una buena parte del bienestar subjetivo son la resiliencia y el apoyo social. Entendiendo a la resiliencia como una cualidad positiva que mejora la adaptación del individuo ante situaciones adversas (Connor & Davidson, 2003). Mientras que el apoyo social es comúnmente descrito como la percepción subjetiva del individuo respecto a la adecuación del soporte proporcionado por la red social como la familia, amigos y resto de personas del entorno (Chu et al., 2010).

Ambos conceptos incluidos en el bienestar subjetivo correlacionan con dimensiones estrechamente relacionadas con las emociones positivas, el impacto negativo y la satisfacción con la vida (Pavot & Diener, 1993). En relación a las emociones, la satisfacción con la vida se refiere a juzgar y evaluar la calidad de vida de las personas frente a las circunstancias (Seligson et al., 2003). Existen distintas formas de evaluar dicha satisfacción con la vida: una de ellas consiste en evaluar las áreas específicas que la conforman. Por ejemplo, la familia, amigos o el trabajo (Seligson et al., 2005).

Los avances en la medición de este bienestar en la población, informan sobre factores relacionados con diferencias o agentes individuales en el bienestar y sus consecuencias, además de la identificación de grupos de riesgo, con el fin de favorecer una correcta aportación de apoyo y recursos (Tomyn & Cummins, 2011). En este sentido la importancia de estos factores o diferencias individuales facilitan la correcta adaptación a todas estas situaciones excepcionales. Autores como Masten & Tellegen (2012) destacan como el concepto más significativo e indicador de la adaptación exitosa a la resiliencia. Este concepto habla de una combinación de factores que permiten a una persona, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida (Munist et al., 1998). Esta implica exceder los potenciales efectos negativos producidos por la exposición al riesgo mediante estrategias positivas de fortalecimiento y afrontamiento (Fergus & Zimmerman, 2005).

Por otra parte, la resiliencia también ha sido conceptualizada como un factor de protección, conteniendo tanto factores ambientales como constitucionales. Beardslee (1989) indicó que la resiliencia es una habilidad para adaptarse y para restaurar el equilibrio viniendo acompañada de autoconfianza, curiosidad, autodisciplina, autoestima y control sobre el ambiente.

Una de las primeras definiciones se localiza en el año 1992 con Rutter & Rutter, quien la define como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” en un medio “insano”. Estos procesos tendrían lugar a través del tiempo, dando afortunadas combinaciones de atributos de la persona con su ambiente familiar, social y cultural. Es así que la resiliencia no puede ser pensada como un atributo con que las personas nacen o que adquieren durante su desarrollo, sino que se trataría de un proceso que caracteriza un complejo sistema social en un momento determinado del tiempo.

Un factor psicosocial que también está asociado al bienestar en la adultez emergente es el apoyo social percibido (Chu et al., 2010). Se trata de un fenómeno complejo y dinámico que comprende un conjunto de elementos en interacción y que evoluciona con el paso del tiempo (Cohen, 2004). La importancia y explicación teórica de este concepto, se sostiene en la comprensión de que el ambiente, ejerce una gran influencia sobre el refuerzo de las emociones, y que una vez este ambiente social percibido es estable y seguro (en el que se estimulen las potencialidades) posiblemente se vean incrementados los recursos de los que disponen los individuos, con el fin de mejorar sus habilidades (Snyder & Lopez, 2009).

Este trabajo se realiza con la finalidad de comprobar, con un diseño metodológico transversal, si existen cambios en la resiliencia y la percepción de apoyo recibido entre los alumnos de primer año de carrera y último.

Antecedentes en el estudio de la resiliencia y el apoyo social en alumnado universitario

Investigar este bienestar en estudiantes universitarios es de suma importancia, ya que, además de sufrir cambios a nivel físico durante la adolescencia y adultez emergente, componen un grupo expuesto a presiones y tensiones psicosociales en virtud de su adaptación a nuevos entornos sociales y físicos, afrontando cambios en sus redes sociales de pertenencia, y expuestos a responder ante altas exigencias académicas y sociales, constituyéndose en un grupo particularmente vulnerable (Zullig et al., 2006).

Según lo expuesto anteriormente, muchos autores vieron la necesidad de acuñar un término que pudiera dar forma a estos aspectos problemáticos que viven las personas a lo largo de su vida y al efecto que se produce cuando existe una buena adaptación frente a los mismos. Autores como Werner (1992) se interesaron por los factores de riesgo en la vida cotidiana que se caracterizan por una elevada inquietud, discriminación social, inequidad de género o racial que generan de por sí diferencias y remuneraciones distintas. Estas situaciones harían que el individuo actúe de una manera u otra, dependiendo de sus características internas y factores externos (apoyo, recursos, etc) frente al problema.

Resiliencia. Es un estilo de enfrentamiento con las situaciones de riesgo, que hace que una misma circunstancia pueda resultar en un factor de daño o, al contrario, un estímulo al

desarrollo (Rutter & Rutter, 1992). Según este autor, el interés por la resiliencia fue motivado por estudios previos sobre los factores de riesgo porque evidenciaban diferencias individuales en cuanto a la vulnerabilidad (Koupernik & Anthony, 1970). Esta vulnerabilidad se refiere a características que presentan las personas que o bien pueden facilitar o no la óptima adaptación a las diferentes circunstancias (Braverman, 2001). Además, el mismo autor propone que carecer de hipótesis de solución de problemas puede incrementar la vulnerabilidad del adolescente a los eventos estresantes por la falta de recursos.

Soenens et al., (2007) califican la transición a la universidad como un área potencialmente estresante, donde algunos tipos de apoyo pueden ayudar hacer frente a esta transición.

Todos estos investigadores, conceptúan la resiliencia como la suma de factores individuales, familiares y sociales, así como una función de factores de protección compuestos de recursos personales y sociales. La base de este concepto también ha sido descrita como consistente de atributos disposicionales, uniones familiares afectivas y apoyo externo. Esta necesidad de apoyo se mantiene al entrar en la Universidad, los estudiantes requieren una variedad más amplia de fuentes de apoyo social para hacer frente a los agentes que causan estrés durante este primer año. Según Ungar (2008) la resiliencia sólo puede examinarse investigando los factores que ponen a un individuo en riesgo. Una etapa que se considera un riesgo potencial es la transición a la universidad como señalan Tusaie & Dyer (2004) dado que la vivencia expone a las personas en riesgo de sufrir estrés vital y ansiedad (Dawson & Pooley, 2013).

El estudio de la resiliencia trae consigo el análisis de factores protectores observados en las personas que estaban expuestas a situaciones adversas, y cómo se comportan de manera resiliente. (García & Domínguez, 2013). Se identificaron 3 aspectos que se repiten de forma recurrente cuando se habla de factor protector: características del temperamento, relaciones familiares y fuentes de apoyo externo. Sin embargo, es concluyente decir que ningún factor por sí solo la promueve; es decir, tienen que estar involucrados varios factores y actuar de forma integrada para promover un desarrollo sano. No siendo estos factores independientes entre sí.

Estudios realizados con alumnos universitarios en Perú reflejan la gran necesidad de factores protectores como la resiliencia, puesto que la presencia de esta variable facilita la buena adaptación durante el curso, y predice la mejor percepción de rendimiento académico en el alumnado (Tipismana, 2019). También se encontró en otro de los estudios con población

universitaria que la variable de resiliencia, junto con el apoyo social, predecían en un 50% la vulnerabilidad al estrés, siendo esta mayor en ausencia de resiliencia (Rahat & Ilhan, 2016). Estudios anteriores también corroboran estos hallazgos presentando tres mecanismos que parecen ser beneficiosos para hacer frente a la transición universitaria y la adaptación positiva a la adversidad, además de estar asociada directa e indirectamente con la resiliencia; estos tres mecanismos son: el optimismo, la percepción de apoyo a la autonomía parental y el apoyo social percibido (Tusaie et al., 2007).

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

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

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

Con respecto al apoyo social percibido (PSS), Urquhart & Pooley (2007) señalan como además el apoyo del resto de los componentes familiares, los hermanos y maestros también potencian la buena adaptación. Se ha encontrado que la relación tanto con los mentores como con los compañeros resultan beneficiosos para ayudar a las personas a adaptarse positivamente durante la transición universitaria. Los mentores pueden desempeñar un papel importante en la promoción de la resiliencia entre los niños y adolescentes en riesgo. Los adultos no parentales, que sirven como mentores, pueden brindar un apoyo confiable, comunicar valores morales, enseñar información y habilidades, inspirar, motivar, mejorar la relación interpersonal y fomentar la autoestima (Dawson & Pooley 2013).

Otro estudio que también confirma la necesidad de factores protectores durante la etapa universitaria fue el propuesto por Dawson & Pooley (2013) quienes elaboraron una

investigación con estudiantes durante el primer año de universidad. Se interesaron por estudiar mecanismos como el optimismo, la promoción del desarrollo independiente, el funcionamiento volitivo y el apoyo social percibido en la resiliencia. Encontraron que el optimismo y el apoyo social predicen de forma independiente y significativa la resiliencia, y ambos, como predictores muy fuertes. Además, se tuvo en cuenta el impacto positivo de la resiliencia en la promoción de los resultados positivos en tiempos de cambio.

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

Rodríguez et al., (2015) hallaron correlaciones positivas en una muestra de adolescentes de la resiliencia con el autoconcepto y el apoyo social percibido, así como una variación significativa en las puntuaciones de ambas variables en función de la resiliencia. El autoconcepto y el apoyo social percibido fueron identificados como predictores de la resiliencia.

Sin embargo, otro estudio realizado con adolescentes escolarizados en Paraguay, evidencia que no existe correlación entre apoyo social y disposición resiliente en esta muestra (Coppari et al, 2018).

Ante la mayoría de estudios analizados, y dado que sus resultados no son lo suficientemente concluyentes sobre la evolución de la resiliencia y el apoyo social percibido por el propio alumnado universitario, se ha planteado esta investigación más centrada sobre ese tema concreto, teniendo en cuenta también la relación entre ambas variables y su mutua influencia.

Objetivo general: Analizar la autopercepción de resiliencia y apoyo social en alumnado universitario y ver si hay cambios en ellos entre el inicio y el final de sus estudios.

Objetivos específicos:

- 1) Obtener un perfil sociodemográfico de la muestra participante, teniendo en cuenta las variables como (edad, sexo, estado civil, lugar de procedencia, número de personas con las que convive, salud y percepción de apoyo).

- 2) Analizar comparativamente los niveles de resiliencia y apoyo social percibido entre alumnado de primer curso y el alumnado de cuarto curso.
- 3) Observar si existen correlaciones entre el nivel de resiliencia, el nivel de apoyo social y algunas variables sociodemográficas, tanto en el alumnado de primero como de cuarto curso.

Método

Participantes: En este estudio se evaluó a una muestra disponible y conveniente formada por 100 estudiantes voluntarios de la Universidad de La Laguna, de la carrera de Psicología, 50 alumnos de primero, y otros 50 de cuarto curso. Del total de participantes, 74 eran mujeres (40 de primero y 34 de cuarto curso) y 26 eran hombres (10 de primero y 16 de cuarto). Sus edades estaban comprendidas entre 17 y 53, con una media de 21.38. En cuanto a la procedencia del alumnado el 55% de ellos proceden de la Isla de Tenerife, y el 45% restante, fuera de ella.

Instrumentos: En la entrevista se han incluido tres cuestionarios: el primero, para evaluar la capacidad de afrontamiento ante las adversidades de los estudiantes universitarios, específicamente, fue la *Escala de Resiliencia* (Connor-Davidson, 2003), en su versión no abreviada. Compuesta por 25 ítems (p. e. ‘*no me desanimo fácilmente ante el fracaso o soy capaz de adaptarme cuando surgen cambios*’). Con una escala de respuesta tipo Likert, comprendida entre 0 (‘En absoluto’), 1 (‘Rara vez’), 2 (‘A veces’), 3 (‘A menudo’) y 4 (‘Casi siempre’).

El segundo cuestionario aplicado, para analizar el apoyo social percibido en estudiantes, fue el de González y Lavandero (2008), compuesto por 15 ítems (p.e. ‘*Tus padres te demuestran cariño y/o afecto, o con qué frecuencia cuentas con alguien cuando lo necesitas*’). Con una escala de respuesta tipo Likert con 5 alternativas de respuesta, siendo 1 (Nunca), 2 (Muy pocas veces), 3 (Algunas veces), 4 (Muchas veces) y 5 (Siempre), cuenta además con dos dimensiones, una para medir apoyo de la familia (8 ítems) y la segunda de los amigos (7 ítems).

La dimensión de *apoyo familiar* comprende los siguientes ítems: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13 y 14, mientras que la dimensión de *apoyo de amigos* se constituye por los ítems: 2, 4, 6, 8, 10, 12 y 15. Se suman todos los ítems y su recorrido es de 15 a 75 puntos. A mayor puntaje mayor

apoyo social, esto también puede hacerse para cada dimensión (González & Landero, 2014) La tercera parte de la entrevista incluyó un cuestionario sociodemográfico de elaboración propia, donde se recoge la información personal básica para llevar a cabo el estudio, datos sobre la edad, el sexo (femenino, masculino u otro), estado civil, lugar de procedencia (procedentes de la isla de Tenerife u otro lugar), residencia (donde vive durante el curso y si tuvo que realizar algún desplazamiento/mudanza para poder asistir a la universidad), con quien vive (sola/o, en pareja, en familia, con compañera/o de piso, u otro y especificar cuál), si ha padecido algún tipo de enfermedad (en caso de que sí, cuál), cómo considera su nivel de salud (muy saludable, saludable, salud regular y mala salud en estos dos últimos especificar por qué), cómo son las relaciones con familiares y amigos (muy buenas, buenas, normales, regular, malas y muy malas, en estas tres últimas especificar por qué), cómo es su situación socioeconómica personal (muy buena, buena, normal, mala y muy mala).

Se incluyen finalmente dos preguntas con respuesta abierta: "¿Qué aspecto personal te favorece más en la experiencia de ser estudiante universitario/a?" y "¿Qué aspecto personal te perjudica más en la experiencia de ser estudiante universitario/a?. Además de responder con una 'X' el grado más real de relación que tiene con las personas de su entorno, compuesto por 14 ítems (tú mismo, tu madre, tu madrastra, tu padre, tu padrastro, tu abuela materna, tu abuelo materno, tu abuela paterna, tu abuelo paterno, tus amigas, tus amigos, tus tíos/tías maternas, tus tíos/tías paternas y otras personas, dejando este último ítem abierto a la respuesta proporcionada por el estudiante).

Procedimiento: Para seleccionar la muestra se eligió la Facultad de Psicología de la Universidad de La Laguna, concretamente el alumnado de primero y cuarto curso de dicho grado.

Se contactó con lo/as alumno/as de manera online a través del correo institucional de la Universidad de La Laguna y se explicaron las instrucciones de los cuestionarios de forma sencilla y clara. Por otro lado, se siguió el criterio de ciego único y se evitó que los participantes conocieran la finalidad de la investigación con el propósito de evitar respuestas en la dirección de las hipótesis de la investigación, por lo que se les comentó que era una investigación a fin de conocer más al alumnado universitario. Asimismo, se respetó el anonimato de las respuestas,

tanto para la recogida de datos como en el tratamiento posterior de los mismos. La participación fue totalmente voluntaria para reducir los efectos de la discapacidad social.

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

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

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

En tercer lugar, se procedió al análisis inferencial con la prueba Kruskal Wallis, con el fin de contrastar si existen o no diferencias entre los grupos de una variable categórica (sociodemográficas) y una variable cuantitativa (resiliencia y apoyo social en puntuaciones directas). Por otro lado, mediante la prueba de Chi cuadrado se contrastaron las variables categóricas, para comprobar si existe relación entre resiliencia, apoyo y datos sociodemográfico. Por último, mediante la correlación de Pearson, se pretende determinar si existe relación entre variables cuantitativas, en este caso, para resiliencia y apoyo social en puntuaciones directas.

Resultados

Primero, en cuanto a los resultados obtenidos que corresponden a la primera parte del objetivo 1, que consiste en obtener el perfil sociodemográfico comparativo de la muestra de los participantes, se han obtenido los siguientes datos (**véase tabla 1**).

En ellas observamos que la muestra consta de un total de 100 participantes, la mitad procedente de cada grupo (primero y cuarto curso universitario), donde casi tres cuartos de la población son mujeres, y el resto hombres, cuya edad media total es de 21.38 años. En cuanto a su lugar de pertenencia se divide casi en partes iguales, de fuera de la isla y de dentro, destacando ligeramente aquellos estudiantes que se han mudado por estudios, frente a los que son naturales de la isla de Tenerife. Por otro lado, y dentro de los encuestados que comparten vivienda (que son la gran mayoría) poco más de la mitad lo hace acompañado de su familia, mientras que algo más de un cuarto de esta población convive con sus compañeros de piso.

Por otra parte, observamos que sólo un décimo de todos ellos ha padecido alguna enfermedad, situándose el resto en saludables (dos tercios) y muy saludables, los demás. Asimismo, y haciendo referencia a las relaciones sociales y familiares, las respuestas son usualmente positivas en referencia a ambos grupos (familia y amigos), ya que en los dos casos la probabilidad de que la respuesta sea ‘buena’ o ‘muy buena’, conforma casi el total de respuestas, superando los tres tercios.

Finalmente, y en referencia a su posición económica, más de la mitad de encuestados la considera normal o buena, siendo un bajo porcentaje (menos de un cuarto), los que expresan que su situación económica se encuentra regular o mal.

Tabla 1

Datos sociodemográficas alumnos primero vs cuarto

Variables		Primero (%)	Cuarto (%)
Género	Hombre	20.0	32.0
	Mujer	80.0	68.0
Estado civil	Soltero	96.0	96.0
	En pareja	4.0	4.0

Lugar de procedencia	Isla de Tenerife	56.0	54.0
	Otro lugar	44.0	46.0
Mudanza por estudios	Sí	42.0	54.0
	No	58.0	46.0
Con quien vives	Solo	2.0	6.0
	En pareja	6.0	10.0
	En familia	56.0	48.0
	Con compañero de piso	30.0	32.0
	Otro	4.0	2.0
Has padecido algún tipo de enfermedad	Sí	10.0	10.0
	No	90.0	90.0
Nivel de salud	Muy saludable	16.0	24.0
	Saludable	72.0	66.0
	Salud regular	12.0	10.0
Relaciones con tu familia	Muy buena	46.0	38.0
	Buena	38.0	40.0
	Normal	10.0	20.0
	Regular	4.0	2.0
	Mala	2.0	0
Relaciones con amistades	Muy buena	52.0	46.0
	Buena	44.0	48.0
	Normal	4.0	6.0
Situación económica actual	Muy buena	4.0	10.0
	Buena	26.0	34.0
	Normal	46.0	42.0
	Regular	24.0	12.0
	Muy mala	0	2.0
		X	X

Edad

20.29

22.45

En relación a los resultados obtenidos en el **segundo objetivo** de este trabajo, averiguar si existe relación significativa entre la percepción de resiliencia y el apoyo social, en alumnado tanto de **primer curso** como de **cuarto curso**, comenzamos analizando el tipo de **relaciones con las amistades**, comprobando que sí existen relaciones significativas entre **resiliencia** ($H=7.764$; $p<.05$) y **apoyo social** ($H=14.584$; $p<.01$) al igual que ocurre en cuarto curso en la **resiliencia** ($H=8.150$; $p<0.05$) y el **apoyo social** ($H=6.785$; $p<0.05$) Por lo que el alumnado de primer curso puntúan de manera similar en resiliencia ($X=28,4$) y en apoyo social ($X=32,1$) que el alumnado que de cuarto curso ($X=27,2$; $X=27,1$).

Además, este análisis con el mismo grupo (alumnos de **primer curso**), se repitió, pero esta vez en base al tipo de **relaciones con familiares**. Los resultados arrojan diferencias significativas solo para la variable **apoyo social** (21.178 ; $p<.01$). Lo que nos indica que aquel alumnado que presenta muy buenas relaciones familiares tiene una mayor percepción de apoyo social ($X=34,02$) que el otro alumnado que no las tiene así ($X=26,28$). Asimismo, y en cuanto a la resiliencia cabe destacar que, si bien no ha resultado significativa, contemplamos que aquellas personas con relaciones familiares más sólidas puntúan más alto en resiliencia.

Por otro lado, con el propósito de averiguar si existe relación entre la resiliencia y el apoyo social, en alumnos de **cuarto curso**, empezamos analizando el tipo de relaciones con las **amistades**, donde encontramos también diferencias significativas tanto en la resiliencia ($H=8.150$; $p<.05$) como en el apoyo social ($H=6.785$; $p<.05$). Por lo tanto, comprobamos que el rango promedio de la resiliencia y el apoyo es mayor para el alumnado que presenta muy buenas relaciones con sus amistades, con una mayor percepción de ambas variables, frente el alumnado que no tienen tan buenas relaciones.

Por el contrario, si observamos la relación de ambas variables en base al tipo de relación con los **familiares**, encontramos que en este alumnado de cuarto curso no existen diferencias significativas ($p>.05$). En contraposición a los datos obtenidos en la muestra de primero, donde sí existe esta relación con el apoyo.

A continuación, haciendo referencia a las relaciones entre variables (resiliencia y apoyo social) y su influencia, hemos encontrado una correlación directa de intensidad media y significativa entre apoyo y resiliencia para el primer curso ($r = .471$, $p<0.1$) y de la misma

forma para el cuarto curso ($r = .359, p < .05$). Sin embargo, la relación entre ambas variables es más intensa para el alumnado de primero.

Para finalizar con este punto, y tras realizar una prueba chi cuadrado para la muestra completa, encontramos que las siguientes variables cuya pregunta es: *“En qué grado consideras que el salir adelante en tu vida ha sido gracias a: “Tú mismo”* ($p < .05$), *“Tu madre”* ($p < .01$) y *“Tu padre”* son significativas ($p < .01$) reflejando, por ende, que cuando estas respuestas están presentes se tiene mayor percepción de apoyo.

En cuanto al **tercer** y último objetivo, donde se pretende ahondar en las posibles correlaciones que puedan existir entre el nivel de resiliencia, apoyo social y variables sociodemográficas, de ambos grupos (alumnado de primer y último curso), observamos que ninguna de las variables sociodemográficas resultó significativa con los niveles de resiliencia y apoyo social percibido ($p > .05$).

Discusión

A continuación, procederemos a comentar y discutir los resultados en el mismo orden visto anteriormente. Con respecto al perfil sociodemográfico de la muestra, destacamos como el grado de Psicología determina al género femenino como el claro predominante, con un porcentaje que casi triplica al obtenido por el género masculino. En este sentido podemos decir que la elección de los estudios no es neutra, las chicas se dirigen principalmente a carreras tipificadas tradicionalmente como ‘femeninas’, decantándose por ciencias de salud, donde se potencian los factores de cuidado y protección (Alberdi et al., 2000; Barberá, et al., 2008; Porto, 2009).

En cuanto al origen de los participantes, se encuentra dividido casi en partes iguales (pertenecientes a la isla y no) posiblemente debido a que se trata de una carrera que, a nivel insular, se encuentra exclusivamente en la isla de Tenerife, por lo que, la opción de acudir a esta isla para efectuar sus estudios es recurrente. Esto podría explicar el motivo de que los alumnos residentes convivan en su mayoría con su familia, o los no residentes con compañeros de piso, debido a la mudanza.

Además, en cuanto a los resultados obtenidos en salud, donde la gran mayoría ha manifestado no tener problemas (bajo índice de enfermedad), se podría ver explicado por el factor edad, siendo los encuestados poseedores de una edad media que no supera los 24 años,

tratándose de una muestra por lo general joven. Estos datos se ven confirmados gracias a las encuestas del Instituto Nacional de Salud Mental, que reflejan cómo los jóvenes en edades comprendidas entre 15 y 24 años perciben su salud como buena o muy buena.

En referencia a la calidad en las relaciones de amistad y familiares, ambos grupos las consideran casi en su totalidad positivas, podría ser debido a los vínculos que se forman en esta etapa evolutiva, ya que mantener una buena relación con tu entorno, actúa como facilitador para una correcta adaptación a todas las situaciones excepcionales que puedan vivir en su etapa universitaria (Tomyn & Cummins, 2011).

Para finalizar con este primer objetivo, y tras analizar las preguntas abiertas, se ha llevado a cabo un análisis cualitativo que recoge la opinión de todos los participantes sobre aspectos que favorecen y/o perjudican la experiencia de ser estudiante universitario.

En primer lugar, se observa que las respuestas más frecuentes y comunes en ambos grupos están relacionados, de manera favorecedora, con la sociabilidad, la responsabilidad y el crecimiento personal. Por el contrario, los aspectos que parecen perjudicar la experiencia universitaria están más diferenciados. Destacando en el primer curso la frustración y ansiedad generada por la incertidumbre, que podríamos achacar al desconocimiento del sistema universitario, al ser su primer año de contacto con esta institución. Esto hace que compongan un grupo vulnerable, expuesto a presiones debido a su adaptación al nuevo entorno, donde soportan altas exigencias (Zullig et al., 2006).

En contraposición, y aludiendo a los alumnos de cuarto, resaltan como puntos más negativos de su experiencia universitaria, la mala organización y la falta de tiempo, además de las altas exigencias del entorno que causan frustración.

En cuanto al segundo objetivo, y con el fin de analizar de forma comparativa la resiliencia y el apoyo social, se han encontrado datos significativos en ambos grupos. Las relaciones de **amistad** están relacionadas con los niveles de resiliencia y apoyo, siendo un elemento fundamental para la aparición de niveles altos en ambas variables, coincidiendo esta significación en los dos grupos de muestra (primero y cuarto). De la misma manera sucede con las relaciones **familiares** para el alumnado de **primer curso**, viéndose potenciado tanto las estrategias de afrontamiento como el apoyo social cuando presentan soporte familiar. Esto podría explicarse debido a que, durante la transición universitaria, los adolescentes requieren una cantidad más amplia de apoyo social para hacer frente a las nuevas demandas del entorno. Trabajos más recientes parecen confirmar el hecho de que los estudiantes universitarios con

una alta percepción de apoyo confían más en su propia capacidad para superar los objetivos académicos, además de construir mejores relaciones con compañeros y profesores (Solberg & Villarreal, 1997). Viéndose esto reflejado en un estudio sobre la relación entre el soporte familiar y los niveles de autoeficacia académica que muestran una clara correlación positiva (Lamborn et al, 1997).

Por el contrario, en los alumnos veteranos, no interviene significativamente la relación **familiar** con las variables de estudio (resiliencia y apoyo). Tras estos hallazgos en este último apartado, creemos oportuno abrir otra línea de investigación con los alumnos de **cuarto curso**, con el fin de profundizar en variables externas que puedan estar interviniendo, como podría ser la independencia del seno familiar y/o económica, cambios madurativos o incluso, el posible incremento con respecto al tiempo que comparten con sus compañeros a lo largo de sus estudios, factores que, entre otros, podrían explicar esta diferencia con respecto al otro grupo de alumnos.

Finalmente, la relación directa e intensa entre resiliencia y apoyo (para ambos grupos) indica que, cuanto más apoyo perciba la persona, mayor influencia tendrá en los niveles de resiliencia, y viceversa, siendo importante intervenir en estos, si la persona no los presenta. Por ello, es imprescindible profundizar en un análisis que despeje algunas dudas sobre factores estresores y/o traumáticos vividos a lo largo del ciclo vital, con la finalidad de estudiar si esas situaciones afectarían de una manera u otra en el desarrollo de la resiliencia y la percepción de apoyo.

Por otro lado, y dada la situación de estado de alarma sanitario vivido, toda la muestra respondió el test en esa condición. Este hecho pudo alterar los resultados de nuestras variables de estudio, ya que la resiliencia es considerada un estilo de enfrentamiento a situaciones de riesgo, que o bien estimula el desarrollo, o se convierte en un factor dañino (Rutter & Rutter, 1992).

Con respecto al contraste Chi cuadrado para la muestra completa, encontramos cómo las personas que consideran que han salido adelante en su vida gracias a sus padres y al apoyo que se dan a sí mismos de manera individual, manifiestan altos niveles de apoyo social percibido. Es por esta razón que el núcleo familiar es el primer medio de formación para sus miembros, ya que propicia la adquisición de conceptos, valores, actitudes y destrezas

fundamentales para que los individuos se integren y se adapten a la sociedad en la que se desenvuelven (Fontana et al, 2009).

Concluimos con nuestro tercer y último objetivo, profundizando en los datos no obtenidos a nivel correlacional entre resiliencia, apoyo social y variables sociodemográficas de ambos grupos. Esto se puede deber a las siguientes limitaciones que, a posteriori, hemos considerado relevantes y posibles a tener en cuenta de cara a futuras investigaciones.

En primer lugar, observamos que la muestra no es homogénea, ya que a pesar de que pertenezcan al mismo curso escolar, sus variables sociodemográficas son muy distintas (en cuanto a sexo, edad, lugar de origen, etc). Esto puede haber sido el desencadenante de que no se puedan establecer claras relaciones entre las variables de estudio, ya que las diferencias individuales pueden sesgar estos resultados imposibilitando su extrapolación y posterior discusión.

Siguiendo con las limitaciones encontradas, y tras la aparición del Covid-19, observamos que todos los alumnos se han visto envueltos en situaciones excepcionales, semanas de confinamiento, regreso al lugar de origen de muchos estudiantes, el paso de un sistema educacional presencial al online, etc. Al no saber las consecuencias que esto tiene, habría que tener en cuenta que es un fenómeno que pudo modificar los resultados, actuando como una variable extraña.

Un efecto directo de lo expuesto anteriormente consiste en la reducción drástica del tamaño de la muestra, puesto que esta situación afectó a la recogida de datos, dando como resultado una muestra a mitad del objetivo inicial. Además de que, aunque los resultados tuvieran que hacer alusiones a la experiencia previa a esta nueva situación, es un acontecimiento de alta gravedad, que de forma indirecta ha podido alterar los resultados finales.

Finalmente, y tras haber comentado los resultados, creemos oportuno seguir profundizando en el análisis comparativo, pero esta vez con un nuevo enfoque, teniendo en cuenta las posibles variables extrañas y sus limitaciones. Considerando imprescindible, la observación de las consecuencias que el estado de alarma por crisis sanitaria ha podido generar en ambos grupos de estudio y en la investigación realizada. Además de lo ya dicho, una línea de investigación sugerente sería realizar un análisis longitudinal con el fin de observar, de

manera evolutiva, la relación entre sus niveles de resiliencia y apoyo social percibido, actual y futuro. Lo cual podría arrojar datos de suma importancia a la comunidad científica.

Referencias

- Alberdi, I., Escario, P. y Matas, N. (2000). Las mujeres jóvenes en España. Barcelona: Fundación la Caixa.
- Anthony, E.J., Chiland, C. & Koupernik, C. (1982). *L'enfant vulnérable*. París: PUF, Vol. IV.
- Barberá, E., Candela, C. & Ramos, A. (2008). Elección de carrera, desarrollo profesional y estereotipos de género. *Revista de Psicología Social*, 23 (2), 275-285.
- Beardslee, W. (1989). The role of self understanding in resilient individuals: The development of a perspective. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59 (2), 266-278. doi: 10.1111/j.1939-0025.1989.tb01659.x
- Braverman, M. T. (2001). Applying resilience and its implications for tobacco prevention. *Nicotine & Tobacco Research*, 1, S67, S72. <https://doi.org/eres.qnl.qa/10.1080/14622299050011621>
- Chu, P., Saucier, D.A. & Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29 (6), 624-645. doi: 10.1521/jscp.2010.29.6.624

- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59 (8), 676-684. doi: 10.1037/0003-066X.59.8.676
- Connor, K. M. y Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18 (2), 76-82. doi: 10.1002/da.10113
- Coppari, N., Bagnoli, L., Codas, G., López, H., Martínez, Ú., Martínez, L. & Montaña, M. (2018). Relación entre apoyo social percibido y disposición resiliente en adolescentes paraguayos. *Psychologia*, 12 (2), 13-22. doi: 10.21500/19002386.3415
- Davarniya, R., Shakarami, M. & Zaharakar, K. (2019). Resilience, coping strategies, and social support: Important predictors of students' vulnerability to stress. *Journal of Research & Health*, 9 (1), 90-94. doi: 10.29252/jrh.9.1.90
- Dawson, M. & Pooley, J. (2013). Resilience: The Role of Optimism, Perceived Parental Autonomy Support and Perceived Social Support in First Year University Students. *Journal of Education and Training Studies*, 1 (2), 38-49. doi: 10.11114/jets.v1i2.137
- Fergus, S. & Zimmerman, M.A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health*, 26 (1), 399-419. doi: 10.1146/annurev.publhealth.26.021304.144357
- Fontana, A., Valverde, A., Ramírez, M., Valverde, E. & Salas, D. (2009). El apoyo familiar en el proceso de integración educativa de estudiantes con necesidades educativas en condición de discapacidad. *Revista Electrónica Educare*, 13(2), 17-35.
- García, M. C. & Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1), 63-77. doi: 10.11600/1692715x.1113300812
- González, M.T. & Landero, R. (2014). Propiedades Psicométricas de la Escala de

- Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFA-R) en una Muestra de Estudiantes. *Acta de Investigación Psicológica*, 4 (2), 1469-1480. doi: 10.1016/S2007-4719(14)70387-4
- Jeong, J. (2020). The Impacts of Resilience, Social Support on Adjustment to College Life of Freshman and sophomore year in university students. *Korea Convergence Society* 11 (2), 385-394. doi: 10.15207/JKCS.2020.11.2.385
- Masten, A.S. & Tellegen, A. (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24 (2), 345-361. doi: 10.1017/S095457941200003X
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M.A., Suárez, E.N., Infante, F & Grotberg, E. (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. *Organización Panamericana De La Salud*.
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment*, 5 (2), 164-172. doi: 10.1037/1040-3590.5.2.164
- Porto, B. (2009). Feminización y masculinización en los estudios de maestro y educación física en Galicia. *Revista de Investigación en Educación*, 6, 50-57.
- Rahat, E. & İlhan, T. (2016). Coping styles, social support, relational self- Construal, and resilience in predicting students' adjustment to university life. *Kuram Ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, 16 (1), 187-208. doi: 10.12738/estp.2016.1.0058
- Rodríguez, A., Ramos, E., Ros, I. & Fernández, A. (2015). Relaciones de resiliencia con el autoconcepto y el apoyo social percibido en una muestra de adolescentes. *Acción Psicológica*, 12 (2), 1-14. doi: 10.5944/ap.12.2.14903
- Rosa, Y., Negrón, N., Maldonado, Y., Quiñones, A. & Toledo, N. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Latinoamericana De Psicología* 33 (1), 31-43. doi: 10.12804/apl33.01.2015.03

- Rutter, M. & Rutter, M. (1992). *Developing Minds: Challenge and Continuity across the Life Span*. Londres: Penguin Books.
- Seligson, J.L., Huebner, E.S. & Valois, R.F. (2003). Preliminary validation of the brief multidimensional student's life satisfaction scale. *Social Indicators Research*, *61* (2), 121-145. doi: 10.1023/A:1021326822957
- Seligson, J. L., Huebner, E. S. & Valois, R. F. (2005). An investigation of a Brief Life Satisfaction Scale with elementary school children. *Social Indicators Research*73(3), 355-374.
- Snyder, C. & López, S. (2009). *Handbook positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Lens, W., Luyckx, K., Goossens, L., Beyers, W. & Ryan, R. M. (2007). Conceptualizing parental autonomy support: Adolescent perceptions of promotion of independence versus promotion of volitional functioning. *Developmental Psychology*, *43* (3), 633-646. doi: 10.1037/00121649.43.3.633
- Solberg, V.S., Gusavac, N., Hamann, T., Felch, J., Johnson, J., Lamborn, S. & Torres, J. (1998), The Adaptive Success Identity Plan (ASIP): A Career Intervention for College Students. *The Career Development Quarterly*, *47* (1), 48-95. doi:10.1002/j.2161-0045.1998.tb00728.x
- Tipismana, O. (2019). Resilience factors and coping as predictors of academic performance of the students in private universities. *REICE. Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia y Cambio En Educación*, *17* (2), 147-185. doi: 10.15366/reice2019.17.2.008
- Tomyn, A. J. & Cummins, R. A. (2011). The subjective well-being of high-school students: validating the personal well-being index—school children. *Social Indicators Research*, *101* (3), 405-418. doi: 10.1007/s11205-010-9668-6
- Tusaie, K. & Dyer, J. (2004). Resilience: A historical review of the construct. *Holistic Nursing Practice*, *18* (1), 3-10. doi: 10.1097/00004650-200401000-00002

- Tusaie, K., Puskar, K. & Sereika, S. M. (2007). A predictive and moderating model of psychosocial resilience in adolescents. *Journal of Nursing Scholarship*, 39 (1), 54-60. doi: 10.1111/j.1547-5069.2007.00143.x
- Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *The British Journal of Social Work*, 38 (2), 218-235. doi: 10.1093/bjsw/bcl343
- Urquhart, B. & Pooley, J. A. (2007). The transition experience of Australian students to university: The importance of social support. *The Australian Community Psychologist*, 19 (2), 78-91.
- Werner, E. (1992). Protective factors and individual resilience. In S. Meisels & J. Shonkoff (eds.) *Handbook of early childhood intervention*, (pp. 115-133). New York: Cambridge University Press.
- Werner, E. (2000). *Protective factors and individual resilience*. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (p. 115–132). Cambridge University Press. doi: 10.1017/CBO9780511529320.008
- Zullig, K., Ward, R.M. & Horn, T. (2006). The association between perceived spirituality, religiosity, and life satisfaction: The mediating role of self-rated health. *Social Indicators Research*, 79 (2), 255-274. doi: 10.1007/s11205-0054127-5