

Influencia del sexo, la personalidad resistente, las estrategias de afrontamiento, el apoyo social percibido y el estrés percibido sobre la resiliencia en estudiantes universitarios.

Trabajo de Investigación presentado por:

Maximiliano F. ACEVEDO FERRAIZ
Y
Adriana C. DOMINGUEZ POMPA

a la
Escuela de Psicología
Como un requisito parcial para obtener el título de
Licenciado en Psicología

Profesora Guía:
Marilex PÉREZ VENEGAS

Caracas, Julio 2016

Aprovecho este espacio, para dedicar este trabajo especial de tesis de grado y mis logros académicos primeramente a Dios, la Virgen y Sn. Juan Pablo II por la oportunidad de cumplir mis metas. A mis padres, por su apoyo incondicional en todo momento. A mi hermano Mauro, a mis primos, especialmente José Tomás por sus consejos siempre oportunos en momentos difíciles. A mis tías Esperanza, Lourdes, Yajaira y Noemí, a mi tía Mercedes aun cuando no está con nosotros, sé que estará feliz con mis logros. A mi tío Nelson, en general a toda mi familia. A mis amigos Gustavo Burkle, Vanessa Fazzolari, Maria Teresa Azrak, Adriana Dominguez, Franki García, Ana María Torres, Alejandro Chena, Jesús Ortiz, Rodrigo Colmenares, Nathalie Goncalves, Carly Lozada, Jessica Guerrero, Giulia Padrón, Maria Fernanda Morales y Hector Vivas por el apoyo, cariño, los buenos momentos y estar siempre en las buenas y en las malas. A nivel profesional quiero agradecer en primer lugar a mi tutora de tesis Lic. Marilex Pérez por su colaboración, comprensión, dedicación, apoyo durante la realización de éste trabajo especial de grado, igualmente a todos los Profesores de la Universidad Católica Andrés Bello por los conocimientos impartidos durante mi formación académica. Al personal de la Escuela de Psicología siempre amable y colaborador. Dios los Bendiga a todos, Muchísimas Gracias.

Maximiliano Acevedo

Este Trabajo de Grado se lo dedico a Dios, quien me ayudó en los momentos en que más lo necesité durante estos 5 años. También quiero dedicar cada minuto de esfuerzo contenido en este trabajo a mi mamá, mi papá, mi tía Elia, mi abuela Zenaida, y toda mi familia, porque desde el principio creyeron en mí, en mi anhelo de ser psicóloga, y nunca dejaron de estar pendientes de mis progresos ni de apoyarme ante cada dificultad. A mi abuelo Cruz, quien no pudo verme en vida convertida en licenciada pero que sé que estará orgulloso de lo que he logrado. A mis amigos, compañeros, profesores, y todos los que me acompañaron y ayudaron en el camino.

Un millón de gracias por todo.

Adriana Dominguez

Agradecimientos

A los estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello (UCAB), que prestaron su tiempo y colaboración con el llenado de los instrumentos utilizados para la recolección de datos de nuestro trabajo de grado, igualmente a los profesores que dispusieron de su tiempo de clases para permitir que los alumnos llenaran las encuestas. A todos muchas gracias.

Maximiliano Acevedo

Primero que nada agradezco a Dios, la Virgen, los ángeles y todos los santos del cielo, que me ayudaron a encontrar mi vocación en la psicología y a llegar a la meta con éxito. A mi mamá, mi tía Elia, mi papá, mi abuela Zenaida y toda mi familia, por apoyarme en todas las formas posibles, darme ánimos en cada paso, cuidarme en mis trasnochos y sobre-esfuerzos, por rezar por mí y mis amigos para salir victoriosos de los exámenes difíciles o cruciales, y por siempre creer en mi capacidad aun cuando a veces ni yo misma lo hacía.

Gracias a todas las haters por ser el grupo de amigas que no creí que fuese a encontrar casi al final de la carrera, por los ratos de catarsis, las felicitaciones en los éxitos, los ánimos infundidos en las dificultades y por los consejos. Gracias a Lucy por ser mi amiga casi desde el principio del trayecto, por siempre escucharme y brindarme tu ayuda, por mandarme los reportes de OUAT cuando no podía verlo, avisarme de las películas que pasaban por televisión, y tantas cosas más. A Karen y Vero, por las imágenes que me daban risa mientras estudiaba y por acompañarme en los proyectos que compartimos. A Valerie, alias Faia, por ser mi compañerita de luchas en 4to año y por todo el cariño demostrado. A Franki por ser mi amigo y casi un hermano mayor prácticamente desde el primer año, por la confianza, los ratos de echar cuentos y los regaños por mis trasnochos estudiando. A mi compañero Max por siempre estar dispuesto a dar el 200% por este trabajo en cualquier momento. A nuestra tutora, por aceptar nuestro proyecto de tesis y acompañarnos en este difícil trayecto.

A mis amigos del colegio, por estar a mi lado incondicionalmente todos estos años, por todo su apoyo, por la música mandada a medianoche, por las fotos, frases y videos graciosos que me daban más fuerzas y alegría de las que pueda explicar, por nunca renunciar a la esperanza de que un fin de semana pudiera salir y sobre todo por seguir ahí, pendientes de mí y echando broma. Los quiero mucho.

Mil gracias a la UCAB, la Escuela de Psicología, el CADH y todo su personal, y a todos mis profesores, en especial aquellos con los que tuve el gusto de compartir en 4to y 5to año, porque ustedes me enseñaron a ejercer y amar la Psicología.

Adriana Dominguez

Índice de Contenido

Resumen.....	9
Introducción.....	10
Marco teórico.....	12
Resiliencia.....	14
Estrés percibido	19
Estrategias de afrontamiento	24
Apoyo social percibido	29
Personalidad Resistente (Hardiness).....	33
Método	38
Problema.....	38
Hipótesis	38
Definición de Variables	40
Variables endógenas	40
Variables exógenas	43
Variables a controlar	44
Tipo de investigación	44
Diseño de investigación	45
Población y muestra.....	46
Instrumentos	47
Procedimiento	59
Resultados	62
Discusión.....	90
Conclusiones y Recomendaciones	101
Referencias Bibliográficas	105
ANEXOS	111

ANEXO A: Tablas de frecuencias por semestre y carrera de la muestra final	112
ANEXO B: Versión original de la Escala de Resiliencia (CD-RISC) de Connor y Davidson (2003).....	115
ANEXO C: Versión final de la Escala de Resiliencia (CD-RISC) de Connor y Davidson (2003).....	118
ANEXO D: Cuestionario de Apoyo Social Percibido (Dunn et al, 1987) traducido y adaptado por Bagés (1990).....	120
ANEXO E: Cuestionario de Estilos de Afrontamiento (CSQ) de Roger, Jarvis y Najarian (1993) traducido y adaptado por Guarino, Sojo y Bethelmy (2007)	122
ANEXO F: Cuestionario de Personalidad Resistente (CPR) de Moreno, Garrosa y González (2000), adaptado por Méndez (2008).....	125
ANEXO G: Escala de Estrés Percibido (PSS-14) de Cohen et al. (1983), en versión en español de Meyer, Ramírez y Pérez (2013)	127
ANEXO H: Descriptivos del piloto de la Escala de Resiliencia (CDRISC) en su versión original	129
ANEXO I: Pruebas de normalidad del piloto de la Escala de Resiliencia (CDRISC) en su versión original	131
ANEXO J: Análisis factorial del piloto de la Escala de Resiliencia (CD-RISC) en su versión original	134
ANEXO K: Análisis factorial del piloto de la Escala de Resiliencia (CD-RISC) en su versión final	139
ANEXO L: Análisis factorial del Cuestionario de Apoyo Social Percibido y sus dimensiones	144
ANEXO M: Análisis factorial del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento	150
ANEXO N: Descriptivos del piloto de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) ...	153
ANEXO O: Pruebas de normalidad del piloto de Escala de Estrés Percibido (PSS-14)	155
ANEXO P: Análisis factorial de piloto de Escala de Estrés Percibido (PSS-14)..	157
ANEXO Q: Análisis factorial de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) en el estudio final.	159
ANEXO R: Análisis factorial del Cuestionario de Personalidad Resistente en el estudio final.	161

Índice de Tablas

Tabla 1. Correlación de la variable Resiliencia con las Dimensiones de Estado de Salud, Bienestar Subjetivo y Bienestar Psicológico	17
Tabla 2. Coeficientes de correlación de Pearson entre las dimensiones de las Consecuencias del Estrés Laboral, la Resiliencia, el Sexo y las dimensiones del Bienestar	22
Tabla 3. Confiabilidad de la Escala CD-RISC en el estudio final	50
Tabla 4. Análisis Factorial de la Escala CD-RISC en el estudio final	50
Tabla 5. Confiabilidad del Cuestionario de Apoyo Social Percibido	52
Tabla 6. Confiabilidad de las dimensiones de Apoyo Social Percibido	52
Tabla 7. Confiabilidad del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento	54
Tabla 8. Confiabilidad de las dimensiones del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento.....	55
Tabla 9. Confiabilidad de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14)	57
Tabla 10. Confiabilidad del Cuestionario de Personalidad Resistente	59
Tabla 11. Confiabilidad de las dimensiones del Cuestionario de Personalidad Resistente	59
Tabla 12. Descriptivos de las variables del modelo	62
Tabla 13. Correlaciones entre las Variables del Modelo propuesto	76
Tabla 14. ANOVA para Resiliencia	80
Tabla 15. Resumen del modelo de regresión para Resiliencia	80
Tabla 16. Modelo de regresión de Resiliencia	80
Tabla 17. ANOVA para Estrés Percibido.....	81
Tabla 18. Resumen del modelo de regresión de Estrés Percibido.....	81
Tabla 19. Modelo de regresión de Estrés Percibido	82
Tabla 20. ANOVA para Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros	82

Tabla 21. Resumen del modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros	83
Tabla 22. Modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros	83
Tabla 23. ANOVA para Apoyo Social Percibido de familia y profesores	84
Tabla 24. Resumen del modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de familia y profesores	84
Tabla 25. Modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de familia y profesores.....	84
Tabla 26. ANOVA para Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos	85
Tabla 27. Resumen del modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos	85
Tabla 28. Modelo de regresión de Apoyo social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos	85
Tabla 29. ANOVA para Estrategias de Afrontamiento emocional	86
Tabla 30. Resumen del modelo de regresión de Estrategias de Afrontamiento emocional	86
Tabla 31. Modelo de regresión de Estrategias de Afrontamiento emocional	86
Tabla 32. ANOVA para Estrategias de Afrontamiento racional	87
Tabla 33. Resumen del modelo de regresión de Estrategias de Afrontamiento racional	87
Tabla 34. Modelo de regresión de Estrategias de Afrontamiento racional	87
Tabla 35. ANOVA para Estrategias de Afrontamiento por desapego emocional...	88
Tabla 36. ANOVA para Estrategias de Afrontamiento por evitación	88

Índice de Figuras

Figura 1. Diagrama de ruta propuesto	39
Figura 2. Histograma de la variable Resiliencia	63
Figura 3. Histograma de la dimensión Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros	64
Figura 4. Histograma de la dimensión Apoyo Social Percibido de familia y profesores	65
Figura 5. Histograma de la dimensión Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos	66
Figura 6. Histograma de la dimensión Estrategias de afrontamiento emocional....	67
Figura 7. Histograma de la dimensión Estrategias de afrontamiento racional	68
Figura 8. Histograma de la dimensión Estrategias de afrontamiento por desapego emocional	69
Figura 9. Histograma de la dimensión Estrategias de afrontamiento por evitación.....	70
Figura 10. Histograma de la variable Estrés Percibido	71
Figura 11. Histograma de la dimensión Retos y Desafíos	72
Figura 12. Histograma de la dimensión Compromiso personal-social	73
Figura 13. Histograma de la dimensión Control de resultados	74
Figura 14. Diagrama de ruta obtenido	89

Resumen

La presente investigación tuvo por objetivo el estudio de la influencia del sexo, la personalidad resistente, las estrategias de afrontamiento, el apoyo social percibido y el estrés percibido sobre la resiliencia en estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello (UCAB), y cómo es la relación entre dichas variables. La muestra estuvo conformada por 305 estudiantes de la UCAB, de los cuales hay 205 hombres y 100 mujeres, cursantes de los cuatro primeros semestres o los dos primeros años de carrera, correspondientes a: Administración y Contaduría, Comunicación Social, Psicología, Ingeniería, Letras, Derecho y Ciencias Sociales, mostrándose una predominancia de estudiantes de Psicología (40% de la muestra). El estudio corresponde a una investigación de tipo cuantitativa, de diseño Ex post facto, para llevar a cabo dicho estudio se realizó la búsqueda de la muestra en base a los parámetros establecidos en la presente investigación, posteriormente, se realizó un estudio piloto con la finalidad de validar la Escala de Resiliencia (CD-RISC) y la Escala de Estrés Percibido (PSS-14), dado que no estaban adaptadas a la muestra de estudiantes ucabistas venezolanos, finalmente, se administraron los instrumentos correspondientes a la medición de todas las variables de estudio y se computaron los resultados a partir del programa estadístico SPSS, dando como resultado que ambas escalas contaban con las propiedades psicométricas necesarias para ser aplicadas.

Se postuló un modelo de ruta basado en la bibliografía revisada, con la finalidad de probar las hipótesis y visualizar con mayor eficacia la direccionalidad de las relaciones planteadas. A partir de los datos obtenidos se comprobaron varias de las hipótesis propuestas, evidenciando que el modelo se ajusta de forma adecuada aunque parcial a lo esperado. De tal manera se encontró que las personas que tienen altos niveles de resiliencia son aquellas que perciben mayor apoyo en sus amigos, compañeros, familia, profesores, en sí mismo, religión y otros significativos; poseen mayores niveles de personalidad resistente en sus 3 dimensiones (Retos y Desafíos; Compromiso personal-social; Control de resultados); utilizan estrategias de afrontamiento racional y perciben menores niveles de estrés. Las variables que mejor predicen la resiliencia tanto de manera directa como indirecta son: el estrés percibido, la personalidad resistente, el apoyo social percibido de amigos y compañeros, y la dimensión retos y desafíos dentro de la personalidad resistente. Asimismo, al realizar los análisis factoriales se obtuvo que las dimensiones correspondientes a la personalidad resistente presentaron correlaciones altas entre sí lo que llevó a concluir que el constructo debía ser tratado de forma unidimensional. La resiliencia y la personalidad resistente constituyen dos de las variables más importantes de la psicología positiva y actualmente dada la situación del país se hace indispensable el estudio y ampliación de dichos constructos, por ello, en el presente estudio se busca contribuir en el aporte de nuevos conocimientos al respecto.

Introducción

El presente trabajo tiene la finalidad de estudiar la influencia de las variables sexo, personalidad resistente, estrategias de afrontamiento, apoyo social percibido y estrés percibido sobre la resiliencia, así como la indagación de las relaciones existentes entre dichas variables; consideradas en el contexto de la población universitaria venezolana. A través de esta investigación se pretende aportar a la base teórica y empírica respecto al efecto y relación de las variables mencionadas previamente con la resiliencia, ya que existen controversias y desacuerdos respecto a la conceptualización de la resiliencia; en este sentido, los resultados de esta investigación permitirían profundizar sobre esta variable.

Cabe destacar que es de especial interés el estudio de la relación entre la resiliencia y la personalidad resistente, ya que no se ha llegado a un acuerdo respecto a si se trata de dos variables distintas o si se refieren a un mismo constructo; de modo que esta investigación permitiría aportar a los datos empíricos sobre este dilema teórico. (Crespo y Fernández, 2011; Maddi, 2002; Kobasa y Maddi, 1984, citado en Regader, 2013; Becoña, 2006).

En general, se puede definir la resiliencia como la capacidad del individuo para resistir y superar dificultades, consiguiendo tener un desarrollo normal a pesar de éstas (Becoña, 2006). Los investigadores y teóricos que investigan la variable resiliencia suelen entenderla como la suma de un conjunto de factores que abarcan rasgos individuales, variables sociales y elementos familiares del individuo, en los cuales es relevante considerar aspectos disposicionales y de apoyo externo (Becoña, 2006). En base a esto, resulta importante estudiar los posibles efectos que puedan tener diversos aspectos inherentes a la persona, que en este caso lo constituyen el sexo y la personalidad resistente; así como los elementos disposicionales, sociales y de interacción con el contexto que influyen al individuo, siendo en este caso las estrategias de afrontamiento, el apoyo social percibido y el estrés percibido.

La resiliencia constituye un factor relevante en la prevención del estrés y en el fomento del bienestar de las personas, siendo que las investigaciones suelen reportar una relación negativa, moderada y significativa entre el estrés y la resiliencia (Arrogante, 2014; Wilks, 2008); por lo cual se buscará comprobar esta relación. En cuanto a la resiliencia y el sexo, no parece existir un acuerdo en cuanto a su relación, por lo que el sexo representa una variable relevante para incluir en el presente estudio, ya que sería posible hacer un aporte empírico para la clarificación de su relación con la resiliencia (Choowattanapakorn, Aléx, Lundman, Norberg y Nygren, 2010; Quiceno y Vinaccia, 2012).

Además, diversos estudios han demostrado la influencia positiva de las estrategias de afrontamiento, el apoyo social percibido y la personalidad resistente, de tal modo que permiten favorecer y predecir el bienestar y reducir el

estrés (Lovera y Montesinos, 2010; Omar, Paris, Uribe, Ameida da Silva, Aguiar de Sousa, 2011; Sousa, 2014; Méndez, 2008). Por tanto, se considera importante incluir dichas variables dentro del modelo del presente estudio para revisar el efecto que puedan tener sobre la resiliencia.

Por otra parte, dado que la resiliencia implica el afrontamiento efectivo y la superación de la adversidad (Becoña, 2006), representaría un elemento ventajoso para los individuos de la población seleccionada, quienes deben enfrentarse a los problemas propios de la vida universitaria, de la etapa evolutiva en la que se hallan, así como a la adversidad que se vive en el país a nivel general (Rivas de Mora, 2012). Asimismo, dado que existen pocas investigaciones en torno al tema de la resiliencia orientada a población universitaria (Álvarez y Cáceres, 2010; Peralta, Ramírez y Castaño, 2006), este estudio podría aportar a esta línea de conocimiento, ampliando la visión sobre el nivel de resiliencia presente en la población universitaria. En este sentido, se plantea un modelo de ruta basado en la revisión de la bibliografía teórica y empírica, a partir del cual se busca determinar el efecto directo y combinado del sexo, personalidad resistente, estrategias de afrontamiento, apoyo social percibido y el estrés percibido sobre la resiliencia.

La presente investigación estará regida por la Ley del Ejercicio de la Psicología, sus reglamentos, el Código de Ética Profesional del Psicólogo emitido por la Federación de Psicólogos de Venezuela en 1978 y el Código de Deontología de la Investigación en Psicología, publicado por Escuela de Psicología de la UCAB en 2002. Esto implica que el estudio se llevará a cabo considerando y cuidando los más altos principios éticos y científicos, en cumplimiento con el Artículo 1 de la Ley del Ejercicio de la Psicología, y los Artículos 54 y 58 del Código de Ética Profesional del Psicólogo.

En este sentido, en el presente estudio se mantendrá una conducta de objetividad e imparcialidad tanto en las actividades relacionadas con la recolección de los datos, su análisis de acuerdo a los objetivos del estudio y ajustado a las características de la información obtenida según las estipulaciones metodológicas pertinentes; y la publicación verídica de los resultados para la contribución con la sociedad científica psicológica. Esto se hará en cumplimiento con los Artículos 8, 11 y 62 del Código de Ética Profesional del Psicólogo; y los Artículos 6.1, 6.2 y 6.3 del Código de Deontología de la Investigación en Psicología.

De igual forma, se cuidará y asegurará el respeto por los individuos participantes en la investigación y sus derechos inherentes al humano al solicitar su consentimiento, proporcionarles la información necesaria sobre el estudio, garantizar la confidencialidad y anonimato de los datos proporcionados por los participantes y asegurar la posibilidad de su retiro del estudio en cualquier momento de la investigación; esto permitirá cumplir con los Artículos 15, 31, 57 y 60 del Código de Ética Profesional del Psicólogo.

Marco teórico

El objetivo de la presente investigación consistió en determinar la influencia del sexo, la personalidad resistente, las estrategias de afrontamiento, el apoyo social percibido y el estrés percibido sobre la resiliencia en estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello, y cómo es la relación entre dichas variables, dicho problema se ubica en la división número 38 según la APA (2014), correspondiente a la Psicología de la salud, la cual busca avanzar en las contribuciones de la psicología a la comprensión de la salud y la enfermedad a través de investigación, actividades de educación y de servicios básicos y clínicos y alienta a la integración de la información biomédica acerca de la salud y la enfermedad con el conocimiento psicológico actual.

El tema seleccionado se halla en esta división dado que busco explorar las relaciones existentes entre los constructos de: sexo, personalidad resistente, estrategias de afrontamiento, el apoyo social percibido y el estrés percibido con la resiliencia, de forma que se ofrezca una visión empírica más profunda sobre formas de generar resiliencia; la cual contribuye como un factor protector que el individuo ejecuta ante una situación adversa para superarla, favoreciendo así su bienestar psicológico y adaptación (González-Arratia, Reyes, Valdez y González, 2011). De este modo, las posibles aplicaciones del conocimiento resultante de este estudio permitirían contribuir al bienestar de las personas, en lo relativo a su salud psicológica y general.

Asimismo, se buscó estudiar las variables antes mencionadas y su interrelación en jóvenes universitarios, tomando una muestra de estudiantes de pregrado de la Universidad Católica Andrés Bello (UCAB). El interés en torno al estudio de la resiliencia y su relación con los constructos comentados en universitarios procede básicamente de la multitud de dificultades que deben enfrentar estos individuos en el transcurso de sus estudios y en la etapa evolutiva en la que se ubican.

En este sentido, los jóvenes que inician su vida universitaria atraviesan un proceso complejo, influenciado por diversos aspectos, por lo que se requiere de una adecuada adaptación y cambios personales para lograr el éxito (Rivas de Mora, 2012). Dentro de los retos a los que deben enfrentarse se incluyen factores referidos a la educación superior como tal y a las particularidades de la etapa evolutiva en la que se halla esta población.

De acuerdo con Fuenmayor (2002) los aspirantes a estudios superiores suelen ser menores de 18 años (57,4%), de modo que más de la mitad de los estudiantes universitarios que ingresan al primer año o semestre de una carrera aún se encuentran en la adolescencia. Durante esta etapa, el individuo construye su identidad en base a la elección de una ocupación, la adopción de valores

determinados y el desarrollo de una identidad sexual; sin embargo, dicha construcción rara vez termina de formarse en la adolescencia, por lo que el proceso continúa en la adultez temprana, la cual comprende desde los 20 a 40 años aproximadamente (Papalia, Wendkos-Old y Duskin-Feldman, 2010). Tal rango de edad abarca las edades en las que las personas experimentan la vida universitaria en Venezuela; por lo cual éstas usualmente inician su educación superior siendo adolescentes, continuando durante el inicio de la adultez temprana.

De tal modo, los estudiantes universitarios deben afrontar los problemas propios de la etapa evolutiva de la adolescencia y, a medida que avanzan en edad y desarrollo, de la adultez emergente. Durante estas etapas los individuos deben ocuparse de diversas tareas como comenzar a formar su identidad personal, elegir una ocupación, iniciar estudios superiores, establecer relaciones, entre otros (Papalia, Wendkos-Old y Duskin-Feldman, 2010).

Asimismo se deben tomar en cuenta los problemas a nivel social, político y económico que se viven en Venezuela, en particular el tema de la violencia de la cual los jóvenes son víctimas frecuentemente (Rivas de Mora, 2012).

Para lograr afrontar todas las dificultades mencionadas, los estudiantes universitarios requieren medios para adaptarse a las circunstancias problemáticas e incluso salir beneficiados de éstas; dentro de estos medios podría encontrarse la resiliencia. No obstante, existen pocos estudios con respecto a la resiliencia en el ámbito universitario (Álvarez y Cáceres, 2010).

Por tanto, la presente investigación puede ampliar el rango de conocimiento respecto a esta variable, así como en lo referido a la relación e influencia de otros constructos sobre la resiliencia, aplicado a los estudiantes universitarios en Venezuela. En tal sentido, con el presente estudio se buscó cubrir ciertos vacíos teóricos en la literatura de la resiliencia y ampliar los conocimientos disponibles respecto a esta variable a nivel empírico, con la finalidad de actualizar el contenido acerca del constructo.

Además, se consideró pertinente investigar este tema para construir un conocimiento teórico acerca de la resiliencia y los factores que la afectan, con la finalidad de que próximamente se ponga en práctica el conocimiento de la resiliencia y fomentar medidas para beneficio de los estudiantes universitarios. A través de ello se espera favorecer que los estudiantes puedan desarrollar resiliencia y así poder afrontar con mayor efectividad y asertividad los eventos estresantes dentro del ámbito universitario, lograr una adaptación más efectiva y mantener condiciones saludables tanto físicas como mentales.

Teniendo esto en cuenta, se procederá a hacer una breve introducción de las variables estudiadas en el modelo, lo que permitirá indagar acerca de las relaciones subyacentes entre tales constructos y su efecto sobre la resiliencia.

Resiliencia

Ríos-Cabrera (2006) conceptualiza la resiliencia como un término con origen en el latín (resilio, que significa rebotar o volver atrás). En concreto, la palabra es tomada de la física, indicando la resistencia de un material u objeto; de modo que aplicada a la psicología, la resiliencia es una característica de personas con un desarrollo psicológico sano a pesar de las dificultades de sus circunstancias. En tal sentido, implica afrontar los problemas como oportunidades para el aprendizaje (Ríos-Cabrera, 2006).

El interés en este constructo surge inicialmente del estudio de la etiología y desarrollo de la psicopatología en individuos (Becoña, 2006). En las primeras investigaciones se le dio mayor importancia al estudio de los pacientes que sufrían de alguna enfermedad mental grave, dejando de lado la investigación sobre aquellos pacientes que mostraron una adaptación adecuada a su entorno (Luthar, Cicchetti y Becker, 2000).

No obstante, los investigadores progresivamente mostraron mayor interés por los individuos que lograron ajustarse a su contexto y ser exitosos, si bien estaban sometidos a circunstancias difíciles o habían experimentado algún suceso especialmente estresante en sus vidas. Este ajuste observado permitió el reconocimiento de la existencia de diferencias individuales en las respuestas de las personas ante la adversidad; aunque más adelante se evidenció que esta reacción favorable ante las dificultades involucraba, además, variables de la familia y del contexto social (Luthar, Cicchetti y Becker, 2000).

Hay múltiples maneras de entender la resiliencia como constructo y no parece haber un acuerdo claro entre los autores en referencia a su definición (Becoña, 2006; Luthar, Cicchetti y Becker, 2000). La condición de la resiliencia como constructo multidimensional también dificulta su medición, verificación y generalización de los resultados de las investigaciones que abordan esta variable. Asimismo, suele haber discrepancias en cuanto a su consideración como un proceso o como un rasgo de la persona, aunque parece que actualmente hay un consenso entre teóricos e investigadores para referirse a la resiliencia como un proceso influido por diversas variables.

Adicionalmente, según Becoña (2006) existen dos aproximaciones en lo referido a la investigación empírica de la resiliencia. La primera de estas aproximaciones es aquella focalizada en la persona, en la cual se identifican sujetos que cumplen con ciertas características de resiliencia, tras lo cual se procede a hacer un estudio de caso tomando en cuenta las circunstancias

adversas presentes en sus vidas y su capacidad de adaptación. Finalmente, se realiza una comparación entre estas personas y otras que no lograron adaptarse satisfactoriamente, estando ambos conjuntos de personas sometidos a situaciones similares. Esta aproximación tiene como ventaja el estudio del funcionamiento de la resiliencia; no obstante, debido a su metodología particular, dificulta la generalización de los resultados a la población general.

La segunda aproximación es aquella enfocada en la variable, la cual suele aplicarse con mayor frecuencia. En este enfoque se estudia la relación entre variables que establecen diferencias entre sujetos bien adaptados y no adaptados, entre las cuales pueden contarse: la resiliencia, habilidades cognitivas (CI), calidad de la crianza, etc; siendo que dichas variables que actúan como posibles factores de protección (Becoña, 2006).

Sin embargo, hoy en día se entiende la resiliencia, en términos generales, como un proceso de ajuste ante la adversidad que no es extraordinario sino que es manifestado por las personas, sin distinciones. En este sentido, implica conductas e ideas que pueden ser aprendidas y aplicadas por cualquier persona (APA, 2011).

En relación a esto, Naranjo (2010) explica que la resiliencia supone sobreponerse y reconstruirse en la experiencia adversa, no simplemente adaptarse a contratiempos. Asimismo, Fergus y Zimmerman (citado en Becoña, 2006) agregan que la resiliencia implica la superación de los efectos perjudiciales de una situación problemática y la evitación de trayectorias que lleven al riesgo. Además, estos autores explican que la manifestación de la resiliencia requiere la presencia tanto de factores de riesgo como de protección para impulsar un resultado que pueda considerarse positivo y evadir un resultado negativo. Estos factores pueden ser fortalezas, recursos, debilidades o carencias del propio sujeto.

De tal forma, se evidencia que la resiliencia puede estar influida y mediada por diversas variables. Esta perspectiva ha sido adoptada por diferentes investigadores, entendiendo a la resiliencia como producto del efecto de factores personales, disposicionales, familiares y sociales (Becoña, 2006; Naranjo, 2010).

Por su parte, Zimmerman (2013) plantea que la resiliencia como constructo enfoca la atención en variables positivas individuales, contextuales y sociales que contribuyen a interrumpir y/o evitar el desarrollo de resultados negativos en la vida de la persona. Estas variables, que constituyen la contraposición de los factores de riesgo, son conocidas como factores promotores o de protección.

En relación a esto, los teóricos indican tres modelos que describen cómo actúan los factores promotores sobre los efectos negativos del riesgo, moderando su influencia perjudicial. Estos son: el modelo compensatorio, protector y el modelo desafiante (Becoña, 2006; Zimmerman, 2013).

- Modelo compensatorio: describe que los factores de protección actúan de forma independiente y en sentido opuesto al factor de riesgo, contrarrestando y neutralizando su efecto.
- Modelo protector: indica que el factor promotor modifica la relación entre el riesgo y el resultado de la exposición a este riesgo. En este punto se consideran dos posibilidades: el factor protector reduce la relación entre el riesgo y el resultado, o bien aumenta el efecto de otros factores protectores que puedan estar actuando.
- Modelo desafiante: revela que la relación entre el factor de riesgo y el resultado es curvilínea, de modo que la exposición a bajos y altos niveles de riesgo generan resultados negativos, mientras que la exposición del sujeto a niveles moderados de riesgo favorecen resultados positivos en el futuro, si se producen nuevos riesgos.

Bajo estas circunstancias, el uso del término resiliencia como referencia a la capacidad de las personas de afrontar situaciones de forma exitosa y fortalecerse con la experiencia, ha contribuido a considerar la salud psicológica como un estado de bienestar en un continuo de salud-enfermedad (Omar et al., 2011), en lugar de mantenerse en la perspectiva del estudio exclusivo o preferencial desde lo patológico.

De tal manera han surgido diversas investigaciones que revelan la relación positiva y contribución de la resiliencia con indicadores de salud mental. A este respecto, Limonero, Tomás-Sábado, Fernández-Castro, Gómez-Romero y Ardilla-Herrero (2012) realizaron un estudio con 254 estudiantes universitarios en Barcelona, España. Los objetivos de este trabajo fueron analizar la relación entre resiliencia y satisfacción con la vida, así como verificar si existía un efecto de moderación o mediación de la regulación emocional percibida. En este sentido, se observó una relación positiva y estadísticamente significativa entre la resiliencia y la satisfacción con la vida ($r = .32$, $p < 0.01$). Además, la media general de 14,47 ($S = 2,45$) indicó una resiliencia moderada en los estudiantes universitarios españoles.

Por otra parte, se dividió la muestra de acuerdo al criterio de alta resiliencia (puntaje mayor o igual a 17) y baja resiliencia (puntajes menor o igual a 13). De este modo, se comprobó que aquellos estudiantes con alta resiliencia (mayor uso de estrategias resilientes) presentaban una mayor satisfacción con la vida ($t = -6.29$, $p = 0.00$); lo que permite evidenciar que la resiliencia se relaciona con el bienestar de la persona y que constituye un factor valioso en la adaptación de los individuos, por lo que es posible esperar que en el presente estudio la resiliencia muestre relaciones positivas con variables que contribuyan con el bienestar.

Otro indicador del efecto positivo de la resiliencia sobre el bienestar de los sujetos lo demuestran Lam et al (2008), quienes realizaron un estudio en mujeres gestantes que habían sido víctimas de violencia de género, en comparación con aquellas que no habían sufrido violencia de género. El objetivo del estudio era comprobar que las mujeres sometidas a violencia mostraban menos prevalencia de síntomas depresivos; en este sentido, se halló que si contaban con adecuados niveles de apoyo social había 79% menos riesgo de presentar depresión gestacional (odds ratio=0.21, $p<0.05$), mientras que con altos niveles de resiliencia había 41% menos riesgo (odds ratio=0.49, $p<0.05$).

Por tanto puede decirse que estos autores encontraron que una persona con mayor resiliencia tendrá menores probabilidades de sufrir depresión, de modo que constituye un factor protector contra la depresión. En este sentido, podría esperarse que la resiliencia se relacione de forma directa con variables que afecten positivamente al individuo.

Adicionalmente, Arrogante (2014) halló relaciones significativas y moderadas entre la resiliencia y todas las dimensiones de las variables estado de salud, bienestar subjetivo y el bienestar psicológico (Ver Tabla 1). Únicamente presentó una relación significativa y baja con el componente físico del estado de salud. De tal forma, el autor pudo concluir que entre mayor resiliencia presente una persona, mejor salud tendrá tanto a nivel físico como mental, presentará mayor satisfacción con la vida, afecto positivo, autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en su vida y crecimiento personal. Asimismo, a mayor resiliencia, menos afecto negativo experimentará el individuo.

En términos generales, una mayor resiliencia conllevaría un mejor estado de salud y mayor bienestar a nivel subjetivo y psicológico.

Tabla 1.

Correlación de la variable Resiliencia con las Dimensiones de Estado de Salud, Bienestar Subjetivo y Bienestar Psicológico.

Variables	Dimensiones	Correlación con Resiliencia
Estado de Salud	Componente Físico	0,15 *
	Componente Mental	0,38**
	Satisfacción con la Vida	0,39**
Bienestar Subjetivo	Afecto Positivo	0,63**
	Afecto Negativo	-0,35
Bienestar Psicológico	Autoaceptación	0,50**
	Relaciones Positivas	0,30**
	Autonomía	0,45**
	Dominio del Entorno	0,47**

	Propósito en la Vida	0,39**
	Crecimiento Personal	0,43**

** p<0.01, *p<0.05

Por otra parte, no existe un consenso en cuanto a la influencia del sexo sobre la variable resiliencia. El sexo puede definirse como la condición orgánica masculina o femenina (RAE, 2014).

A este respecto, Quiceno y Vinaccia (2012) en su estudio en una muestra de enfermos crónicos encontraron que la resiliencia es completamente independiente de variables sociodemográficas como el sexo, la edad, el nivel educativo, el estrato socioeconómico, el estado civil, la ocupación y el tratamiento farmacológico. Asimismo, Limonero, Tomás-Sábado, Fernández-Castro, Gómez-Romero y Ardilla-Herrero (2012) no hallaron diferencias significativas entre ninguna de sus variables de estudio. Estos resultados también se dieron en la investigación de Arrogante (2014), de forma que el sexo no correlacionó significativamente con ninguna de las dimensiones del estrés laboral.

Asimismo se encuentra el estudio de Choowattanapakorn, Aléx, Lundman, Norberg y Nygren (2010), quienes buscaban realizar comparaciones entre los niveles de resiliencia de personas mayores de 60 años, habitantes de Suecia y de Tailandia; para lo cual emplearon la prueba estadística χ^2 (Chi cuadrado) y se compararon todas las variables “de fondo” (sexo, estado civil, edad y cantidad de hijos) en base a la resiliencia en las muestras de Suecia y de Tailandia, con lo cual no se hallaron diferencias en cuanto a resiliencia según el país de origen. Asimismo, aplicó una regresión múltiple para determinar la influencia de las variables “de fondo”, hallando que no existían diferencias en la resiliencia en base al sexo ni en la muestra de Suecia ($\beta= 0.028$, $p=0.561$) ni en la muestra de Tailandia ($\beta=-0.019$, $p=0.803$).

Sin embargo, en contraposición Alvarez y Cáceres (2010) hicieron una investigación con 180 estudiantes universitarios, que tuvo como finalidad explorar dimensiones de la resiliencia (introspección, iniciativa, humor, interacción, independencia, creatividad, moralidad y pensamiento crítico), las correlaciones de la resiliencia con variables demográficas como la edad, el estrato socioeconómico, el número de hijos, género; así como con variables sociales (estado civil y tipo de convivencia familiar) y con el rendimiento académico, en estudiantes universitarios de la ciudad de Bucaramanga. A partir de esta investigación se encontró que las mujeres eran más resilientes que los hombres, siendo que las diferencias en cuanto a resiliencia halladas en las mujeres ($t=14.542$, $p=0.00$) y en los hombres ($t= 18.834$, $p=0.00$) eran estadísticamente significativas.

Por otra parte, en lo referente a la relación de la resiliencia con variables sociodemográficas, y teniendo en cuenta la investigación de Quiceno y Vinaccia (2012), donde se halló que la resiliencia es independiente de variables sociodemográficas, se buscó indagar en este supuesto con el fin de identificar

posibles variables a controlar en la presente investigación. De tal forma, se evidenció en una investigación conducida por Lopez, Serey y Martínez (2013) con una muestra de universitarios, que existe una distribución similar para los diferentes grupos de edades en cuanto a la media de la resiliencia. Asimismo Saavedra y Villalta, González y Valdez (citado en Lopez, Serey y Martínez, 2013) han encontrado en muestras de estudiantes universitarios, que no existen diferencias significativas en cuanto a la variable edad y su relación con la resiliencia. De tal modo, la edad no se consideró una variable relevante para controlar dentro del diseño de investigación del presente estudio.

En síntesis, la resiliencia está conceptualizada como un factor protector que favorece la salud psicológica y general de las personas, permitiendo alcanzar una adaptación adecuada a situaciones adversas y la superación de las dificultades. De tal forma, se relaciona con diversos constructos que a su vez promueven el bienestar y la satisfacción con la vida.

En base a las investigaciones empíricas expuestas previamente, se esperaría que la resiliencia no presente una relación directa con el sexo, de modo que tanto hombres como mujeres obtendrán niveles semejantes en cuanto a resiliencia. Asimismo, dado que la resiliencia se relaciona de forma positiva con indicadores de bienestar, es posible esperar que se relacione de forma inversa con variables que perjudiquen al individuo y su salud mental.

Una variable que se relaciona de forma negativa con la resiliencia es el estrés percibido (Wilks, 2008; Arrogante, 2014). Asimismo cabe la posibilidad de que la resiliencia se vea afectada negativamente por la influencia del estrés, socavando el ajuste de la persona a las dificultades, o bien que, por el contrario, pueda prevalecer y permitir a la persona reponerse de los problemas que se le presenten (Arrogante, 2014). Por tanto, se considera que el estrés puede ser una variable de interés para indagar sobre su relación con la resiliencia, así como las variables del modelo: sexo, personalidad resistente, apoyo social y estrategias de afrontamiento.

Estrés percibido

Angelucci (2009) indica que hay varios puntos que se han abordado en lo referente a la definición del término estrés: la diferencia entre estrés y emoción, el estrés como beneficioso o perjudicial, y el estrés como una situación o como una respuesta.

Con respecto a la primera consideración, investigadores como Carlson, Worchel y Shebilske, Lazarus y Folkman (1986) indican que el estrés es un proceso más general que, en su funcionamiento, genera emociones, pero no es una emoción en sí mismo. Por otra parte, en cuanto al segundo punto, Angelucci

explica que el estrés no puede verse como bueno o malo en sí mismo. Según esta autora, en un extremo de la escala, el estrés representa aquellos desafíos que excitan y mantienen alerta al organismo, que permiten afrontar los retos (euestrés). En el otro extremo, el estrés representa aquellas condiciones bajo las cuales los individuos enfrentan exigencias que no pueden satisfacer física o psicológicamente, y que provocan alguna alteración en uno u otro de estos niveles (distrés).

Asimismo, existe la conceptualización del estrés como una situación o estímulos que resultan estresantes, y como una respuesta del sujeto ante el estrés (Angelucci, 2009). Este aspecto ha llevado a diferenciar las definiciones de estrés, en aquellas centradas en la respuesta (el estrés como una respuesta ante un estímulo o situación que la activa), centradas en el estímulo (el estrés como estímulo que genera una respuesta) y aquellas relacionales (donde hay un intercambio entre ambiente y organismo, en el cual una situación estresora no es suficiente por sí sola para producir estrés, deben estar condiciones en el organismo que faciliten una respuesta al estrés (tales como la evaluación de los estímulos) y las maneras de afrontarlo (Lazarus y Folkman, 1986).

Una aproximación relacional al estrés lo constituye el modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1986) quienes consideraban que ante una situación de estrés el individuo despliega un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales mediante los cuales podría afrontar las demandas del contexto. A su vez, destacaban que la respuesta ante el estrés dependía de la percepción o evaluación que el sujeto hace de su contexto, por lo que dependía de la transacción producida entre el organismo y el ambiente.

En concordancia con esta perspectiva, Alimar, Silvana y Geohanna (2012) manifestaron que el efecto o impacto de un suceso depende de la percepción de la persona, a partir de lo cual surge el concepto de estrés percibido, lo que implica que una situación desencadenará una respuesta dependiendo de si el individuo considera estresante tal contexto. Con esto se infiere que un estímulo no necesariamente es estresante por sí mismo, sino que el estrés vendrá dado por la evaluación que la persona hace de éste.

Al respecto, Lovera y Montesinos (2010) plantearon que hay tres elementos que constituyen la relación transaccional entre la respuesta de estrés y los estímulos estresores. En primer lugar, la persona debe evaluar la situación en la que se encuentra; seguidamente, considera los recursos con los que cuenta para afrontarla; y por último ejecuta cogniciones y acciones para responder ante las demandas de la situación. Asimismo, Barraza (2006) explica que un suceso puede evaluarse de tres maneras, con independencia de sus características objetivas: el estímulo puede considerarse neutro, positivo o negativo. Nuevamente, el peso se coloca en la interpretación que el sujeto hace del ambiente, es decir del estrés percibido en una situación.

Existe un marcado interés por el estudio del estrés, en general, en relación con otros constructos para la promoción de la salud psicológica de las personas tales como la resiliencia.

En relación a esto, en un estudio conducido por Benitez, D' Angelo y Geohanna (2013), con una muestra de 867 policías y bomberos venezolanos, cuyo objetivo consistió en la validación de la escala de estrés percibido (EEP) de Cohen et al. (citado en Benitez, D' Angelo y Geohanna, 2013), se obtuvo que a mayor estrés percibido por la persona, mayor ansiedad ($r=-.218$) y depresión experimentaría ($r=-.119$), así como un menor ajuste psicológico ($r=.445$), resiliencia ($r=.259$) e internalidad ($r=.541$). Siendo el estrés, desde esta perspectiva un determinante en cuanto a la manifestación de diversas estrategias de afrontamiento y la capacidad resiliente del estudiante, para lidiar con las adversidades de la rutina estudiantil.

Asimismo, Feldman, Goncalves, Chacón-Puignau, Zaragoza, Bagés y De Pablo (2008) estudiaron el estrés académico en una muestra final de 321 estudiantes de la Universidad Simón Bolívar en Venezuela. El objetivo de la investigación fue estudiar el nivel de estrés académico, el apoyo social y su relación con la salud mental y el rendimiento académico. De tal forma, se hallaron niveles ligeramente elevados de estrés en los sujetos, con media de 55,73 ($S=1,20$) dándose una mayor intensidad del estrés ($X=77.20$, $S=1,25$) que frecuencia de las situaciones desencadenantes de estrés ($X=38.45$, $S=1,19$). Además, se evidenció que las mujeres reportan mayor intensidad de estrés ($p<0.01$) y estrés en general ($p<0.05$), y más indicadores de problemas de salud mental.

Respecto a la relación entre apoyo social y estrés académico, no se evidenciaron correlaciones significativas; sin embargo, hubo correlaciones bajas entre la intensidad del estrés académico y el apoyo de amigos ($r = -.119$, $p < 0.01$), el apoyo social en general ($r = -.191$, $p < 0.001$) y la opinión acerca del apoyo social ($r = .123$, $p<0.001$). De tal modo, a mayor intensidad del estrés académico, menor sería el apoyo de parte de los amigos y en general, y mayor opinión tendría el individuo sobre la importancia del apoyo social. En este sentido, estos resultados permiten establecer una base empírica para considerar en la presente investigación que en la población universitaria es esperada la valoración del apoyo de los amigos por encima de otros tipos de apoyo social; asimismo, podría esperarse una relación inversa entre el apoyo social percibido por el individuo y el estrés que éste presenta, un reporte bajo de frecuencia de estrés y un mayor reporte de estrés en las mujeres.

En cuanto al vínculo entre el estrés y la resiliencia, en el trabajo con una muestra de 314 estudiantes de trabajo social realizado por Wilks (2008), cuyo objetivo era determinar el papel moderador del apoyo social (apoyo familiar y apoyo de amigos) en la relación entre el estrés académico y la resiliencia. Este autor halló que existe una relación negativa y significativa entre resiliencia y estrés

académico ($r = -.38, p < 0.01$), de modo que un mayor estrés académico conllevaba menor resiliencia en las personas. Además, encontró una relación negativa y moderada entre el estrés académico y el apoyo familiar ($r = -.21, p < 0.01$), así como relaciones positivas y moderadas entre la resiliencia y el apoyo de la familia ($r = .30, p < 0.01$) y el apoyo de los amigos ($r = .29, p < 0.01$).

En congruencia con estos resultados se tiene la investigación de Arrogante (2014), quien buscó determinar el efecto de variables psicosociales (resiliencia, apoyo social, consecuencias del estrés laboral y estrategias de afrontamiento) y variables sociodemográficas el bienestar percibido, considerado en 3 dimensiones: estado de salud, bienestar subjetivo y bienestar psicológico. Para ello utilizó una muestra de 255 sujetos de personal sanitario del Hospital Universitario de Fuenlabrada (Madrid), así como una muestra de 120 sujetos de personal docente para fines comparativos. Asimismo, buscaba comprobar la existencia de diferencias en dichas variables debido al sexo de los sujetos.

En cuanto a la relación entre resiliencia y estrés, se hallaron relaciones significativas y moderadas con todas las dimensiones de las consecuencias del estrés laboral (Ver Tabla 2). Dichas dimensiones son: agotamiento emocional ($r = -.26, p < 0.01$), despersonalización ($r = -.26, p < 0.01$) y realización personal ($r = .45, p < 0.01$). Por tanto, estos resultados indican que una menor resiliencia conllevaría mayor agotamiento emocional, mayor despersonalización y menor realización personal del individuo y, por tanto, mayor estrés. Adicionalmente, se hallaron relaciones negativas entre las dimensiones del estrés laboral y las dimensiones del bienestar subjetivo y psicológico. Asimismo, se exploró la relación del estrés con tres estrategias de afrontamiento, encontrándose correlaciones significativas entre cada estrategia y cada dimensión del estrés laboral. (Ver Tabla 2).

Por último, no hubo diferencias en cuanto al sexo en las dimensiones consideradas del estrés laboral ($F(1,119) = 1.18, p = 0.279$).

Tabla 2.

Coefficientes de correlación de Pearson entre las dimensiones de las Consecuencias del Estrés Laboral, la Resiliencia, el Sexo y las dimensiones del Bienestar.

Variables	Dimensiones	Dimensiones del Estrés Laboral		
		Agotamiento emocional	Despersonalización	Realización personal
Resiliencia	--	-0,26**	-0,26**	0,45**
Bienestar Subjetivo	Satisfacción con la vida	- 0,30**	0,51**	-0,30**
	Afecto positivo	-0,25**	-0,20**	0,42

	Afecto negativo	0,41**	0,29**	-0,35**
Bienestar Psicológico	Autoaceptación	-0,44**	-0,21**	0,54**
	Relaciones positivas	-0,36**	-0,22**	0,30**
	Autonomía	-0,20**	-0,27**	0,28**
	Dominio del entorno	-0,33**	-0,25**	0,35**
	Propósito en la vida	-0,43**	-0,20**	0,49**
	Crecimiento personal	-0,32**	-0,14*	0,43**
Estrategias de afrontamiento	Afrontamiento Compromiso	-0,23**	-0,21**	0,56**
	Afrontamiento Apoyo	-0,25**	0,12*	0,19**
	Afrontamiento Falta Compromiso	0,30**	0,38**	-0,26**

**p<0.01, *p<0.05

Por su parte, los resultados de Lovera y Montesinos (2010), permiten señalar que la población ucabista (a partir de la cual se tomó la muestra del presente estudio) muestra un grado de estrés académico general moderado con una media de 4,39 (S=1,37), con mayores niveles de estrés en lo referente a la dimensión estrés ante los exámenes de media 6,79 (S=1,56) y ante las evaluaciones orales, con una media de 4,82 (S=2,65). Esto implica que los estudiantes ucabistas sufren mayor estrés académico ante los exámenes y las evaluaciones orales.

Además, se halló mediante regresión múltiple que el estrés académico era predicho significativamente por estrategias de afrontamiento por solución fantástica ($\beta = .728$, $p=0.020$), afrontamiento activo ($\beta = -.898$, $p=0.038$) y la variable sexo ($\beta = -.620$, $p=0.00$); en este sentido, las mujeres experimentaban mayor estrés académico general.

Por otra parte, en el trabajo de Bethelmy y Guarino (2008), cuya muestra estuvo constituida por 130 médicos que trabajaban en unidades críticas en Venezuela, se buscó predecir los síntomas de estrés percibidos a nivel físico y psicológico, en relación con su estrés laboral; teniendo en cuenta como variables mediadoras: la sensibilidad emocional, estilos de afrontamiento (racional, emocional, por evitación y por desapego emocional) y las características demográficas de la muestra. Para ello realizaron análisis descriptivos de las

variables, cálculo de las correlaciones entre ellas y regresión múltiple, encontrando que para el caso del estrés (siendo ésta una variable de interés en el presente estudio), se hallaron diferencias en el reporte de estrés de acuerdo con el sexo de los participantes. De este modo, las mujeres reportaron mayores niveles de síntomas físicos que los hombres ($t = -2.11$, $p = 0.037$), lo cual es congruente con los resultados obtenidos por Feldman et al (2008) y Lovera y Montesinos (2010).

De tal modo, luego de la revisión empírica realizada, en este estudio se esperaría una relación negativa entre la resiliencia y el estrés en general, lo que permitiría apuntar a la hipótesis de que un nivel menor de estrés percibido conllevaría mayor resiliencia. Asimismo, la relación del estrés y el sexo parece indicar que las mujeres en general reportarán mayor estrés percibido. Mediante la presente investigación se buscará comprobar ambos supuestos.

Por otra parte, ante situaciones de estrés la persona podría implementar herramientas diversas para superar las dificultades, tales como las estrategias de afrontamiento, que también pueden funcionar como factores protectores para promover el ajuste y éxito de la persona mediante la disminución del estrés percibido y, consecuentemente, el favorecimiento del efecto positivo de la resiliencia. Por ello, se considera pertinente incluir la variable estrategias de afrontamiento con el fin de indagar en su relación con la resiliencia, así como con el estrés percibido, sexo, personalidad resistente y apoyo social.

Estrategias de afrontamiento

De acuerdo con Sousa (2014) el afrontamiento ha sido considerado una forma especial de adaptación al contexto desencadenada por estímulos o situaciones particulares, que para algunos individuos pueden resultar agobiantes, mientras que para otros no. De tal forma, las personas sanas y normales pueden desplegar un repertorio de respuestas más o menos emocionales ante un problema concreto.

En este sentido, Lazarus y Folkman (1986) planteaban originalmente en su modelo transaccional que el afrontamiento supone un conjunto de esfuerzos de tipo cognitivos y conductuales que el sujeto lleva a cabo para responder a las demandas del ambiente, ante un hecho que pueda producir estrés.

Al respecto, Collins (2008) explica que el afrontamiento puede involucrar una reconstrucción cognitiva (reinterpretación) en un sentido positivo, de modo que una situación que pueda resultar estresante es vista por el individuo de una forma menos intimidante. Esto constituye una estrategia enfocada en el manejo de las emociones producidas por el suceso estresante, más que en lidiar con el

suceso como tal. Este método incluye múltiples métodos como buscar apoyo en otros, planificar, evadir la situación problemática, etc.

Este mismo autor también propone que tras esta estrategia, el sujeto puede enfocarse en afrontar el problema (ahora visto de forma más positiva) activamente. Además, se destaca que en circunstancias en las que es inevitable el contacto con un determinado estresor, la aceptación de éste es importante para que la persona pueda aproximarse a él y procurar idear soluciones con las cuales pueda adaptarse. No obstante, no todas las estrategias de afrontamiento de un problema resultan funcionales.

En cuanto a las clasificaciones de las estrategias de afrontamiento, Lazarus y Folkman (1986) explican que usualmente son entendidos bajo dos perspectivas amplias: afrontamiento orientado al problema y orientado a lo emocional. El afrontamiento enfocado en el problema implica el esfuerzo por influir en la fuente del estrés; mientras que el afrontamiento emocional intenta disminuir las emociones negativas derivadas del estrés (Lazarus y Folkman, 1986).

No obstante, Lazarus (citado en Sousa, 2014) propuso descartar la categorización clásica de los estilos de afrontamiento como centrados en el problema o centrados en la emoción, ya que no ofrece aportes significativos en la identificación de estilos más o menos funcionales. Como alternativa, este autor planteó que puede resultar más provechoso el estudio del afrontamiento según el enfoque centrado en las personas, más que en aquel centrado en las variables, que es aplicado más habitualmente.

Asimismo, en un estudio conducido en Madrid por De Abona, Pilar y Matud (2002), en una muestra de 223 profesionales de la enseñanza, tras hacer la factorización y validación del pilotaje, se obtuvo que las dimensiones que corresponden a las estrategias de afrontamiento son: factores: emocionalidad, formado por 15 ítem que presentan una consistencia interna de 0,83; racionalización, que está compuesto por 14 ítem cuya consistencia interna también es de 0,83 y distanciamiento/evitación del problema, con una consistencia interna de 0,78 e integrado por 15 ítem, por lo cual, dada la consistencia interna se decidió optar por dicho modelo de tres dimensiones, para esta investigación.

Por otra parte, la necesidad de considerar los procesos de afrontamiento desde otras categorizaciones también fue reconocida por diversos autores, lo cual llevó al desarrollo de múltiples escalas de medida a las que se le aplicaron análisis factoriales, con el fin de identificar dimensiones de afrontamiento utilizadas por los individuos evaluados. Uno de los sistemas de categorización más usados en la literatura describe cuatro factores principales:

- a) Afrontamiento racional o activo: Estrategia orientada, a la valoración de la situación, su gravedad, importancia, priorizando acciones y aceptando nuestra responsabilidad (Pastor, 2014).

- b) Afrontamiento emocional: Estrategias orientadas a regular la respuesta emocional que el problema da lugar (Herrera, 2006).
- c) Afrontamiento evitativo: Estrategias orientadas a evitar enfrentarse con el problema (Herrera, 2006).
- d) Afrontamiento por desapego: Describe la forma de manejar las situaciones estresantes sin involucrarse emocionalmente con ellas, es decir afrontando los eventos desde una perspectiva objetiva y neutral (Herrera, 2006).

Dicha estructura de cuatro factores ha sido hallada y comprobada por diversos autores en sus investigaciones, hallándose una consistencia interna satisfactoria para cada factor y una confiabilidad adecuada del instrumento empleado (Guarino, Sojo y Bethelmy, 2007; Herrera y Guarino, 2008; Méndez, 2008). Adicionalmente, este modelo de 4 factores ha sido trabajado recientemente en la investigación y en muestras similares a la que usamos en nuestro estudio (universitarios venezolanos), por lo que este esquema será el que se aplicará en la presente investigación.

En cuanto a la relación existente entre la resiliencia y el afrontamiento, se suele reportar que los individuos más resilientes aplican estrategias de afrontamiento más adaptativas o funcionales (Omar et al, 2011). Esto permite plantear una posible relación positiva entre la resiliencia y el afrontamiento que implique una adaptación adecuada, es decir que sería esperado que los sujetos que hagan uso de estrategias más funcionales tendrán mayor resiliencia y, por tanto, una mejor adaptación.

Dicha suposición se ve comprobada en diversos estudios. Como ejemplo se encuentra el trabajo de Arrogante (2014), en el cual se consideraban 3 tipos de afrontamiento: el afrontamiento de compromiso (que incluye estrategias enfocadas en el problema y algunas enfocadas en la emoción), el afrontamiento apoyo (que implica sólo estrategias enfocadas en la emoción) y el afrontamiento de falta de compromiso (relacionado con el afrontamiento evitativo y el desapego emocional).

En dicho estudio se hallaron relaciones positivas y significativas entre resiliencia y el afrontamiento compromiso ($r=.55$, $p<0.01$) y el afrontamiento apoyo ($r=.21$, $p<0.01$), así como una relación negativa y significativa con el afrontamiento falta de compromiso ($r= -.31$, $p<0.01$). De tal forma, las personas con alta resiliencia hacían mayor uso de las estrategias compromiso y apoyo, así como un menor uso de la estrategia falta de compromiso. Por tanto, cabría esperar que en la presente investigación se hallen relaciones positivas entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento racional y emocional, así como relaciones negativas con las estrategias de afrontamiento evitativo y por desapego emocional.

Adicionalmente, Méndez (2008) planteó un modelo de ruta para determinar la relación y efecto de las variables sexo, edad, personalidad resistente, estrategias de afrontamiento y apoyo social sobre el bienestar psicológico general, con una muestra final de 263 estudiantes de pregrado de la UCAB. Sus resultados permiten afirmar que la población Ucabista no hace un uso relevante del afrontamiento por desapego emocional teniendo una media de 27,60 ($S= 5,60$), presenta un uso importante del afrontamiento racional con media de 28 ($S=4,57$), un uso moderado de estrategias de afrontamiento evitativo, con una media de 12,25 ($S=2,86$) y de afrontamiento emocional, de media 24 ($S=4,68$).

Además, se hallaron correlaciones positivas y significativas entre el afrontamiento racional y evitativo con aspectos positivos para el bienestar del individuo, siendo que el afrontamiento racional se vinculó positivamente con optimismo y salud ($\beta=.234$, $p<0.01$), y con satisfacción y placer ($\beta =.283$, $p<0.01$), mientras que el afrontamiento evitativo también tuvo una relación positiva con optimismo y salud ($\beta=.104$, $p<0.05$). Cabe destacar que el afrontamiento por desapego no presentó correlaciones significativas con ninguna dimensión del bienestar; mientras que el afrontamiento emocional se relacionó negativamente con optimismo y salud ($\beta = -.356$, $p<0.01$), satisfacción y placer ($\beta = -.167$, $p<0.01$) y positivamente con malestar y pesimismo ($\beta =.313$, $p<0.01$).

Lo anterior revela que el afrontamiento racional parece ser la estrategia más funcional para los estudiantes universitarios, seguido del afrontamiento evitativo, mientras que el afrontamiento por desapego y emocional no resultan adaptativos, destacándose el afrontamiento emocional como particularmente perjudicial. Teniendo en cuenta que los individuos más resilientes utilizan las estrategias de afrontamiento más funcionales (Omar et al, 2011), estos resultados permitirían hipotetizar que la resiliencia se relacionará positivamente con el afrontamiento racional, mientras que podrían darse relaciones negativas con el afrontamiento emocional, evitativo y por desapego.

Por otra parte, cabe mencionar el trabajo de Lovera y Montesinos (2010) quienes estudiaron el efecto de las estrategias de afrontamiento, la distribución del horario académico, la condición laboral, el nivel socioeconómico y el género sobre el estrés académico en estudiantes de la UCAB, teniendo una muestra de 325 personas. En este sentido, evaluaron las dos agrupaciones clásicas de estrategias de afrontamiento: aquellas centradas en la emoción (solución fantástica, reevaluación cognitiva, y evasión y conformismo) y aquellas centradas en el problema (búsqueda de apoyo e información, afrontamiento activo y hacerse responsable).

Se evidenció que los encuestados presentaban niveles altos de todas las estrategias de afrontamiento, destacando que solían utilizar en mayor medida las estrategias centradas en el problema que aquellas centradas en la emoción. Por otra parte, a través del cálculo de regresión múltiple se halló que el estrés

académico era predicho significativamente por estrategias de afrontamiento por solución fantástica ($\beta = .728$, $p < 0.05$), afrontamiento activo ($\beta = -.898$, $p < 0.05$) y la variable sexo ($\beta = -.620$, $p < 0.05$), de modo que las mujeres que utilizaban estrategias de afrontamiento por solución fantástica y menor afrontamiento activo tendían a reportar mayor estrés académico.

En este estudio sí se reportaron diferencias de sexo en el uso de estrategias por solución fantástica ($t = -2.218$, $p < 0.05$), búsqueda de apoyo e información ($t = -2.439$, $p < 0.05$), afrontamiento activo ($t = -2.046$, $p < 0.05$) y hacerse responsable ($t = -2.622$, $p < 0.05$), de modo que las estrategias emocionales (desadaptativas) son utilizadas más por las mujeres que por los hombres.

Asimismo, Bethelmy y Guarino (2008) hallaron en su estudio que los afrontamientos de tipo emocional y racional tienen correlaciones significativas con los síntomas físicos y psicológicos del estrés laboral. De este modo, las personas que utilizan el afrontamiento racional presentan menos síntomas físicos de estrés ($r = -.21$, $p < 0.05$) y más síntomas psicológicos de estrés ($r = .22$, $p < 0.05$); mientras que las personas que utilizan el afrontamiento emocional muestran más síntomas físicos ($r = .28$, $p < 0.01$) y psicológicos de estrés ($r = .53$, $p < 0.01$).

Por su parte, el afrontamiento por evitación y por desapego mostraron una asociación positiva y significativa con los síntomas psicológicos de estrés laboral; resaltando que las personas que utilizaban el afrontamiento por evitación presentaban más síntomas psicológicos ($r = .22$, $p < 0.01$) y que aquellas que utilizaban el afrontamiento por desapego sufrían menos síntomas psicológicos ($r = -.18$, $p < 0.05$). Además, no se observaron diferencias relevantes en las dimensiones de afrontamiento en base al sexo.

Asimismo, en otro estudio en una investigación conducida por Guarino y Lousinha (2013) en una muestra de 211 docentes de instituciones públicas en Caracas, Venezuela, tuvo por objetivo encontrar aquellas variables que mejor predicen el estrés percibido, mediante un análisis de regresión paso a paso. Al introducir en el último paso (3) las estrategias de afrontamiento, el valor de la correlación del modelo aumentó significativamente (R cuadrada corregida = 0.479; $p = 0.005$). Con respecto al estrés y las estrategias de afrontamiento, se obtuvo en los coeficientes estandarizados, una vez comprobados los efectos directos del estrés percibido y los estilos de afrontamiento sobre la salud global de los docentes, se tiene que la interacción Z31 (EPxEMO) evidencia un efecto moderador del Afrontamiento Emocional en la relación Estrés Percibido – Salud General ($\beta = -.184$, $p = 0.026$). Esto es, a mayores niveles de estrés percibido y mayor uso de estilos de afrontamiento emocional, mayor será el impacto sobre la salud global de los docentes.

Teniendo en cuenta las investigaciones presentadas previamente, cabe esperar que la resiliencia presente relaciones positivas con el afrontamiento racional pues parece estar asociado a disminución del estrés y mayor resiliencia

en las personas. Asimismo, se esperan relaciones negativas entre la resiliencia y el afrontamiento emocional, evitativo y por desapego, debido a que no constituyen estrategias adaptativas para las personas y se asocian a síntomas de estrés. De igual forma, se espera que el estrés se asocie de forma positiva al afrontamiento racional, emocional y evitativo, y de forma negativa al afrontamiento por desapego. Por último, se espera que las mujeres hagan mayor uso de estrategias de afrontamiento emocional que los hombres; mientras que en el afrontamiento racional, evitativo y por desapego no se esperan diferencias significativas por el sexo.

Además, se ha observado que dentro del afrontamiento emocional se hallan involucradas estrategias de búsqueda de apoyo en otras personas, o bien el apoyo puede considerarse un tipo de afrontamiento independiente, como en el estudio de Arrogante (2014), lo cual destaca la relevancia de la ayuda de los demás como herramienta alternativa para la superación y la adaptación al medio. Esto supondría que el apoyo social puede influenciar de manera positiva tanto la resiliencia como las estrategias de afrontamiento, así como de forma negativa al estrés percibido, potenciando el bienestar de la persona.

Apoyo social percibido

Se ha observado cómo la socialización y búsqueda de apoyo en otras personas, tales como: familiares, amigos, pareja, entre otros, produce efectos favorables en el afrontamiento de situaciones estresantes y en otros casos en la contribución al mejoramiento y mantenimiento del bienestar psicológico de los individuos, fomentando así en los mismos el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y conductuales que facilitan su adaptación e integración al medio como personas activas y productivas (Fontana, Alvarado, Angulo, Marín y Quirós, citado en Gomez, 2012).

Este tipo de socialización recibe el nombre de apoyo social percibido, el cual es definido por Cobb (citado en Gómez, 2012) como la información perteneciente a una de las tres siguientes clases: a) información que lleva al sujeto a creer que cuidan de él, b) información que le lleva a creer que es estimado y valorado, y c) información que lleva al individuo a creer que pertenece a una red de comunicaciones y obligaciones mutuas. Por otro lado, Bagés (1991), define el apoyo social como los contactos personales disponibles y los recursos suministrados mientras ocurre y posterior a la ocurrencia de un evento estresante, por parte de otras personas, grupos y/o sociedades. Otros autores lo definen como las provisiones instrumentales y/o expresivas, reales y percibidas suministradas por la comunidad, redes sociales y amigos íntimos del individuo (Méndez, 2008).

El apoyo social percibido a lo largo de la literatura ha sido abordado en la investigación desde dos dimensiones:

- a) Apoyo social estructural: puede definirse como los lazos directos e indirectos que unen a un grupo de individuos según criterios definidos, como la relación de parentesco, de amistad o de conocimiento siendo sus características más relevantes el tamaño, fuerza de los vínculos, densidad, homogeneidad y dispersión. Se proponen como indicadores más significativos de esta dimensión los estrechos contactos con familiares y amigos cercanos. (Pérez, citado en Calvo y Dolores, 2004).
- b) Apoyo social funcional: se refiere a las cualidades sociales de éstas, el grado de intimidad, el tiempo de dedicación, la dirección cognitiva y la asistencia tangible, siendo los indicadores más relevantes para esta dimensión el sentido de pertenencia, el apoyo emocional y el apoyo tangible (Pérez, citado en Calvo y Dolores, 2004).

Asimismo, Castellano (2014), diferencia varios tipos de apoyo social, entre los que se encuentran:

- a) Los apoyos materiales que implican un flujo de recursos monetarios (dinero efectivo de forma regular o no, remesas, regalos, etc.) y no monetarios bajo la forma de otras formas de apoyo material (comidas, ropa, pago de servicios).
- b) Los apoyos instrumentales pueden ser el transporte, la ayuda en labores del hogar y el cuidado y acompañamiento.
- c) Los apoyos emocionales se expresan por la vía del cariño, la confianza, la empatía.
- d) Los apoyos cognitivos se expresan mediante consejos, transmisión de información.

Por otra parte, la APA (2011) propone establecer relaciones interpersonales de cariño y apoyo como una recomendación para promover la resiliencia, ya que es importante desarrollar relaciones que ofrezcan modelos a seguir, seguridad, confianza, con diversas personas relevantes para la vida del sujeto, así como aceptar su ayuda y apoyo; tales acciones fortalecen la resiliencia. En este sentido, podría considerarse que un factor relevante en la resiliencia es tener relaciones de apoyo dentro y fuera de la familia.

En el contexto universitario, muchas investigaciones han encontrado que los estudiantes dotan de diferentes redes de apoyo social que les permiten sobreponerse a situaciones estresantes (Feldman et al, 2008; Méndez, 2008).

En términos generales el estudio de la influencia del apoyo social se ha dado a partir de la identificación de dos modelos de relación: el de efecto directo y el del efecto amortiguador (Barrón y Sánchez, 2001). La hipótesis del efecto directo sostiene que el apoyo social tiene un efecto sobre la salud y el bienestar de manera independiente al estrés; mientras que la hipótesis del efecto amortiguador indica que el apoyo social es un moderador de otros factores que influyen en el bienestar, entre ellos el estrés. Para el caso del presente estudio, se asumirá la hipótesis del efecto amortiguador, con el fin de verificar si se produce tal efecto.

Por otro lado, en su revisión teórica Barraza (2014) explica que se han encontrado investigaciones en las que apoyo social es considerada no como variable independiente ni moderadora, sino que sirve como una variable mediadora con respecto al estrés y su relación con la enfermedad. Esto puede ocurrir de dos maneras. En la primera, el apoyo social permite a los individuos redefinir la situación estresante y enfrentarla mediante estrategias no estresantes, o bien inhibe los procesos psico-patológicos que podrían desencadenarse en la ausencia de apoyo social. La segunda forma en la que el apoyo social amortigua los efectos del estrés es evitando que los individuos definan una situación como estresante.

Mucha de la investigación reciente ha tendido a acumular evidencia empírica en favor de alguno de estos dos modelos. No obstante, se ha sugerido que un mayor énfasis en la comparación de ambos modelos no incrementará significativamente el entendimiento sobre cómo el apoyo social evita la enfermedad y/o fortalece la salud. En suma, a pesar de la controversia en relación a la definición del concepto de apoyo social, durante los últimos años se han acumulado evidencias que muestran que, como quiera que se le defina, el apoyo social juega un papel muy importante (directo o indirecto) en la determinación de los niveles de salud y bienestar de los individuos (Castro, Campero y Hernández, 1997).

Sin embargo, otras investigaciones han encontrado que el estrés y la búsqueda de redes de apoyo social no tienen una relación significativa, por lo que la búsqueda de apoyo social no siempre genera una disminución en los niveles de estrés (Dwyer y Cummings, 2001; Feldman et al., 2009).

Ante este acontecimiento, Bolger, Zuckerman y Kessler (citado en Angelucci, 2011) plantean que las posibles explicaciones de la inconsistencia del apoyo social como factor protector de salud puede deberse a los siguientes elementos: a) la gente que recibe apoyo está en mayor medida bajo la influencia de situaciones estresantes que la gente que no lo recibe, b) las intenciones de las personas de dar ayuda pueden fracasar o pueden crear situaciones peores para las personas que se encuentran bajo estrés, y c) el recibir ayuda acarrea un costo en la autoestima del receptor, porque hace explícito que se ha tenido un problema al afrontar los estímulos estresantes.

De esta manera, la aceptación del beneficio puede ocasionar un estado de disconformidad al receptor, tensión o deuda. Estos autores examinan específicamente la hipótesis de que el recibir apoyo representa un costo emocional para el sujeto, y que en consecuencia el apoyo más efectivo es aquel no notificado por el sujeto que recibe el apoyo, de manera tal que el apoyo invisible (cuando las transacciones de apoyo no son visibles al receptor de ayuda) promueve el ajuste a mayores estresores y en consecuencia protege a la salud. De tal modo se considera relevante estudiar el apoyo social y su relación (directa o indirecta, se forma indistinta) con la salud; así como tener en cuenta la posibilidad de que el apoyo social pueda tener efectos negativos sobre la salud de la persona. (Angelucci, 2011).

En los diversos estudios respecto a la variable apoyo social percibido, se han hallado diferentes resultados en cuanto a su relación con el estrés y otras variables como el sexo, siendo este último un predictor importante (Angelucci, 2011).

Wilks (2008) en su estudio compuesto por 314 estudiantes, cuyo objetivo era determinar el papel moderador del apoyo social (apoyo familiar y apoyo de amigos) en la relación entre el estrés académico y la resiliencia, halló correlaciones significativas entre ambos tipos de apoyo social con la resiliencia y con el estrés académico. De tal modo, un mayor apoyo familiar conllevaba menos estrés académico ($r=-.208$, $p<0.01$) y mayor resiliencia ($r=.296$, $p<0.01$); mientras que un mayor apoyo de los amigos también implicaba mayor resiliencia ($r=.291$, $p<0.01$) pero no menor estrés. Asimismo, el apoyo de amigos resultó un ser una variable moderadora del efecto del estrés académico sobre la resiliencia, mas no el apoyo familiar.

En el estudio de Dwyer y Cummings (2001) el objetivo fue examinar la relación entre la autoeficacia, el apoyo social y las estrategias de afrontamiento con los niveles de estrés en 75 estudiantes universitarios de Educación en Canadá. Se encontró una correlación significativa entre el apoyo social de los amigos y las estrategias de afrontamiento enfocadas en la emoción ($r=.28$, $p<0.05$), lo que revela que los estudiantes que reportaron más apoyo de parte de amigos también usaron más estrategias enfocadas en la emoción. Asimismo, se hallaron diferencias de sexo, siendo que las mujeres reportaron más apoyo social de parte de amigos que los hombres ($t=-3.79$; $p=0.01$).

Por otra parte, en el estudio de Gonzales, Hernández y Torres (2015), en una población de estudiantes universitarios de tercer año de psicología en España, se encontró que el estrés es predicho de manera significativa ($p<0.01$) por la satisfacción con el apoyo social informacional ($F=12.76$) y al ser incluido en el modelo las variables satisfacción con el apoyo social instrumental y optimismo, se confirmó la hipótesis de a mayor apoyo social instrumental e informacional; y optimismo, menor estrés académico ($F=10.012$).

Igualmente, en un estudio realizado por Feldman et al (2008), cuya muestra estuvo conformada por estudiantes de carreras técnicas en Caracas, Venezuela, se encontró que las mujeres reportaron mayor percepción de apoyo social en la escala global ($F= 7.44$, $p<0.01$), y específicamente apoyo proveniente de personas cercanas ($F= 7.08$, $p<0.01$) y de la familia ($F= 4.64$, $p<0.05$). De tal modo, se evidenció que las mujeres reportaron mayor intensidad del estrés académico cuando percibían menor apoyo de amigos ($r = -.192$; $p <0.05$), mientras que los hombres asociaron el menor apoyo de personas cercanas ($r= -0.136$; $p < 0.05$) y apoyo en general ($r = -0.259$; $p<0.001$) con una mayor intensidad del estrés académico.

Tomando en cuenta los estudios anteriores, se esperaría una relación positiva del apoyo social (en todas sus dimensiones) con la resiliencia, igualmente se considera que habrá una relación positiva entre las estrategias de afrontamiento emocional y el apoyo social percibido; si bien no se esperan relaciones significativas entre el apoyo y los otros tipos de afrontamiento (racional, evitativo y por desapego). Por último, se espera que las mujeres presenten mayor apoyo social percibido de parte de amigos.

Para finalizar, dentro de la influencia de las variables tratadas en los apartados previos se considera pertinente tomar en cuenta el efecto de los factores de personalidad, inherentes a la persona y que pueden introducir diferencias individuales en la adaptación y superación de las dificultades.

Personalidad Resistente (Hardiness)

Kobasa y Maddi fueron los primeros en referirse al término hardiness, para explicar cómo determinadas personas poseen la capacidad de resistir el estrés con mayor éxito que otras. Según Kobasa (citado en Crespo y Fernández, 2011) hay diferencias estructurales de personalidad que conllevan que en determinadas situaciones unos individuos enfermen y otros no, y tales diferencias constituyen la personalidad resistente. El modelo de Kobasa plantea una concepción de la personalidad dinámica, en el que las dimensiones de la personalidad resistente se configuran en acciones y compromisos adaptados a cada momento. Los individuos con personalidad resistente por lo tanto exhiben actitudes protectoras ante elementos no saludables como el estrés y facilitadoras de estrategias de afrontamiento adaptativas, de manejo y de control de la realidad. La personalidad resistente se muestra así como un componente más de una personalidad positiva favorecedora de procesos salutógenicos (Hernández, Herrero y Jiménez, 2005, citado en Estefó, 2011).

El constructo de personalidad resistente puede entenderse como una configuración de elementos que funcionan como una fuente de resistencia ante

eventos de alta demanda (Kobasa, Maddi y Kahn, citado en Méndez, 2008) tales aspectos se van reafirmando a través de experiencias (Peñacoba y Moreno, 1998). La personalidad resistente es resultado de la interacción medio-ambiente, además de una disposición fortalecedora y una capacidad activa del individuo (Méndez, 2008).

Los autores suelen coincidir en que la personalidad resistente consta de tres dimensiones a saber: compromiso, desafío y control. El factor compromiso hace referencia a la habilidad de algunas personas para implicarse hondamente en las actividades de su vida cotidiana; desafío representa la capacidad para experimentar el cambio como una oportunidad para el crecimiento; y, por último, control, la creencia de que las circunstancias de la vida dependen de las propias acciones (Godoy-Izquierdo y Godoy, citado en Becoña, 2006).

Esto implica que la persona resistente, ante un estresor, realizará una serie de reajustes vitales que favorecerá su adaptación. Para ello habrá de mantener presentes en todo momento su sistema de metas y valores; considerar sus capacidades personales; adoptar con vigor las decisiones oportunas; evaluar las repercusiones en términos de sus propias conductas (estableciendo un locus de 24 control interno); y dotar a la nueva situación de un significado, es decir, darle un sentido dentro de su plan general de vida (Kobasa, citado en Crespo y Fernández, 2011).

A lo largo de la revisión bibliográfica, se ha observado discordancia entre la conceptualización de la personalidad resistente (*hardiness*) y la resiliencia, de modo que algunos investigadores los consideran como una misma variable (Maddi y Hightower, Oullette y Puccetti, citado en Méndez, 2008) mientras que algunos teóricos como Gutierrez (2010) consideran que hacen alusión a constructos diferentes.

En relación a esto, en una investigación de Gutierrez (2010), donde se da una visión teórica acerca de la resiliencia y la personalidad resistente (*hardiness*), se encontró que el comportamiento resiliente se puede aprender y al ser constante en su práctica se puede desarrollar una personalidad resistente, de tal manera que al tener una mayor capacidad resiliente se tiene mayor personalidad resistente. Asimismo, Lorenzo (citado en Estefó, 2011), afirma que la resiliencia es considerada como un rasgo o componente del constructo personalidad resistente (*hardiness*), lo que significa que los individuos hacen uso de estas capacidades resilientes con un estilo que los identifica.

Cabe mencionar que en el estudio realizado por González-Arratia, Reyes, Valdez y González (2011), se halló que la personalidad resistente muestra una correlación positiva con la resiliencia. El objetivo de esta investigación consistió en definir la relación entre las variables resiliencia (cuyas dimensiones eran factores protectores internos, factores protectores externos y empatía), autoestima y personalidad resistente (cuyos componente son compromiso, control y reto) en

una muestra de niños y adolescentes con antecedentes de maltrato; así como determinar si existían diferencias en las variables mencionadas de acuerdo al antecedente de maltrato que presentarían los sujetos (maltrato físico, negligencia, abuso sexual, combinación de maltrato).

De tal forma, se halló una relación positiva entre algunas de las dimensiones de las variables resiliencia y personalidad resistente, siendo que los factores protectores internos correlacionaban directamente con el compromiso ($r=.356$, $p<0.01$) y que los factores protectores externos correlacionaban con el control ($r=.247$, $p<0.005$).

Asimismo en el ámbito académico se ha encontrado que la personalidad resistente cumple un papel importante sobre la salud psicológica de los estudiantes (Méndez, 2008). En un estudio realizado por Martínez, Ortega y Ortíz (2014) en una muestra de 40 estudiantes de medicina de México, se encontró que la personalidad resistente juega un papel atenuador del estrés al asociarse negativamente con el burnout, por lo que se hace necesario reforzar la formación de los estudiantes a través de estrategias de afrontamiento del estrés y el desarrollo de la personalidad resiliente. Posteriormente, en una investigación llevada a cabo por Fínez y Morán (2015), en una muestra de 620 estudiantes en España, se encontró una correlación negativa entre personalidad resistente y ansiedad, lo que lleva a concluir que aquellos estudiantes capaces de desarrollar rasgos resilientes, tendrán menor ansiedad y por tanto un mejor desempeño académico. Todo esto se debe a que constantemente los estudiantes afrontan situaciones estresantes, entre ellas las mencionadas anteriormente (exámenes, trabajos, etc.), al mismo tiempo que éstos necesitan sobreponerse a las adversidades para poder adaptarse y así sobresalir en su desempeño académico.

De tal modo, en un estudio correlacional en estudiantes universitarios conducido por Betanzos, Colli y Paz (2014) se encontró que la personalidad resistente incide en los procesos de estrés y salud actuando como un modulador que reduce la posibilidad de experimentar conductas de abuso de sustancias, si bien es una variable poco estudiada y que probablemente sea un factor protector frente a la aparición de malestar psicológico en estudiantes.

Por su parte, los resultados de Robitschek y Kashubeck (1999) señalan que existe una relación directa y positiva entre personalidad resistente y el bienestar psicológico tanto en hombres ($\beta=0.68$ $p\leq 0.065$) como en mujeres ($\beta=0.48$ $p\leq 0.065$). Con lo cual en base a los estudios de Cooper, Robitschek y Kashubeck (citado en Méndez, 2008) y tomando en cuenta la hipótesis original de Kobasa puede afirmarse que existe una relación indirecta entre personalidad resistente y la salud física para los hombres, que no existen resultados concluyentes entre la personalidad resistente y variables como la depresión, angustia y que existe una relación directa y positiva entre personalidad resistente y bienestar psicológico en estudiantes universitarios (Méndez, 2008).

Puede observarse la concordancia con lo expuesto por Kahn, Kobasa y Maddi (citado en Méndez, 2008), quienes argumentaron en su estudio que la exposición a eventos estresantes aumenta considerablemente la sintomatología del estrés, sin embargo, cuando está presente la personalidad resistente los síntomas del estrés disminuyen.

Asimismo, en el estudio conducido por Méndez (2008), cuya muestra estuvo conformada por 481 estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello, se encontró que cuanto mayor sea el estilo de personalidad resistente habrá mayor estilo de afrontamiento evitativo ($r = .198$) y por tanto un mayor bienestar psicológico.

Por otra parte, en varios estudios se ha encontrado evidencia empírica importante acerca de la relación existente entre el apoyo social percibido y la personalidad resistente. Groeser (1990) encontró en un estudio, cuya muestra estuvo compuesta por estudiantes de enfermería, que la relación existente entre personalidad resistente (hardiness) y apoyo social percibido en el trabajo fue no significativa, por lo que no necesariamente algún estudiante que percibiese apoyo social en el trabajo desarrollará más indicadores de personalidad resistente.

Asimismo, un estudio conducido por Kanh, Kobasa y Maddi (citado en Méndez, 2008) encontró que el apoyo social percibido es efectivo en cuanto al mejoramiento del bienestar psicológico, en la medida que la personalidad resistente sea alta, lo cual quiere denota una relación de influencia. También Wyatt y Down (citado en Méndez, 2008), encontraron que tanto la personalidad resistente como el apoyo social percibido ejercen un efecto mediador del estrés sobre el bienestar psicológico.

Por otro lado, Godoy-Izquierdo y Godoy, (2002), en su investigación acerca del fenómeno de la personalidad resistente que esta puede verse influenciada por variables socioambientales como el apoyo social, donde a mayor percepción de apoyo social mayor capacidad del desarrollo de hardiness. Alonso, Cabral, Galván y Valdés (2009), encontraron al igual que en los estudios anteriores que las personas resistentes tienden a buscar ayuda en redes de apoyo social. Sin embargo, otras investigaciones han encontrado que el estrés y la búsqueda de redes de apoyo social no tienen una relación significativa, por lo que la búsqueda de apoyo social no siempre genera una disminución en los niveles de estrés (Dwyer, 2001; Feldman, et al., 2009).

Toda esta gama de resultados permite hipotetizar en la presente investigación que la personalidad resistente se relacionará significativa y positivamente con las dimensiones del apoyo social percibido, la resiliencia y con el afrontamiento evitativo; mientras que presentará una relación negativa con el estrés percibido. Asimismo, no presentará relaciones significativas con las estrategias de afrontamiento racional, emocional ni por desapego emocional.

Teniendo en cuenta todo lo expuesto previamente, dado que el objetivo del presente estudio consiste en conocer la influencia de diversas variables sobre la resiliencia y la exploración de las relaciones entre éstas, se considera relevante proponer un modelo de ruta que incluya las variables descritas en mutua relación, de modo que permita comprobar el efecto de éstas sobre la resiliencia. Este conocimiento ampliará el campo de conocimiento respecto a los constructos tratados.

Método

Problema

¿Cómo influyen el sexo, la personalidad resistente, las estrategias de afrontamiento, el apoyo social percibido y el estrés percibido sobre la resiliencia en estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello, y cómo es la relación entre dichas variables?

Hipótesis

Para la presente investigación, se propuso un modelo de ruta que expresa las relaciones hipotetizadas entre las variables consideradas (Ver Figura 1). Las variables endógenas comprenden la Resiliencia (X1), el Estrés percibido (X2), el Apoyo social de amigos y compañeros (X3), Apoyo social de familia y profesores (X4) y Apoyo social de sí mismo, otros significativos y religión (X5), Afrontamiento Racional (X6), Afrontamiento Emocional (X7), Afrontamiento Evitativo (X8) y Afrontamiento por Desapego (X9); mientras que las variables exógenas las constituyen el Sexo (X10) diferenciado como femenino y masculino; y la Personalidad Resistente (X11).

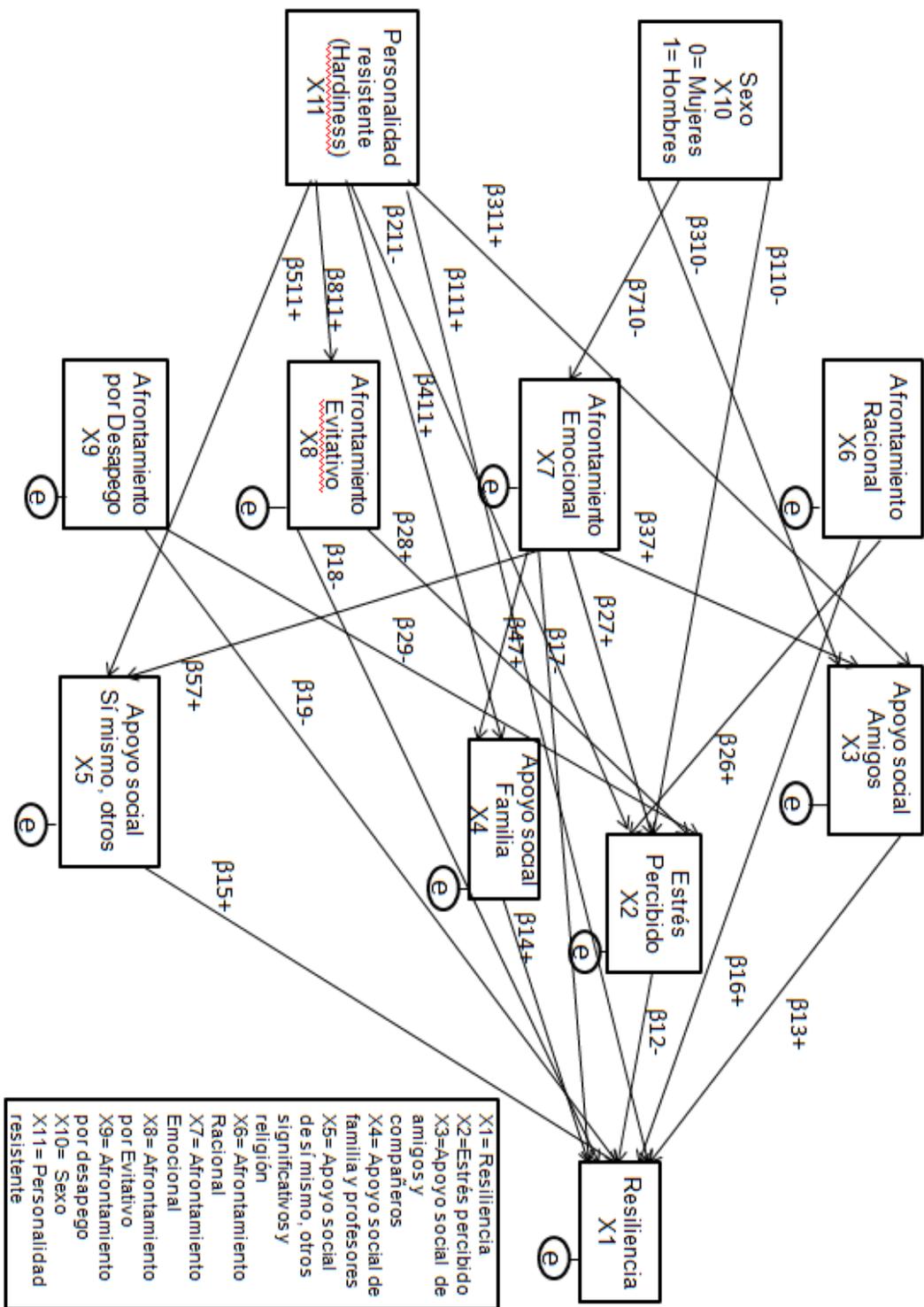


Figura 1. Diagrama de ruta propuesto.

Definición de Variables

Variables endógenas

Resiliencia

Definición conceptual

Proceso dinámico que implica la adaptación positiva de la persona dentro del contexto ante dificultades significativas (Luthar, Cicchetti y Becker, 2000).

Definición operacional

Puntaje obtenido en la Escala de Resiliencia (CD-RISC) de Connor y Davidson (2003), traducida al español por Casanova y Colmenares (2008). La puntuación final se obtiene como sumatoria de las respuestas a los ítems, por lo que a mayor puntaje, mayor resiliencia presenta el individuo (Clavel y Nobrega, 2010). La escala se compone de 25 ítems de tipo Likert, con un rango para respuestas de 0 (totalmente falso) a 4 (totalmente verdadero), de modo que el rango de puntuaciones totales va de 0 a 100. Tales respuestas indican el grado de acuerdo con afirmaciones referentes a la experiencia de la persona en el último mes, en cuanto a la capacidad de ésta para mantener una actitud positiva frente a eventos adversos.

Apoyo social percibido

Definición conceptual

Red de todas aquellas relaciones interpersonales significativas para un individuo y que facilitan su funcionamiento psicológico y social (Manga, Abella, Barrio y Álvarez, 2007). Los factores que componen el apoyo social percibido son:

- a) Apoyo Social de amigos y compañeros: Relaciones interpersonales significativas con amigos y compañeros, de diferentes contextos del individuo, que facilitan su funcionamiento psicológico y social.
- b) Apoyo Social de Familia y Profesores: Relaciones interpersonales significativas del individuo con su grupo familiar y profesores, que facilitan su funcionamiento psicológico y social.
- c) Apoyo Social de sí mismo, otros significativos y religión: Relaciones interpersonales con grupos de apoyo religiosos, figuras significativas en la vida del individuo, y grado de motivación y de apoyo dado proveniente de sí mismo, que mejora su funcionamiento psicológico.

Definición operacional

Puntaje total obtenido en la escala de Apoyo Social Percibido de Dunn, Putallaz, Sheppard y Lindstrom (1987) traducida y adaptada por Bagés (1990). Este puntaje se calcula como producto de la sumatoria de los ítems correspondientes para cada factor de la escala. De tal manera a mayor puntaje en la Escala de Apoyo Social Percibido mayor apoyo percibe la persona en el factor respectivo (Méndez, 2008).

La escala de respuesta consta de una serie de reactivos que el individuo debe responder en una escala que tiene un rango de 0 a 3 puntos, donde “0” corresponde a nada o nunca, “1” a muy poco, “2” a regular y “3” a mucho o siempre. Sus factores son: apoyo social de amigos y compañeros (constituido por 11 ítems, teniendo un rango de puntaje total de 0 a 33); de familia y profesores (conformado por 8 ítems, teniendo un rango de puntaje total de 0 a 24); y de sí mismo, otros significativos y religión (constituido por 9 ítems, teniendo un rango de puntaje total de 0 a 27) (Méndez, 2008).

Estrategias de afrontamiento

Definición conceptual

Aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales en cambio continuo que se desarrollan para afrontar las demandas específicas externas y/o internas que son consideradas por el individuo como excedentes o desbordantes de sus recursos (Lazarus y Folkman, 1986). De acuerdo con lo planteado por Jarvis, Najarian y Roger (citado en Guarino, Sojo y Bethelmy, 2007) dichos esfuerzos o estrategias pueden englobarse en cuatro categorías generales, el afrontamiento emocional, evitativo, racional y por desapego emocional. Dichas estrategias pueden definirse como:

- a) Afrontamiento emocional: Estrategias orientadas a regular la respuesta emocional que el problema da lugar (Herrera, 2006).
- b) Afrontamiento evitativo: Estrategias orientadas a evitar enfrentarse con el problema (Herrera, 2006).
- c) Afrontamiento racional: Estrategia orientada, a la valoración de la situación, su gravedad, importancia, priorizando acciones y aceptando nuestra responsabilidad (Pastor, 2010).
- d) Afrontamiento por desapego: Describe la forma de manejar las situaciones estresantes sin involucrarse emocionalmente con ellas, es decir afrontando los eventos desde una perspectiva objetiva y neutral (Herrera, 2006).

Definición operacional

Puntaje obtenido en el Cuestionario Estilos de afrontamiento de Roger, Jarvis y Najarian (1993), traducida al español y adaptada a la población de estudiantes venezolanos por Guarino, Sojo y Bethelmy (2007). Se obtienen cuatro puntajes correspondientes a los cuatro factores del cuestionario, siendo estos: Afrontamiento Racional, Emocional, Evitativo o Por Desapego.

Cada puntaje se obtiene mediante la sumatoria de las respuestas del sujeto en cada ítem correspondiente a un factor determinado, de modo que una mayor puntuación en un factor implica mayor uso de ese estilo de afrontamiento. La escala es de tipo Likert donde el rango posible de respuestas es de 1 a 4 (siempre, frecuentemente, algunas veces, nunca), con correcciones directas e inversas.

De tal modo, para la dimensión Afrontamiento emocional (constituida por 12 ítems) se puede obtener un rango de puntuaciones de 0 a 48; en la dimensión Afrontamiento racional (conformada por 10 ítems) se puede obtener un rango de puntajes de 0 a 40; para la dimensión Afrontamiento por desapego emocional (constituida por 13 ítems) se puede obtener un rango de puntuaciones de 0 a 52; y en la dimensión Afrontamiento por evitación (conformada por 5 ítems) se puede obtener un rango de puntajes de 0 a 20.

Estrés percibido

Definición conceptual

Emoción derivada de la relación entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste, en interacción con sus factores psicológicos, biológicos y sociales, como amenazante o desbordante de sus recursos que ponen en peligro su bienestar físico y mental (Lazarus y Folkman, 1986).

Definición operacional

Puntaje obtenido en Escala de Estrés Percibido PSS-14 de Cohen et al. (1983), en versión en español de Meyer, Ramírez y Pérez (2013). Esta puntuación se obtiene como sumatoria de las respuestas indicadas en cada ítem, por lo que a mayor puntaje en la escala, mayor nivel de estrés percibe el individuo en las situaciones de su vida (Meyer, Ramírez y Pérez, 2013). La escala incluye 14 ítems de tipo Likert, en los cuales el sujeto puede responder con un rango de 0 a 4, según la frecuencia con la que estima que le ha ocurrido la situación a la que alude el ítem. De tal forma, 0 indica “nunca”, 1 “casi nunca”, 2 “de vez en cuando”, 3 “a menudo” y 4 “muy a menudo”. De tal modo, se puede obtener un rango de puntajes entre 0 y 56.

Variables exógenas

Sexo

Definición conceptual

Condición orgánica, masculina o femenina, de los animales y las plantas (RAE, 2014).

Definición operacional

Especificación que el sujeto escribe en la hoja de identificación de datos según sea masculino codificado con el número arábigo “1” o femenino con el número arábigo “0”. Dicha hoja de identificación se encuentra en el cuadernillo de instrumentos. Documento que se incluirá en el cuadernillo de instrumentos a ser entregado a la muestra; en el cual cada persona debe indicar su sexo (siendo 0 femenino, y 1 masculino).

Personalidad resistente

Definición conceptual

Conjunto de rasgos de personalidad, que se caracteriza por un fuerte sentimiento de control sobre la vida y de compromiso con determinados objetivos, las cuales funcionan como características que interactúan constantemente e inciden en la actitud, estado de ánimo, conducta y toma de decisiones relacionadas con algunas estrategias de afrontamiento. De tal forma, la personalidad resistente se compone de 3 factores fundamentales: compromiso, control y reto-desafío. (Kobasa, citado en González-Arratia, Reyes, Valdez y González, 2011).

Definición operacional

Puntaje obtenido en el Cuestionario de Personalidad Resistente de Moreno, Garrosa y Gonzales (2000), el cual fue validado y adaptado a una muestra de estudiantes universitarios venezolanos por Méndez (2008). Dicho puntaje se obtiene como sumatoria de las respuestas a los ítems correspondientes a cada componente de la personalidad resistente, de modo que a mayor puntuación, hay una mayor aceptación de la persona de sus autopercepciones de compromiso, control y desafío o reto, que constituyen los elementos de la personalidad resistente. El cuestionario está compuesto por 21 ítems en una escala de tipo likert, donde el sujeto indica como respuestas: 1 (totalmente en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (de acuerdo) y 4 (totalmente de acuerdo).

De tal forma, en la dimensión reto y desafío (conformada por 7 ítems) es posible obtener puntuaciones de 7 a 28; en la dimensión compromiso (constituida por 8 ítems) se pueden obtener puntuaciones comprendidas entre 8 y 32; finalmente en la dimensión control (conformada por 6 ítems) es posible obtener puntuaciones de 6 a 24.

Variables a controlar

En una investigación conducida por Lovera y Montesinos (2010) aplicada a una muestra de estudiantes universitarios de la UCAB, que tuvo por objetivo evaluar la correlación entre las estrategias de afrontamiento, el nivel socioeconómico, la condición laboral y el sexo con el estrés académica, se decidió controlar las instrucciones y orden de presentación de los instrumentos ya que consideraron que podrían ser variables extrañas que intervinieran en la relación existente entre las variables. De acuerdo esto, se considera relevante controlar dichas variables para garantizar mayor validez en las correlaciones expuestas en el presente estudio.

Instrucciones: esta variable fue controlada por medio de la homogenización, técnica que implica presentarle a los sujetos la misma instrucción para contestar a los instrumentos que fueron aplicados.

Orden de presentación: esta variable se controló a través de la homogenización, técnica que implica que a los sujetos se les aplicarán los instrumentos en el mismo orden de presentación. Así, se tiene que el orden de aplicación de instrumentos fue de la siguiente manera:

- 1- Escala de Resiliencia (CD-RISC) (Connor y Davidson, 2003; traducida al español por Casanova y Colmenares, 2008).
- 2- Escala de Apoyo Social Percibido (Dun, et al., 1987; traducida y adaptada por Bagés, 1990).
- 3- Cuestionario de Estilos de Afrontamiento (CSQ) de Roger, Jarvis y Najarian (1993) traducido y adaptado por Guarino, Sojo y Bethelmy (2007)
- 4- Escala de Estrés Percibido PSS14- (Cohen et al., 1983; versión en español de Meyer, Ramírez y Pérez, 2013).
- 5- Cuestionario de Personalidad Resistente (Moreno, Garrosa y Moreno, 2000; validado y adaptado a una muestra de estudiantes universitarios venezolanos por Méndez, 2008).

Tipo de investigación

El presente trabajo corresponde a una investigación de enfoque cuantitativo, dado que se le dio mayor relevancia a los datos de tipo numéricos (Santalla, 2010). Por otra parte, se puede calificar el estudio como no experimental pues de acuerdo a Kerlinger y Lee (2002) este tipo de estudio se refiere a la “búsqueda empírica y sistemática en la que no se posee control directo de las variables” (p. 504). Asimismo, estos mismos autores indican que las características de estos estudios se deben a que las manifestaciones de estas variables han ocurrido previamente o a que no son manipulables de forma directa. En este caso, las variables sexo y personalidad resistente son de ocurrencia previa al presente estudio, asimismo no se tuvo un control directo ni se manipularon las variables de la investigación (sexo, personalidad resistente, estrategias de afrontamiento, apoyo social percibido, estrés percibido y resiliencia). Por tanto, las relaciones entre los constructos mencionados y la influencia de éstos sobre la variable resiliencia fueron inferidas con base a la variación concomitante entre dichas variables.

Asimismo, la presente investigación es considerada de campo ya que se buscó descubrir relaciones entre variables de forma sistemática y comprobar hipótesis, en situaciones de la vida (Kerlinger y Lee, 2002); en este caso el estudio no se llevó a cabo en un ambiente controlado de laboratorio sino en el ambiente universitario, donde se desenvuelven los individuos pertenecientes a la muestra.

Igualmente, la investigación es de corte transversal ya que se realizó una única medición en el tiempo de todas las variables. Además, según su objetivo el estudio se puede clasificar como explicativo, puesto que no sólo se buscó determinar las posibles relaciones entre cada una de las variables consideradas, sino también definir de qué manera explican y cómo es el efecto directo e indirecto que ejercen las variables sexo, personalidad resistente, estrategias de afrontamiento, apoyo social percibido y estrés percibido sobre la variable resiliencia (Santalla, 2010).

Diseño de investigación

El diseño adecuado para esta investigación es de tipo Correlacional Causal ExPostFacto, dado que se buscaron las relaciones de influencia existentes entre las variables planteadas, siendo las variables exógenas (sexo y personalidad resistente) de ocurrencia posterior a las variables endógenas (estrategias de afrontamiento, apoyo social percibido, estrés percibido y resiliencia). Dicho diseño permite describir relaciones entre dos o más variables en un momento determinado (Hernández-Sampieri, Fernández-Collado y Baptista-Lucio, 1997).

Para ello se postuló un diseño de ruta con el fin de observar la relación existente entre el sexo, estrategias de afrontamiento, la personalidad resistente, apoyo social percibido y el estrés percibido, con respecto a la resiliencia. Dicho diseño consiste en una herramienta estadística cuya función es el establecimiento de las relaciones entre variables biológicas (Ortiz-Pullido, citado en Angelucci, 2007). Este tipo de diagrama permite realizar una formulación cuantitativa de las relaciones causales y de hipótesis que se dan entre las variables propuestas, siendo esto cónsono con los objetivos de la presente investigación (Angelucci, 2007). Se decidió aplicar este diseño dado que el nivel de medida de variables y los aspectos metodológicos de la presente investigación concuerdan con los siguientes principios expuestos por Sierra-Bravo (citado en Angelucci, 2009), los cuales son considerados como condiciones indispensables para poder ejecutar dicho diseño, así se tiene:

- El modelo debe representar relaciones causa-efecto entre las variables.
- Las relaciones planteadas en el modelo son lineales y aditivas.
- El modelo debe ser un sistema cerrado o completo.
- Se asume que las variables residuales del modelo, también llamadas errores, no están correlacionadas entre sí y ejercen influencia aleatoria solo sobre una variable del modelo.
- El modelo debe ser lineal: Las relaciones que unen a las variables se representan por ecuaciones lineales.
- El nivel de medida de las variables debe ser intervalo o razón.
- Las variables usadas en el modelo son medidas sin error.

Se controló el efecto de las instrucciones presentadas y el orden de presentación de los instrumentos, todo esto con el fin de controlar la posible varianza derivada de variables extrañas que no fueran del interés en este estudio y que se puedan derivar de la situación de aplicación del instrumento.

Población y muestra

La población estuvo constituida por estudiantes universitarios de ambos sexos, cursantes de alguno de los primeros cuatro semestres o primeros dos años de carrera, inscritos para el período académico 2015-2016 de pregrado, pertenecientes a la Universidad Católica Andrés Bello (UCAB), sede Montalban, ubicada en la zona metropolitana de Caracas.

Para la prueba piloto de la Escala de Resiliencia (CD-RISC) y la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) se consideró una muestra de 125 personas (93 mujeres, 32 hombres), ya que Hair et al. (1999) proponen que el tamaño muestral debe calcularse en base a 5 sujetos por cada ítem de la escala sometida estudio piloto que tenga más ítems. En este caso, la escala CD-RISC cuenta con 25 ítems lo que se requiere una muestra de 125 personas (siendo que la PSS-14 cuenta con sólo 14 ítems). Dicho estudio piloto se llevó a cabo con el fin de comprobar la validez y confiabilidad de ambas escalas en población venezolana de estudiantes pertenecientes a la UCAB.

Por otra parte, la muestra final fue conformada por 305 estudiantes, cursantes de los cuatro primeros semestres y los dos primeros años de carrera, correspondientes a cualquiera de las impartidas por la universidad.

Se utilizó dicho tamaño muestral ya que en los modelos de ruta se debe tomar un mínimo de 40 sujetos por cada variable incluida en el modelo, obteniendo así un total de 240 sujetos en el presente estudio, no obstante, se decidió agregar 65 sujetos más al estudio para disminuir el error muestral y así maximizar la magnitud del efecto en las correlaciones observadas entre las variables. Otra razón por la cual se optó por tomar dicho número de sujetos es explicado por Klem (citado en Angelucci, 2009), quien afirma que el número mínimo de casos requeridos en el análisis de ruta es de 300, para poder evaluar de forma más efectiva la significancia del modelo.

La técnica de recolección muestral utilizada tanto para el estudio piloto como para el estudio final, fue aquella catalogada por Kerlinger y Lee (2002) como no probabilística, de tipo propositivo, la cual se caracteriza por el juicio e intenciones deliberadas para obtener muestras representativas al incluir áreas o grupos que se presume son típicos de la muestra. De tal modo, se fue a los salones de clases y los sitios de esparcimiento del campus universitario (jardines, cafetín, feria, etc.) y se solicitó la colaboración a los estudiantes que se encontraban en esos espacios, para que respondiesen a los instrumentos utilizados para la recolección de datos.

La muestra estuvo conformada por un total de 305 alumnos, de los cuales 205 eran mujeres (representando el 67.2% de la muestra) y 100 eran hombres (32.8% de la muestra), todos pertenecientes de la Universidad Católica Andrés Bello, inscritos para el período 2015-2016, correspondientes a los dos primeros años o cuatro primeros semestres de las carreras de: Administración y Contaduría, Ingeniería, Comunicación Social, Derecho, Psicología, Ciencias Sociales, Educación, Economía y Letras; siendo que la mayoría de los estudiantes encuestados pertenecían a la Escuela de Psicología, representando el 40% de la muestra (Ver Anexo A).

Instrumentos

Escala de Resiliencia (CD-RISC) de Connor y Davidson (2003): escala elaborada por Connor y Davidson (2003), como una iniciativa para el desarrollo de una medida válida y fácil de usar del constructo de resiliencia, entendida por sus autores como una variable que implica cualidades del individuo que le permiten prosperar en la adversidad (Ver Anexo B).

La escala original se compone de 25 ítems de tipo Likert, con un rango para respuestas de 0 (totalmente falso) a 4 (totalmente verdadero). Tales respuestas indican grado de acuerdo con afirmaciones referentes a la experiencia de la persona en el último mes. La puntuación final se obtiene como sumatoria de las respuestas a los ítems, por lo que a mayor puntaje, mayor resiliencia presenta el individuo (Clavel y Nobrega, 2010).

La versión original posee propiedades psicométricas adecuadas, con un alfa de Cronbach de 0.89 obtenido en una muestra de Carolina del Norte, compuesta por 577 personas que no buscaban ayuda psicológica ni que estuviesen bajo tratamiento (grupo de población general). Asimismo, el instrumento cuenta con validez ya que se obtuvieron correlaciones significativas con constructos relacionados con la resiliencia como la personalidad resistente de Kobasa ($R=.83$) la cual fue medida a través de las escalas Albridged Hardiness Scale y Revised Hardiness scale; y apoyo social de Sheehan ($R=-.32$) el cual fue medido a través de la Disability Scale. Posteriormente, la traducción al español fue realizada por Casanova y Colmenares (2008), como parte de un trabajo de grado no publicado de la Universidad Católica Andrés Bello (Caracas, Venezuela) con una muestra de adolescentes en situación de pobreza (Clavel y Nobrega, 2010).

Asimismo, esta escala fue usada por Menezes, Fernández, Hernández, Ramos y Contador (2006) en una muestra de 265 personas adultas de España, las cuales se desempeñaban como cuidadores formales de ancianos, obteniéndose un alfa de Cronbach de 0.89. Igualmente, el instrumento fue aplicado en una muestra de 390 adolescentes de Caracas en la investigación realizada por Clavel y Nobrega (2010), obteniéndose un alfa de Cronbach de 0.85.

Cabe mencionar que en sus resultados dichos autores hallaron dos factores al analizar la estructura factorial de la escala (con un autovalor de 1,5), sin embargo, dado que el primer factor explicaba gran parte de la varianza (23,65%) los autores decidieron tomar la escala como un constructo primario con un puntaje global, así como Casanova y Colmenares, quienes hallaron una estructura de cinco factores, pero la utilizaron como variable unitaria (Clavel y Nobrega, 2010). Tales resultados permiten comprobar que la escala cuenta con una adecuada confiabilidad y consistencia interna.

En este caso se consideró pertinente realizar una prueba piloto de la escala puesto que no se había probado en población universitaria venezolana, con los objetivos de asegurar que la escala posea los indicadores psicométricos requeridos para su uso en el presente estudio en la muestra de interés.

En dicho estudio piloto, con una muestra de 125 estudiantes universitarios. Al realizar el cálculo de los datos descriptivos de la muestra se observó una media de 73,736 y una mediana de 75, lo que indicaba niveles moderadamente altos de resiliencia. Asimismo, se evidenció que la distribución de datos poseía una ligera asimetría negativa ($as = -.289$), por lo que los datos parecían acumularse más en el sector izquierdo a la media; además la curtosis era de $-.15$ indicando que su forma era platicúrtica. (Ver Anexo H).

Dado que tanto la asimetría como la curtosis indicaron valores cercanos a cero, y a partir de la inspección del gráfico de caja y bigotes, se evidenció que si bien existía cierta asimetría, los datos parecían ajustarse a una distribución normal; para comprobar esto se procedió a calcular las pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk, así como a efectuar el gráfico Q-Q plot, lo que reveló que efectivamente la distribución de datos era aproximadamente normal. (Ver Anexo I).

Posteriormente, en la matriz de correlaciones entre ítems se observaron correlaciones que iban de bajas a moderadas, en particular se evidenciaron las correlaciones más bajas de los ítems 3 y 20 con el resto de los ítems de la escala. En base a esto, se consideró adecuado llevar a cabo un análisis factorial exploratorio. Al realizar los cálculos a través del Método de Componentes Principales, sin rotación y con un autovalor de 1.5 se evidenciaron 3 factores siendo que el primer factor explicaba gran parte de la varianza de los datos (25,852%). Además, 19 de los 25 ítems de la escala cargaban en este primer factor, únicamente el ítem 20 cargó en el segundo factor y los ítems 2, 6, 9 y 19 cargaron en el tercer factor. Asimismo se observó que el ítem 3 cargaba en los factores 2 y 3. (Ver Anexo J).

Seguidamente, se calculó el coeficiente Alfa de Cronbach con la finalidad de evaluar la consistencia interna de la escala, así se obtuvo una consistencia interna y fiabilidad adecuadas de la escala, siendo que no sería necesario eliminar ítems del instrumento. No obstante, se observó que habría un aumento de la confiabilidad en la escala si se eliminasen los ítems 3 y 20, por tanto se volvieron a realizar los cálculos de confiabilidad excluyendo dichos ítems, con lo cual la confiabilidad aumentó de $.852$ a $.867$. Con base en los resultados expuestos, se decidió eliminar los ítems 3 y 20 del instrumento, estando este conformado finalmente por 23 ítems. (Ver Anexo C). Además, se evidenciaron 2 dimensiones en la estructura factorial, siendo que la mayoría de la varianza era explicada por el primer factor y un porcentaje bastante menor por el segundo factor, en el cual cargaron sólo dos ítems; con lo cual se optó por medir esta variable como un factor unitario. (Ver Anexo K).

Tomando esto en cuenta lo anterior, se consideró que la Escala de Resiliencia (CD-RISC) de Connor y Davidson adaptada para el presente estudio cuenta con las propiedades psicométricas requeridas para ser aplicada en la

población de estudiantes universitarios de la UCAB, pertenecientes a los primeros dos años de carrera.

Por su parte, en el estudio final se observó una confiabilidad y consistencia interna altas ($\alpha=.883$) así como sucedió en el estudio piloto. (Ver Tabla 3).

Tabla 3.

Confiabilidad de la Escala CD-RISC en el estudio final.

Estadísticos de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,883	,888	23

Asimismo mediante un análisis factorial se evidenció que la escala CDRISC presentó una estructura de dos factores al igual que en el estudio piloto, donde gran parte de la varianza es explicada por el primer factor, por lo cual se corroboró la pertinencia del uso de este instrumento como una escala unitaria. En total dos factores explican el 36.931% de la varianza (Ver Tabla 4).

Tabla 4.

Análisis Factorial de la Escala CD-RISC en el estudio final.

Varianza total explicada						
Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	6,811	29,611	29,611	6,811	29,611	29,611
2	1,684	7,320	36,931	1,684	7,320	36,931
Método de extracción: Análisis de Componentes principales.						

Cuestionario de Apoyo Social Percibido (Dunn et al, 1987) traducido y adaptado por Bagés (1990): Este instrumento fue desarrollado por Dunn et al (1987) traducido y adaptado por Bagés (1990). Los autores originales plantearon la existencia de 5 fuentes diferentes de apoyo social que constituían los factores de la escala, siendo éstos: Apoyo de amigos, Apoyo de personas cercanas o próximas, Apoyo de la familia, Apoyo general y Opiniones cercanas de apoyo (Ver Anexo D).

No obstante, diversos autores han hallado distintas distribuciones de los factores que conforman la escala. Por ejemplo, Minardi y Paoli (2002) en una muestra de 285 personas afectadas por las inundaciones en el Estado Vargas en 1999, hallaron una alta confiabilidad de la escala con un alfa de Cronbach de 0.859, obteniéndose una distribución de 4 factores (apoyo de amigos y personas cercanas, apoyo familiar, apoyo general, y apoyo religioso). Por otra parte, Araujo y Moreno de Chene (2006) en una muestra de 406 estudiantes universitarios de la UCAB encontraron una distribución de 3 factores (Apoyo social de otros, Apoyo social familiar y Apoyo social religioso) con una confiabilidad test-retest de 0.89.

De acuerdo a Méndez (2008), en su estudio conducido en una muestra de 263 estudiantes de la UCAB, se obtuvo que la escala posee un coeficiente de consistencia interna alto ($\alpha=0.77$), sin embargo se recomienda eliminar el ítem 27 para que aumente la confiabilidad en el factor III, el cual corresponde a "Apoyo social de sí mismo, religión y otros" ($\alpha=0.627$). En cuanto a los factores que la componen, se hallaron 3 dimensiones: Apoyo social de compañeros y amigos con una varianza de 16.355% ($\alpha=0.799$) (constituida por los ítems: 1, 4, 6, 8, 9, 13, 14, 19, 20, 23 y 24), Apoyo social de familia con una carga factorial de 12.345% ($\alpha=0.652$) (constituida por los ítems: 5, 10, 15, 18, 21, 22, 25 y 26, siendo que el ítem 22 se corrige de forma inversa) y Apoyo social de sí mismo, religión y otros con una varianza de 38.68% ($\alpha=0.50$) (constituida por los ítems: 2, 3, 7, 11, 12, 16, 17, 27 y 28, siendo que los ítems 2 y 3 se corrigen de forma inversa).

Puesto que en los estudios llevados a cabo con muestras universitarias se halló una distribución de 3 dimensiones para la escala, y teniendo en cuenta que la investigación de Méndez (2008) corresponde a la más reciente, se aplicará la escala original elegida por esta autora, la cual está compuesta por 28 ítems con una escala Likert con un rango de posibles respuestas para los participantes de 0 (Nunca) a 3 (Mucho).

El puntaje resultante se calcula como producto de la sumatoria de los ítems correspondientes para cada factor de la escala, de modo que no se mide con una puntuación global sino parcial para cada factor. De tal manera a mayor puntaje, mayor apoyo percibe la persona en el factor respectivo (Méndez, 2008).

Dado que la escala ha sido probada previamente en la población de interés y muestra una confiabilidad adecuada, se consideró adecuada para ser aplicada a la muestra del presente estudio. Por tal razón se ha considerado el uso de la estructura de Mendez (2008), debido a que tal escala fue aplicada a la misma población.

De tal modo, en la presente investigación se halló que el Cuestionario de Apoyo Social Percibido tuvo una consistencia interna y confiabilidad altas (Ver Tabla 5).

Tabla 5.

Confiabilidad del Cuestionario de Apoyo Social Percibido.

Estadísticos de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,820	,832	28

Además, mediante un análisis factorial se observó que el instrumento cuenta con una estructura de 4 factores que explicaban el 44.39% de la varianza de la variable, a diferencia de la configuración reportada por Méndez en su validación de la escala. (Ver Anexo L). No obstante, se optó por seguir la estructura de 3 factores reportada por Méndez debido a que dicha autora validó el uso del instrumento en la misma población del presente estudio (estudiantes universitarios de la UCAB), y dado que los primeros 2 factores hallados estaban conformados de forma similar a lo hallado por Méndez.

Tabla 6.

Confiabilidad de las dimensiones de Apoyo Social Percibido.

Dimensión	Alfa de Cronbach
Apoyo social percibido de amigos y compañeros	0.827
Apoyo social de familia y profesores	0.765
Apoyo social de si mismo	0.463

Igualmente, las dimensiones del Apoyo Social Percibido mostraron una consistencia interna y confiabilidad altas, salvo en el caso del Apoyo social de sí mismo, religión y otros, teniendo una confiabilidad moderada (Ver Tabla 6). Asimismo, en el caso de la dimensión de Apoyo social percibido de amigos y

compañeros se halló que la eliminación del ítem 6 permitiría un aumento de la confiabilidad de la dimensión a 0.83; por otra parte, la eliminación del ítem 26 en la dimensión Apoyo social de familia y profesores resultaría en un aumento de la confiabilidad de la dimensión a 0.78; por último también se observó que al eliminar los ítems 12 y 27 en la dimensión Apoyo social de sí mismo, religión y otros significativos habría un aumento de la confiabilidad de la dimensión a 0.492 y 0.521 respectivamente. (Ver Anexo L).

Cuestionario de Estilos de Afrontamiento (CSQ) de Roger, Jarvis y Najarian (1993) traducido y adaptado por Guarino, Sojo y Bethelmy (2007): Instrumento elaborado por Roger, Jarvis y Najarian (1993), a partir de una muestra de 521 estudiantes universitarios de Inglaterra. En su primera versión estos autores obtuvieron una estructura de 4 factores (Afrontamiento Racional, Emocional, Evitativo y Por Desapego), siendo que el factor afrontamiento Por Desapego contenía pocos ítems, con lo cual se elaboraron nuevos ítems y se generó una escala de 90 ítems en total. Asimismo, se obtuvieron niveles aceptables de confiabilidad para las cuatro dimensiones (0.80 para Afrontamiento Racional, 0.77 para Afrontamiento Emocional, 0.70 para Afrontamiento Evitativo, y 0.79 para Afrontamiento Por Desapego). Seguidamente, una revisión por parte de Roger en 1995 llevó al establecimiento de una nueva versión de la escala, con 41 ítems agrupados en 3 factores con adecuados niveles de confiabilidad (calculada por alfa de Cronbach), siendo éstos: Afrontamiento Racional ($\alpha=0.82$), Afrontamiento Evitativo ($\alpha=0.69$) y el factor bipolar de Afrontamiento Emocional/ Por Desapego emocional ($\alpha=0.88$). (Guarino, Sojo y Bethelmy, 2007).

Posteriormente, la escala fue traducida y adaptada a la población de estudiantes venezolanos por Guarino, Sojo y Bethelmy (2007), teniendo una muestra de 292 estudiantes pertenecientes a tres instituciones universitarias (UCV, USB y UCAB), con lo cual se eliminó uno de los ítems, se obtuvieron adecuados niveles de confiabilidad para cada dimensión y se comprobó la estructura original de cuatro factores de afrontamiento: Afrontamiento Emocional ($\alpha=0.78$; constituida por los ítems 1, 4, 5, 6, 8, 12, 26, 30, 31, 33 y 37), Afrontamiento Racional ($\alpha= 0.76$; constituida por los ítems 2, 3, 7, 9, 20, 22, 24, 28, 32, 39 y 40, siendo el ítem 20 de corrección inversa), Afrontamiento Por Desapego ($\alpha= 0.73$; constituida por los ítems 10, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 25, 29, 35 y 36, siendo los ítems 13 de corrección inversa) y Afrontamiento por Evitación ($\alpha=0.65$; constituida por los ítems 18, 21, 23, 27, 34 y 38, siendo este último ítem de corrección inversa). La versión adaptada por Guarino, Sojo y Bethelmy (2007) fue el instrumento utilizado en el presente estudio. (Ver Anexo E).

Asimismo, en el estudio conducido por Méndez (2008) en una muestra de estudiantes de la UCAB se obtuvo una confiabilidad de $\alpha= 0.761$, replicándose la estructura de cuatro factores con adecuados niveles de confiabilidad, siendo estos factores: afrontamiento racional ($\alpha= 0.783$), afrontamiento emocional ($\alpha= 0.698$), afrontamiento por evitación ($\alpha= 0.60$) y afrontamiento por desapego emocional

($\alpha=0.66$), lo cual implica una consistencia interna aceptable para cada dimensión, a través de la corrección sea inversa o directa de la escala según la validación de Guarino, Sojo y Bethelmy, (2007), dando así seguridad en cuanto al uso, fiabilidad y validez de los resultados a obtener en el futuro.

De tal modo, la escala a utilizar en el presente estudio quedó compuesta por 40 ítems de tipo Likert en los cuales se codifican las respuestas como: (N) nunca como 0, (A) algunas veces como 1, (F) frecuentemente como 2, y (S) siempre como 3, L. Bethelmy (comunicación personal, Junio 7, 2016). La puntuación resultante se obtiene mediante la sumatoria de las respuestas del sujeto en cada ítem correspondiente a un factor determinado (afrentamiento racional, emocional, evitativo o por desapego). Por tanto, un mayor puntaje implica mayor uso de una categoría (factor) de afrontamiento.

Teniendo en cuenta lo expuesto, se consideró que la escala CSQ cuenta con los requerimientos necesarios para ser aplicada directamente a la muestra del presente estudio, ya que existe evidencia de su confiabilidad y consistencia interna, y se ha probado en la población de interés.

Así, en el presente estudio se evidenció una consistencia interna y confiabilidad altas (Ver Tabla 7). Asimismo, con un análisis factorial mediante el Método de Componentes Principales, con un autovalor de 1.5 y sin rotación, se obtuvo una estructura de 5 factores que explican el 38.62% de la varianza, lo que difiere de la configuración de 4 factores esperada. (Ver Anexo M). Sin embargo, se utilizó la estructura de 4 factores ya que fue la configuración reportada por Guarino, Sojo y Bethelmy (2007) en su estudio original para la adaptación y validación de la escala; asimismo esta estructura fue corroborada por Méndez (2008) en su estudio.

Tabla 7.
Confiabilidad del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento

Estadísticos de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,753	,755	40

Por otra parte, la dimensión Afrontamiento emocional mostró una consistencia interna alta, mientras que Afrontamiento racional y por desapego emocional tuvieron una consistencia interna moderada; por último, la dimensión Afrontamiento por evitación tuvo una consistencia interna moderada-baja, lo que

indica que los ítems que lo componen posiblemente aluden a temáticas o estilos de afrontamiento distintos. (Ver Tabla 8).

Tabla 8.

Confiabilidad de las dimensiones del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento.

Dimensión	Alfa de Cronbach
Afrontamiento emocional	0.789
Afrontamiento racional	0.675
Afrontamiento por desapego emocional	0.661
Afrontamiento por evitación	0.365

Escala de Estrés Percibido (PSS-14) de Cohen et al. (1983), en versión en español de Meyer, Ramírez y Pérez (2013): Es un cuestionario auto-aplicado de una sola dimensión, diseñado por Cohen, et al. (1983), para medir el grado en que los individuos aprecian las situaciones en su vida como estresantes en el último mes, evaluando el grado en el cual las personas consideran que la vida es impredecible, incontrolable, o sobrecargada, consta de de 14 ítems, con el objetivo de estimar el grado en que las personas evalúan situaciones de su vida como estresantes durante el último mes, en una escala tipo likert en un rango de 0 “Nunca” a 4 “Muy a menudo” (Mo, Monterrosa y Salgado, 2013; Meyer, Ramírez y Pérez, 2013). El puntaje global se obtiene a partir de la sumatoria de los 14 ítems (siendo los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13 de corrección inversa), con lo que se puede obtener una puntuación de entre 0 y 56 (Ver Anexo G).

La escala fue traducida al español por Meyer, Ramírez y Pérez (2013) y aplicada en una muestra de 326 estudiantes de Medicina y Enfermería en Chile. A pesar de que no se llevaron a cabo análisis de la confiabilidad o validez de la escala, se considera relevante su uso en el presente estudio ya que, como reportan Meyer, Ramírez y Pérez (2013), es un instrumento con confiabilidad y validez, que puede ser aplicado en distintos tipos de poblaciones, y que incluye ítems que miden reacciones frente a situaciones estresantes además de medir estrés, ya que una importante limitación de otras escalas de estrés utilizadas en estudiantes es que miden sólo el estrés académico.

Por otra parte, en una investigación conducida por Arias, Bustos y Romero (2009), donde se buscaba validar las escalas de estrés percibido PSS-10 y PSS-14 en una muestra de 175 estudiantes universitarias de Bogotá, Colombia, se obtuvo como resultado que una alta consistencia interna para la EEP-14, siendo ésta de 0,87 y a través de un análisis factorial confirmatorio se hallaron 2 factores (Afrontamiento de los estresores 38,5% y Percepción de estrés 11,1%). Esta estructura concuerda con lo hallado por Cohen y Williamson (1988), quienes encontraron un primer factor que explicaba el 25.9% de la varianza y un segundo factor que daba cuenta del 15.7% de la varianza (con una confiabilidad de 0,75

medida a través de alfa de Cronbach); en este caso, estos autores consideraron que para el objetivo de medir el estrés percibido, la distinción entre ambos factores no es importante por lo que se usó un puntaje global. En general se ha evidenciado que los investigadores suelen utilizar un puntaje global en la puntuación del PSS-14.

Los datos expuestos anteriormente proveen seguridad y confianza para usar dicha escala, pues cuenta con una adecuada confiabilidad y consistencia interna; sin embargo, se consideró necesario elaborar un estudio piloto con la finalidad de observar el comportamiento de los estadísticos de validez y confiabilidad en población venezolana.

Para dicho estudio piloto se obtuvo una media de 28,408 y una mediana de 29, lo que indica niveles medios de estrés percibido en la muestra encuestada. Además se observó que la distribución de datos posee una ligera asimetría negativa de ($as = -.137$), por lo que los datos parecían acumularse más en el sector izquierdo a la media; asimismo la curtosis es de .295 por lo que la forma de la distribución de datos era leptocúrtica. (Ver Anexo N).

Adicionalmente, dado que tanto la asimetría poseía un valor cercano a cero, y a partir de la inspección del gráfico de caja y bigotes, se observó que los datos parecían ajustarse a una distribución normal. Con el fin de comprobar este supuesto se procedió a calcular las pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk (las cuales resultaron no significativas), así como a efectuar el gráfico Q-Q. De acuerdo a estas pruebas se evidenció que los datos poseían una distribución aproximadamente normal. (Ver Anexo O).

Posteriormente, se realizó un análisis factorial exploratorio mediante el Método de Componentes Principales, sin rotación de factores, con un autovalor mínimo de 1.5, se observó un único factor que explica el 34,234% de la varianza de los datos. (Ver Anexo P).

De acuerdo a la revisión de otros estudios se esperaba evidenciar dos factores, si bien éstos no suelen utilizarse como dimensiones separadas para medir el estrés percibido sino como un factor unitario (Arias, Bustos y Romero, 2009; Cohen y Williamson, 1988). Por tanto a pesar de que no se obtuvieron los dos factores esperados en el análisis factorial, se consideró que el instrumento tiene una estructura semejante a la reportada por los autores comentados, así como las propiedades psicométricas requeridas para ser aplicado a la población de interés del presente estudio, ya que además se obtuvo una fiabilidad y consistencia interna adecuadas ($\alpha = .849$). Tomando en cuenta los resultados expuestos, se decidió mantener la estructura de 14 ítems de la escala, así como utilizar un puntaje global en las medidas a los sujetos de la muestra final.

De tal forma, en el estudio final se evidenció nuevamente una confiabilidad alta del instrumento (Ver Tabla 9) así como una estructura de 2 factores, siendo que ambos explican el 47,265% de la varianza total de los datos (Ver Anexo Q).

Tabla 9.

Confiabilidad de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14)

Estadísticos de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,799	,798	14

Cuestionario de Personalidad Resistente (CPR) de Moreno, Garrosa y González (2000), adaptado por Méndez (2008): Esta escala está diseñada para medir la personalidad resistente („hardiness“) como variable personal que modula la relación entre el estrés y sus consecuencias (Moreno, Garrosa y González, 2000). El instrumento a utilizar constituye una subescala derivada del Cuestionario de Desgaste Profesional de Enfermería elaborado por Moreno, Garrosa y González (2000), el cual fue validado y adaptado a una muestra de estudiantes universitarios venezolanos por Méndez (2008). Se llevó a cabo una adaptación de los ítems al cambiar determinadas frases del cuestionario con el fin de adaptarlas al contexto académico; asimismo, la validación se llevó a cabo a través del juicio de expertos, la comparación con la subescala Fuerza del Yo de la prueba de rasgos de personalidad MMPI (con el fin de determinar cuál instrumento sería más efectivo en la medición del constructo de personalidad resistente) y la realización de una prueba piloto.

A través de dicha prueba piloto se comprobó que el instrumento tiene una adecuada confiabilidad y consistencia interna ($\alpha=0.82$), con respecto a su validez la escala estuvo constituida por tres dimensiones o factores con consistencia interna aceptable: desafío y retos ($\alpha=0.73$; constituido por los ítems 2, 5, 8, 11, 14, 17 y 20), compromiso personal- social ($\alpha=0.671$; constituido por los ítems 1, 3, 4, 7, 10, 12, 13 y 19) y control de los resultados ($\alpha=0.583$; constituido por los ítems 6, 9, 15, 16, 18 y 21). (Mendez, 2008).

De tal forma, el cuestionario está compuesto por 21 ítems en una escala de tipo likert, donde el sujeto indica como respuestas: 1 (totalmente en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (de acuerdo) y 4 (totalmente de acuerdo) según su consideración respecto a cada ítem. Los puntajes se obtienen como la sumatoria de las respuestas a los ítems correspondientes a cada componente de la personalidad resistente, de modo que a mayor puntuación, hay una mayor aceptación de la persona de sus autopercepciones de compromiso, control y desafío o reto, que constituyen los elementos de la personalidad resistente. (Ver Anexo F).

Tomando en cuenta los resultados obtenidos por Méndez (2008) y la comprobación de la validez y confiabilidad del instrumento, así como su uso en la misma población de interés, se consideró que el CPR era adecuado para ser aplicado en la muestra de la presente investigación.

En el caso de este estudio se evidenció una consistencia interna y fiabilidad altas (Ver Tabla 10). Por otra parte, Mediante un análisis factorial se evidenció un único factor que explicaba un 38,183% de varianza total (Ver Anexo R). Esto difiere de la estructura de 3 factores halladas por Méndez (2008) en su estudio, no obstante se trabajó igualmente con la configuración propuesta por esta autora ya que el instrumento fue probado y validado en la misma población de interés del presente estudio (estudiantes universitarios de la UCAB). Tomando en cuenta las

3 dimensiones encontradas por esta autora (Retos y desafíos, Compromiso personal-social y Control de los resultados) se observó que las 3 dimensiones tuvieron una consistencia interna y confiabilidad altas (Ver Tabla 11).

Tabla 10.

Confiabilidad del Cuestionario de Personalidad Resistente.

Estadísticos de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,915	,917	21

Tabla 11.

Confiabilidad de las dimensiones del Cuestionario de Personalidad Resistente.

Dimensión	Alfa de Cronbach
Retos y desafíos	0.827
Compromiso personal-social	0.825
Apoyo social de si mismo	0.729

Procedimiento

En primer lugar, para la Escala de Resiliencia (CD-RISC) y la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) se procedió a realizar un estudio piloto con la finalidad de validar ambas escalas en la población de interés. Para esto se realizó la búsqueda de la muestra para el piloto en base a los parámetros establecidos en la presente investigación, dado que la población estuvo constituida por estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello, se seleccionaron alumnos de las escuelas de Educación, Psicología, Ingeniería, Ciencias Sociales, Administración y Contaduría, Derecho, Comunicación Social y Letras; pertenecientes a determinados semestres (de primer a cuarto semestre, o su equivalente de primer y segundo año de carrera).

Una vez obtenidos los datos de la muestra para el estudio piloto, utilizando el programa estadístico SPSS versión 17, se hizo un análisis exploratorio de los datos obtenidos, con el fin de comprobar que no existiesen datos ausentes o atípicos que pudieran alterar los resultados de la prueba piloto, así como para definir cómo es el comportamiento de los datos obtenidos en cuanto a la media, varianza, desviación típica, asimetría y curtosis. Finalmente se hizo el cálculo del alfa de Cronbach que indica la consistencia interna de los ítems de los

instrumentos probados y la confiabilidad de cada instrumento; asimismo se determinó si era necesario eliminar o editar algún ítem.

De acuerdo a los resultados obtenidos en el estudio piloto se eliminaron 2 ítems de la Escala de Resiliencia (CD-RISC) y se mantuvo la misma estructura de ítems de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14), concluyendo que ambos instrumentos contaban con los requerimientos psicométricos necesarios para ser aplicados en la población de interés.

Una vez finalizada la fase anterior, se llevó a cabo la administración de todos los instrumentos de medida de la investigación a la muestra final, mediante la localización tanto de los horarios como las aulas donde fueron impartidas las clases correspondientes al año o semestre de interés, adicionalmente se identificaron estudiantes en los espacios de esparcimiento del campus universitario; con lo cual se solicitó la colaboración de los sujetos para que respondieran a los instrumentos y se respondieron sus dudas.

Posteriormente, a partir de las respuestas de los sujetos se procedió al cómputo de los datos, a través del programa estadístico SPSS versión 17 para observar el comportamiento de las puntuaciones en la muestra Ucabista; para luego proceder al análisis de los mismos, en este caso un análisis de ruta lo cual permitió establecer conclusiones respecto a las hipótesis planteadas.

De tal forma, se hizo un análisis descriptivo de los datos, a partir del cual se obtuvo para cada variable: media, mediana, moda, desviación típica, varianza, asimetría, curtosis y un histograma; analizando asimismo si había datos ausentes o casos atípicos. Todo esto con la finalidad de observar cómo es el comportamiento de las variables en la muestra final a utilizar.

Luego, para la comprobación del modelo de ruta planteado se realizó una regresión múltiple para cada variable endógena, dicho cálculo presenta una serie de requisitos de acuerdo con Peña (2009), entre los cuales se cuentan los siguientes:

- Tipo de variable: en general se recomienda el uso de variables numéricas si bien pueden incluirse algunas variables nominales. En este caso, todas las variables del modelo, salvo sexo, son de tipo numérico por lo cual este criterio se cumple.
- Confiabilidad: las variables deben ser medidas con un alto grado de confiabilidad, lo cual se verificó mediante el cálculo del alfa de Cronbach en cada instrumento.
- Normalidad y equidistribución de los residuos: se refiere a la homocedasticidad de los datos, lo cual se estimó mediante el cálculo del estadístico de Kolmogorov-Smirnov (para la normalidad de cada variable) y

el estadístico Durbin-Watson para cada modelo de regresión múltiple que resultara estadísticamente significativo.

- Colinealidad: para este supuesto se calculó la matriz de correlaciones entre las variables, el índice de tolerancia y el VIF (variance inflation factor).

Tras comprobar que se cumplieron los criterios requeridos para la regresión múltiple, se procedió a calcular los coeficientes de regresión (b y β) para cada variable, con sus correspondientes significancias, para definir la magnitud de la relación y valor predictivo entre las variables, y la dirección de las relaciones planteadas como hipótesis; asimismo se verificó el ajuste del modelo a los datos mediante la prueba de significancia del modelo.

Posteriormente se realizó un análisis y discusión de los resultados, comparando éstos con lo obtenido en la bibliografía revisada.

Resultados

Análisis descriptivo de las variables

Se estimaron los estadísticos descriptivos para cada una de las variables, a saber: resiliencia, apoyo de amigos, apoyo de familia, apoyo de otros, afrontamiento emocional, afrontamiento racional, afrontamiento por desapego, afrontamiento por evitación, estrés percibido, retos, compromiso y control. Los resultados se muestran en la Tabla 12.

Tabla 12.

Descriptivos de las variables del modelo.

		Estadísticos											
		RE	AA	AF	AO	AFE	AFR	AFD	AFEV	EP	RD	CPS	CON
N	Válidos	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305
	Perdidos	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Media	69,74	25,80	18,25	13,34	11,66	19,69	15,92	8,94	26,98	22,31	25,76	19,27
	Mediana	70,00	27,00	19,00	13,00	11,00	20,00	16,00	9,00	27,00	23,00	26,00	20,00
	Moda	64,00	26,00 ^a	21,00	12,00	13,00	20,00	11,00 ^a	9,00	29,00	21,00 ^a	26,00 ^a	21,00
	Desv. típ.	11,02	5,37	4,31	3,64	5,34	4,619	4,97	2,85	7,71	3,859	4,223	3,19
	Varianza	121,44	28,85	18,66	13,29	28,56	21,34	24,73	8,125	59,51	14,89	17,84	10,23
	Asimetría	-,393	-1,06	-1,02	,32	,76	-,052	,140	-,048	,191	-,726	-,935	-,939
	Error típ. de asimetría	,140	,140	,140	,140	,140	,140	,140	,140	,140	,140	,140	,140
	Curtosis	,109	1,52	,94	-,083	1,04	-,466	,328	-,203	,845	,967	1,48	1,47
	Error típ. de curtosis	,278	,278	,278	,278	,278	,278	,278	,278	,278	,278	,278	,278
	Mínimo	34,00	3,00	3,00	4,00	1,00	8,00	1,00	1,00	4,00	8,00	9,00	6,00
	Máximo	92,00	33,00	24,00	24,00	32,00	30,00	31,00	17,00	52,00	28,00	32,00	24,00

a. Existen varias modas. Se mostrará el menor de los valores.

Nota. RE=Resiliencia. AA= Apoyo social percibido de amigos y compañeros. AF= Apoyo social percibido de familia y profesores. AO= Apoyo social percibido de sí mismo, religión y otros significativos. AFE= Estrategias de afrontamiento emocional. AFR= Estrategias de afrontamiento racional. AFD= Estrategias de afrontamiento por desapego emocional. AFEV= Estrategias de afrontamiento por evitación. EP= Estrés percibido. RD= Retos y desafíos. CPS= Compromiso personal-social. CON= Control de resultados.

En primer lugar, para la variable resiliencia la media de los valores ($X=69.74$, $S=11.02$) se encuentra en los puntajes moderadamente altos de la escala, cuyo puntaje máximo es 92 (min= 34, max= 92), como indicador de un nivel óptimo de resiliencia en general. Se observa en la Figura 2 una tendencia a la

asimetría ($As = -0.393$) coleada hacia la izquierda, con una distribución de los datos de forma mesocúrtica ($Ku = 0.109$) y homogénea ($CV = 15.80\%$), lo que señala que hubo poca variación en los puntajes, y aunque se observaron puntuaciones bajas, en general se reportaron niveles moderados de resiliencia, lo que significa que en su mayoría los alumnos logran sobreponerse ante aquellas situaciones que consideran difíciles.

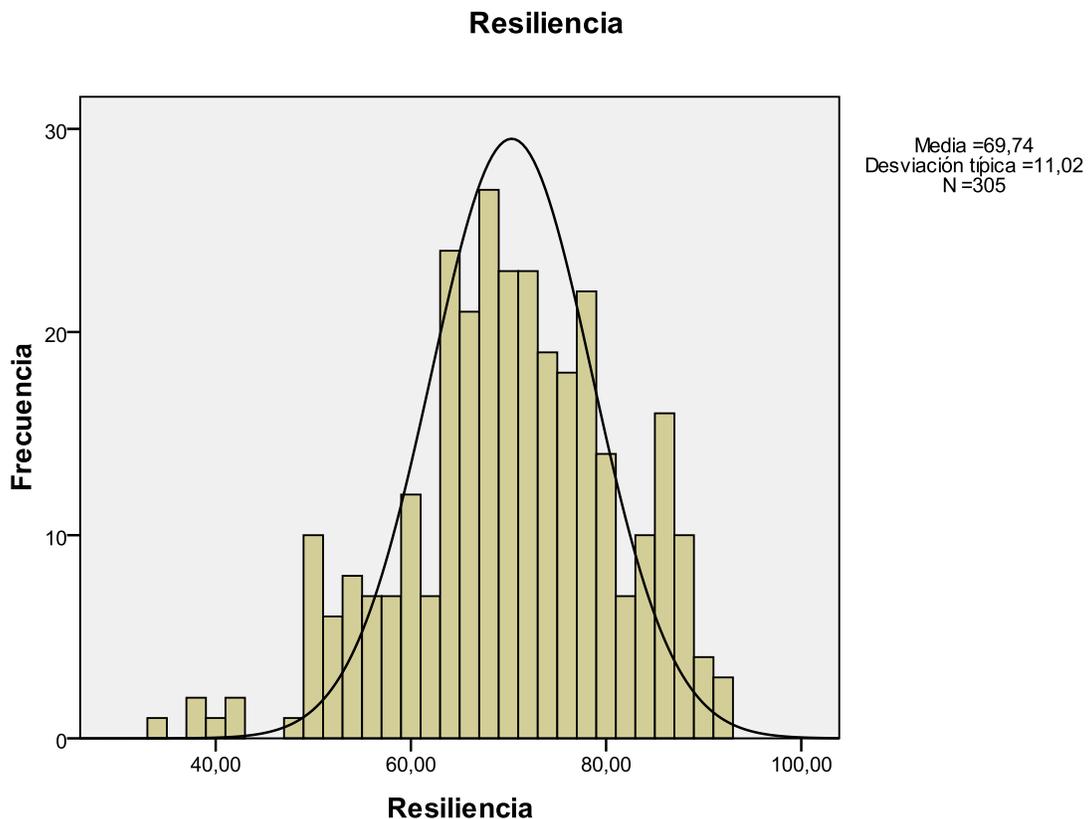


Figura 2. Histograma de la variable Resiliencia.

En el factor apoyo de amigos y compañeros, el promedio de los valores ($X = 25$, $S = 5.37$) se encuentra en los puntajes altos de la escala, cuyo puntaje máximo es 33 ($\min = 3$, $\max = 33$). Se observa una tendencia a la asimetría ($As = -1.061$) coleada a la izquierda, con una distribución leptocúrtica ($Ku = 1.521$) y heterogénea ($CV = 21.32\%$), lo que señala que la mayoría de los estudiantes puntuaron en los valores bajos de la variable, asimismo, se obtuvieron diferentes valores modales para esta distribución (Ver Figura 3). De todo esto se evidencia que no se puede especificar un patrón de comportamiento de los sujetos de la

muestra con respecto a la variable apoyo de amigos y compañeros, ya que al ser heterogénea la distribución y existir diferentes modas, se espera que en el grupo los sujetos experimenten los diferentes niveles de la variable (bajo, moderado y alto), sin existir mayor prevalencia de uno sobre otro, dada la heterogeneidad de la muestra.

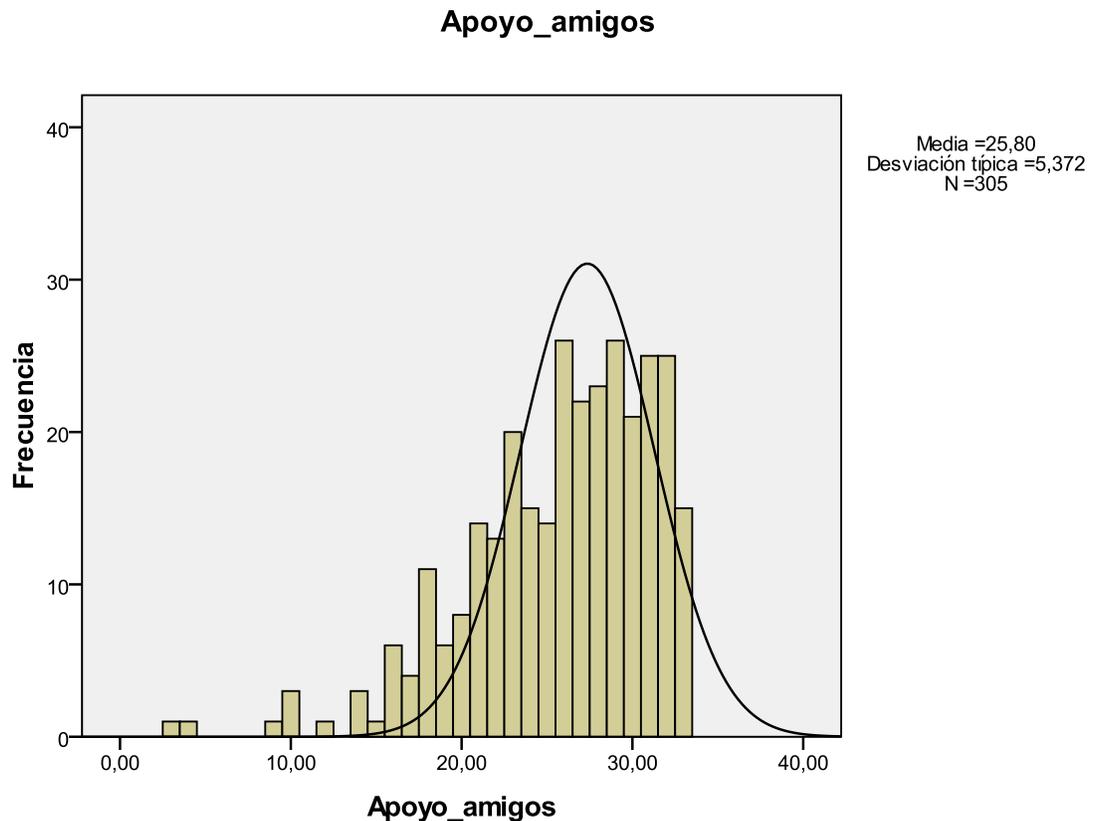


Figura 3. Histograma de la dimensión Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros.

En cuanto a la dimensión apoyo de familia y profesores, el promedio de los valores ($X = 18.26$, $S = 4.32$) se ubica en puntajes moderadamente altos de la escala, cuyo puntaje máximo a obtener es 33 y el máximo obtenido en la muestra fue de 24 (min= 3, max= 24), esto como indicador de un nivel óptimo de sentirse apoyado por su familia y sus profesores. Además al observar el valor modal para esta distribución ($Mo = 21$), se podría argumentar que la mayoría de los sujetos se sienten apoyados por su familia y profesores. Se observa en la Figura 4 que hay una tendencia a la asimetría negativa ($As = -1.020$), con una distribución

mesocúrtica ($Ku=0.942$) y heterogénea ($CV= 23.66 \%$), lo que señala que la mayoría de los estudiantes puntuaron alto en los valores de dicho factor y aunque se observaron puntuaciones bajas, hubo variación en los resultados, lo que quiere decir que es posible que existan sujetos que perciben niveles bajos de apoyo por parte de su familia y profesores.

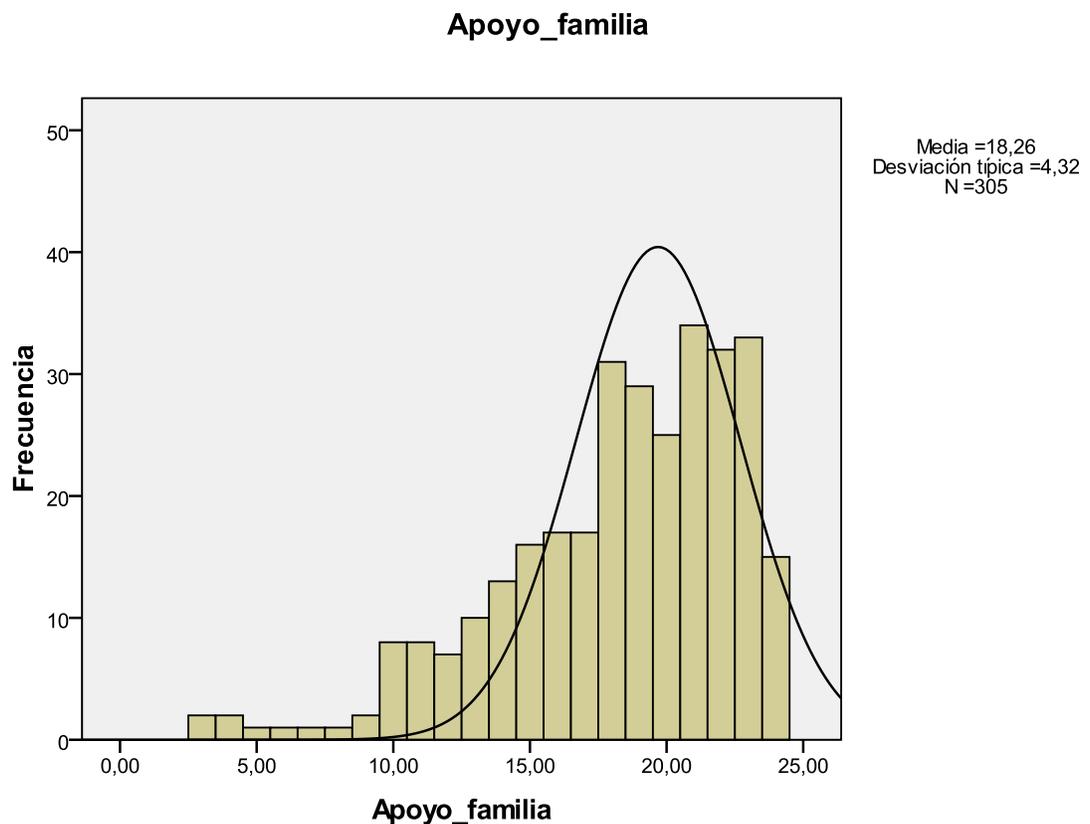


Figura 4. Histograma de la dimensión Apoyo Social Percibido de familia y profesores.

En el factor apoyo de sí mismo, religión y otros significativos, la media de los valores ($X= 13.35$, $S= 3.64$), se halla entre puntajes medios de la escala, cuyo puntaje máximo es 27 y el máximo obtenido fue 24 ($\min= 4$, $\max= 24$), esto puede indicar un nivel moderado de sentirse apoyado por sí mismos, su religión y otros significativos. También se evidencia una tendencia a la asimetría ($As= 0.328$) con una distribución coleada a la derecha, platicúrtica ($Ku= -0.83$) y heterogénea ($CV= 27.47 \%$). Asimismo, al examinar el valor de la moda para esta distribución ($Mo=12$), se puede señalar que la mayoría de los estudiantes puntuaron moderado

en los valores de dicho factor, es decir, que debido a su moderada frecuencia parte de los universitarios cuentan con el apoyo de otros. (Ver Figura 5).

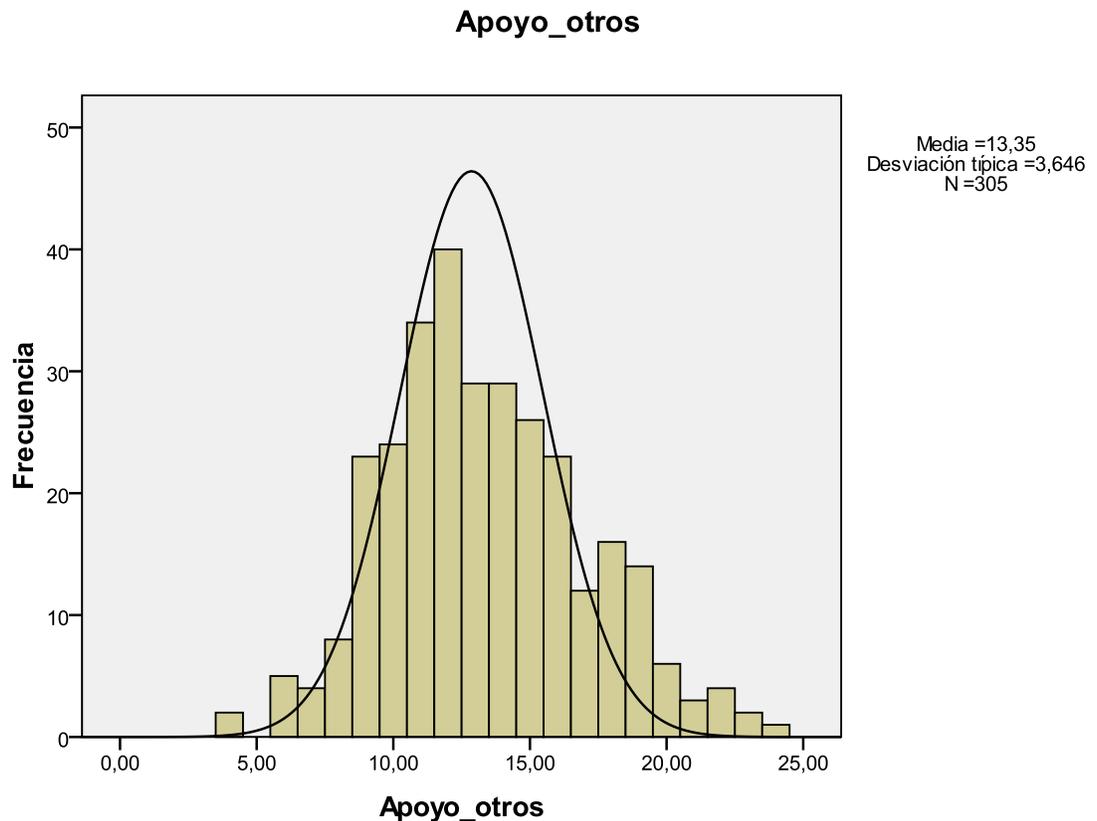


Figura 5. Histograma de la dimensión Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos.

Por otra parte, en el factor afrontamiento emocional la media de los valores ($X = 11.67$, $S = 5.34$), se ubica en los puntajes moderados de la escala, cuyo puntaje máximo es 33 y el máximo obtenido por la muestra fue de 32 (min= 1, max= 32), asimismo, se puede observar que el valor modal de la distribución ($Mo = 11$), constituye un indicador de un nivel inferior del uso afrontamiento emocional ante las situaciones problemáticas. Se observa una tendencia a la asimetría positiva ($As = 0.760$), con una distribución leptocúrtica ($Ku = 1.040$) y heterogénea ($CV = 45.76\%$), lo que señala que los estudiantes puntuaron moderadamente en los valores de este factor, es decir que algunos estudiantes pueden aproximarse y hacer uso de las emociones como medio de afrontamiento ante las demandas situacionales. (Ver Figura 6).

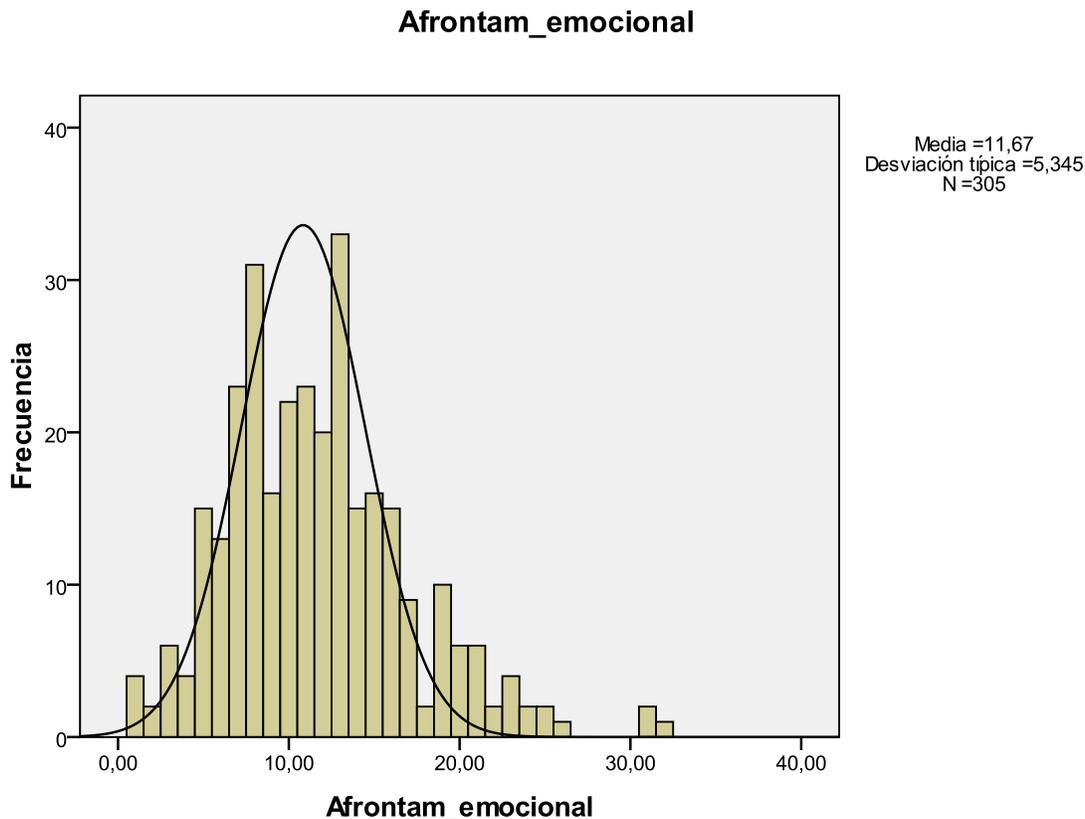


Figura 6. Histograma de la dimensión Estrategias de afrontamiento emocional.

En el factor afrontamiento racional, la media de los valores ($X = 19.69$; $S = 4.61$), se encuentran en los puntajes moderadamente altos de la escala, cuyo puntaje máximo es 33 (min= 8, max= 30); la media obtenida constituye un indicador de una frecuencia moderada a afrontar las situaciones de forma racional, de parte de los estudiantes universitarios de los primeros dos años de carrera. Se observa una tendencia a la simetría ($As = -0.052$), con una distribución platicúrtica ($Ku = -0.465$) y heterogénea ($CV = 23.41\%$), lo que señala que la mayoría de los estudiantes puntuaron moderadamente en los valores de este factor y aunque existen puntuaciones bajas, existe una dispersión en los datos, lo que señala la posibilidad de que algunos universitarios no optan por este estilo de aproximación a la resolución de las demandas situacionales. (Ver Figura 7).

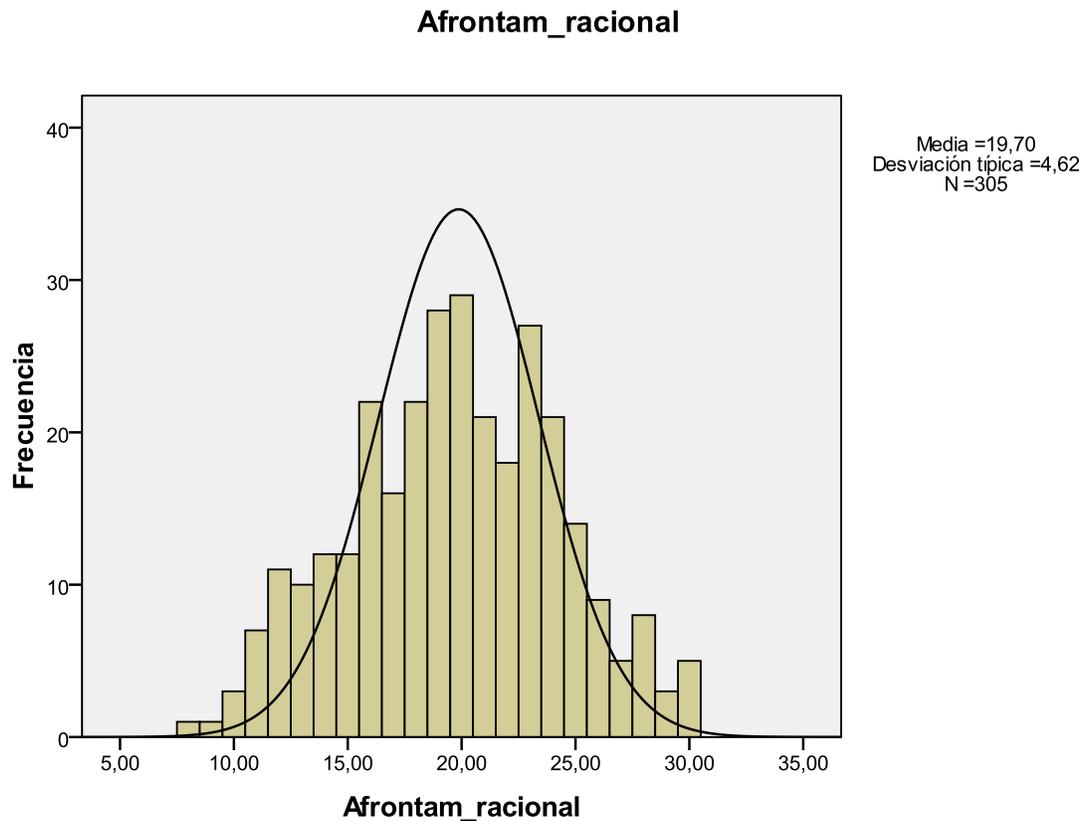


Figura 7. Histograma de la dimensión Estrategias de afrontamiento racional.

En lo referente a la dimensión afrontamiento por desapego, el promedio de los valores ($X= 15.93$, $S= 4.97$), se encuentran en los puntajes moderados de la escala, cuyo puntaje máximo es 36 y el máximo puntaje obtenido en la muestra fue de 31 (min= 1, max= 31). Además, se evidencia una tendencia a la simetría ($As= 0.140$), con una distribución leptocúrtica ($Ku=0.942$) y heterogénea ($CV= 31.19\%$). No obstante, al observar su valor modal y la heterogeneidad, se puede ver que no existe una única moda por lo cual no se podría determinar un patrón específico en cuanto a la frecuencia de uso de este tipo de afrontamiento en la muestra, lo que significa que los sujetos presentan niveles: alto, medio y bajo, pero sin que haya una prevalencia de uno sobre otro. (Ver Figura 8).

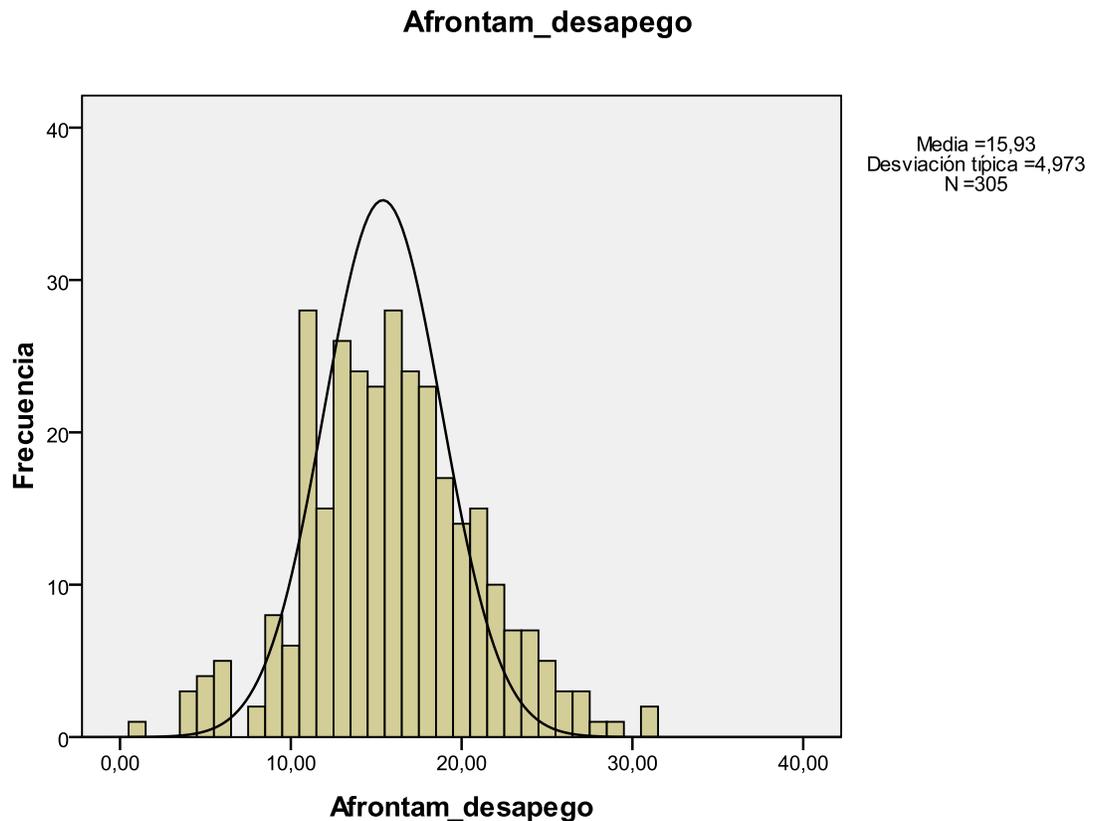


Figura 8. Histograma de la dimensión Estrategias de afrontamiento por desapego emocional.

En cuanto al factor afrontamiento por evitación, la media de los valores ($X= 8.94$, $S= 2.85$), se encuentran en los puntajes moderados de la escala, cuyo puntaje máximo es 18 y el máximo obtenido en la muestra fue de 17 (min= 1, max= 17), esta media constituye un indicador de un nivel moderado de afrontar las situaciones por medio de la evitación en general. Se observa una tendencia a la simetría ($As= -0.048$), con una distribución platicúrtica ($Ku= -0.203$) y heterogénea ($CV= 31.87\%$), lo que señala que los estudiantes puntuaron moderado en los valores de este factor, lo que quiere decir que aunque hay puntuaciones bajas, este estilo de afrontamiento es utilizado con una frecuencia moderada por los estudiantes, aunque no por la mayoría de éstos. (Ver Figura 9).

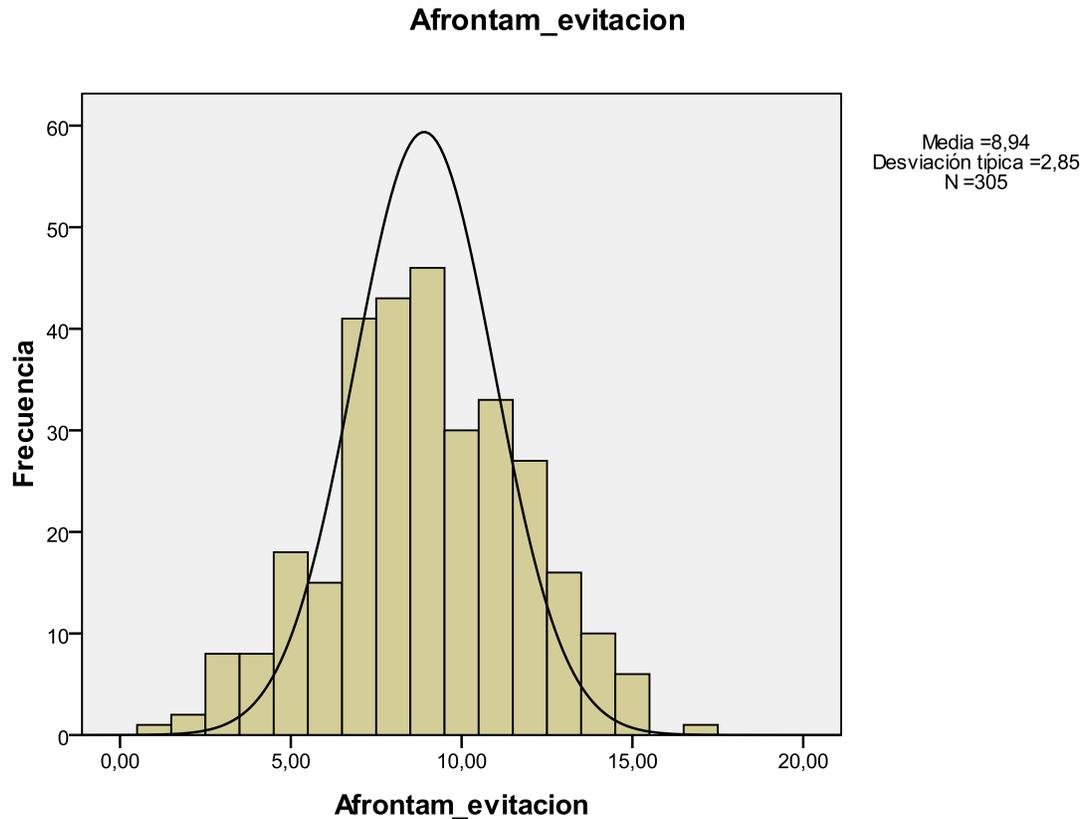


Figura 9. Histograma de la dimensión Estrategias de afrontamiento por evitación.

Por otra parte, en la variable estrés percibido la media de los valores ($X=26.98$, $S=7.71$), se encuentran en los puntajes moderados de la escala, cuyo puntaje máximo es 56 y el máximo obtenido en la muestra fue de 52 (min= 4, max= 52). Esta media es indicador de un nivel moderado de estrés percibido en los estudiantes universitarios de los primeros dos años de carrera. Se observa una tendencia a la simetría ($As=0.191$) con una distribución leptocúrtica ($Ku=0.845$) y heterogénea ($CV=28.57\%$), lo que señala que la mayoría de los estudiantes puntuaron moderado en los valores de esta variable, lo que quiere decir que aunque existen puntuaciones bajas y heterogeneidad, los estudiantes suelen experimentar un nivel medio de estrés. (Ver Figura 10).

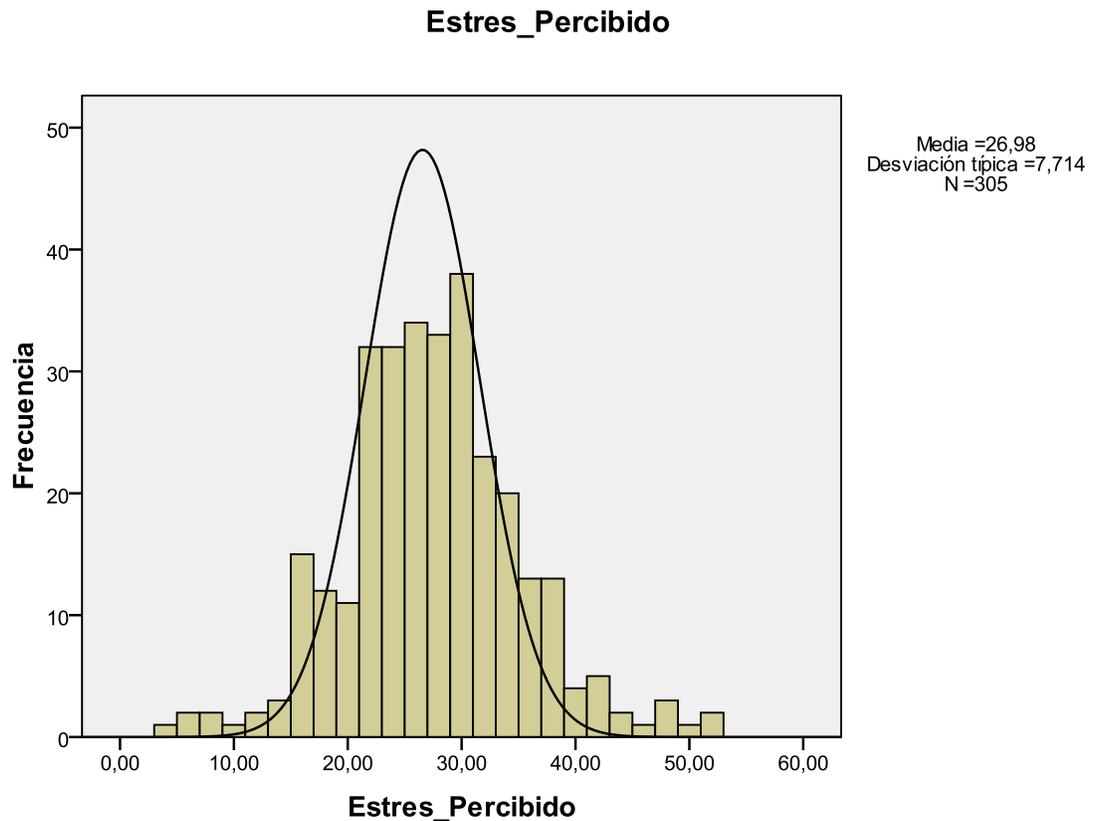


Figura 10. Histograma de la variable Estrés Percibido.

Adicionalmente en la dimensión retos y desafíos, la media de los valores ($X = 22.31$, $S = 3.86$) se encuentran en los puntajes moderados-altos de la escala, cuyo puntaje máximo es 28 (min= 8, max= 28). Se observa una tendencia a la asimetría ($As = -0.726$) coleada a la izquierda, con una distribución leptocúrtica ($Ku = 0.278$) y homogénea ($CV = 17.30\%$). No obstante, al observar su valor modal, se puede ver que no existe una única Moda lo que señala, que no se puede determinar un patrón específico en cuanto a los niveles de este factor en la muestra, lo que significa que los sujetos pueden presentar niveles alto, medio y bajo en cuanto a la capacidad de los estudiantes universitarios para visualizar y experimentar los retos o cambios como una oportunidad para su crecimiento. (Ver Figura 11).

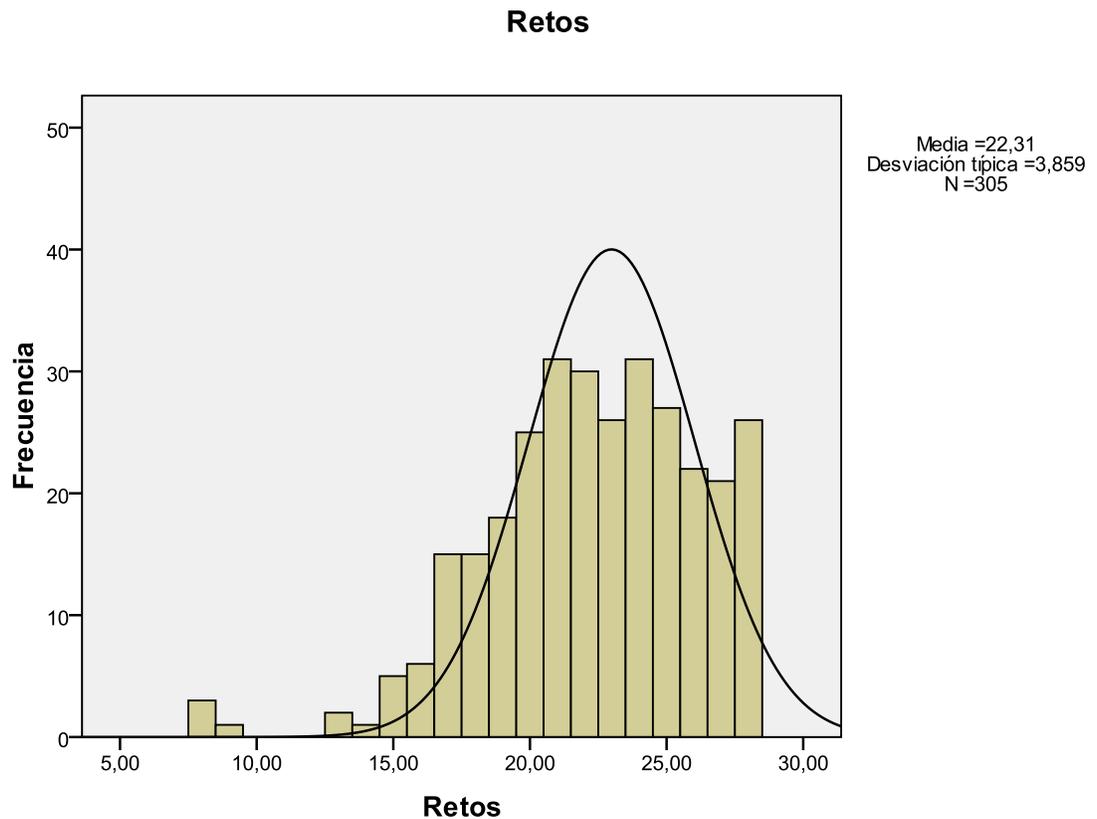


Figura 11. Histograma de la dimensión Retos y Desafíos.

En el factor compromiso personal-social, el promedio de los valores ($X=25.76$, $S=4.22$), se encuentran en los puntajes moderados de la escala, cuyo puntaje máximo es 32 (min= 9, max= 32), como indicador de un nivel moderado de compromiso situación en general. Se observa una tendencia a la asimetría ($As=-0.935$) coleada negativamente a la izquierda, con una distribución leptocúrtica ($Ku=1.49$) y homogénea ($CV=16.38\%$). No obstante, al observar su valor modal, se puede ver que no existe una única moda lo que señala, que no se puede determinar un patrón específico en cuanto a los niveles de este factor en la muestra, lo que significa que los sujetos presentan niveles variables (alto, medio y bajo) en su capacidad para involucrarse de forma profunda en sus actividades cotidianas. (Ver Figura 12).

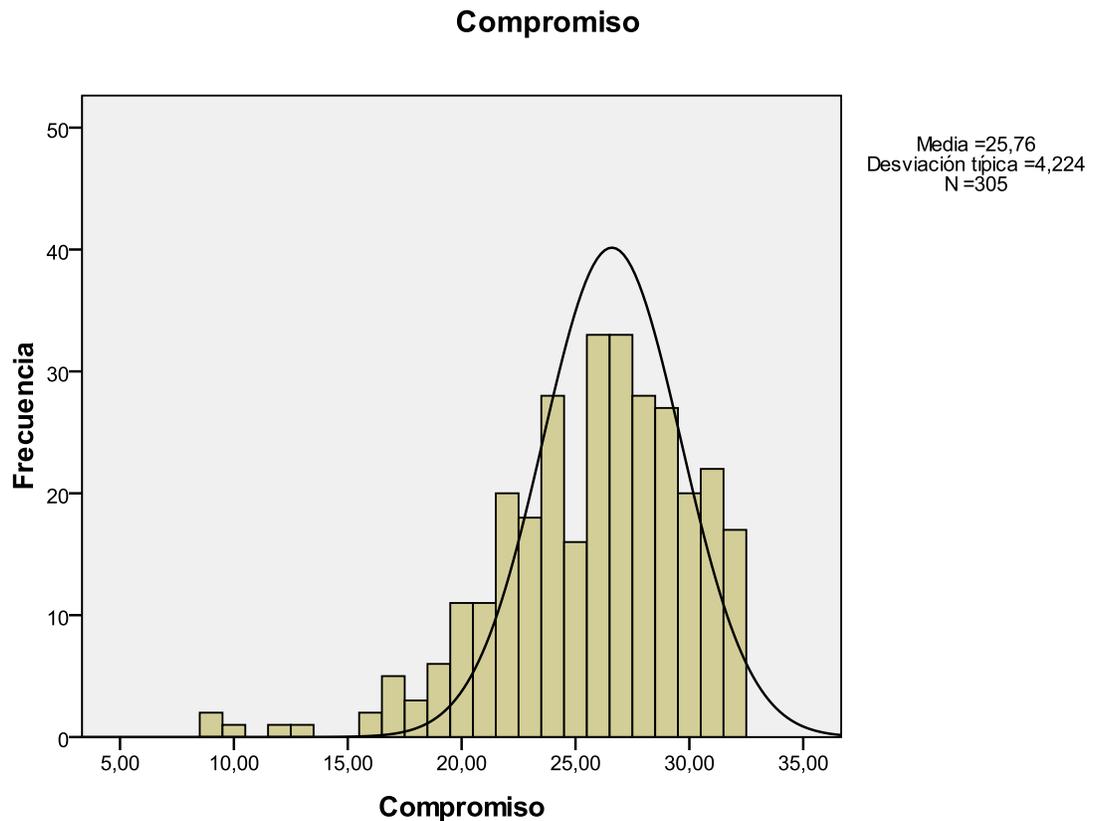


Figura 12. Histograma de la dimensión Compromiso personal-social.

Por último, en el factor control de los resultados, la media de los valores ($X=19.28$, $S=3.19$), se encuentran en los puntajes moderados altos de la escala, cuyo puntaje máximo es 24 (min= 6, max= 24), como indicador de un nivel moderado alto de control en general. Se observa una tendencia a la simetría ($As=-0.939$) coleada a la izquierda, con una distribución leptocúrtica ($Ku=1.48$) y homogénea ($CV=16.54\%$). No obstante, al tener en cuenta la heterogeneidad de puntajes obtenidos, se evidencia que no se puede determinar un patrón específico en cuanto a los niveles de este factor en la muestra, lo que significa que los sujetos presentan niveles alto, medio y bajo respecto a sus creencias de que las circunstancias en sus vidas dependen de sus propias acciones. (Ver Figura 13).

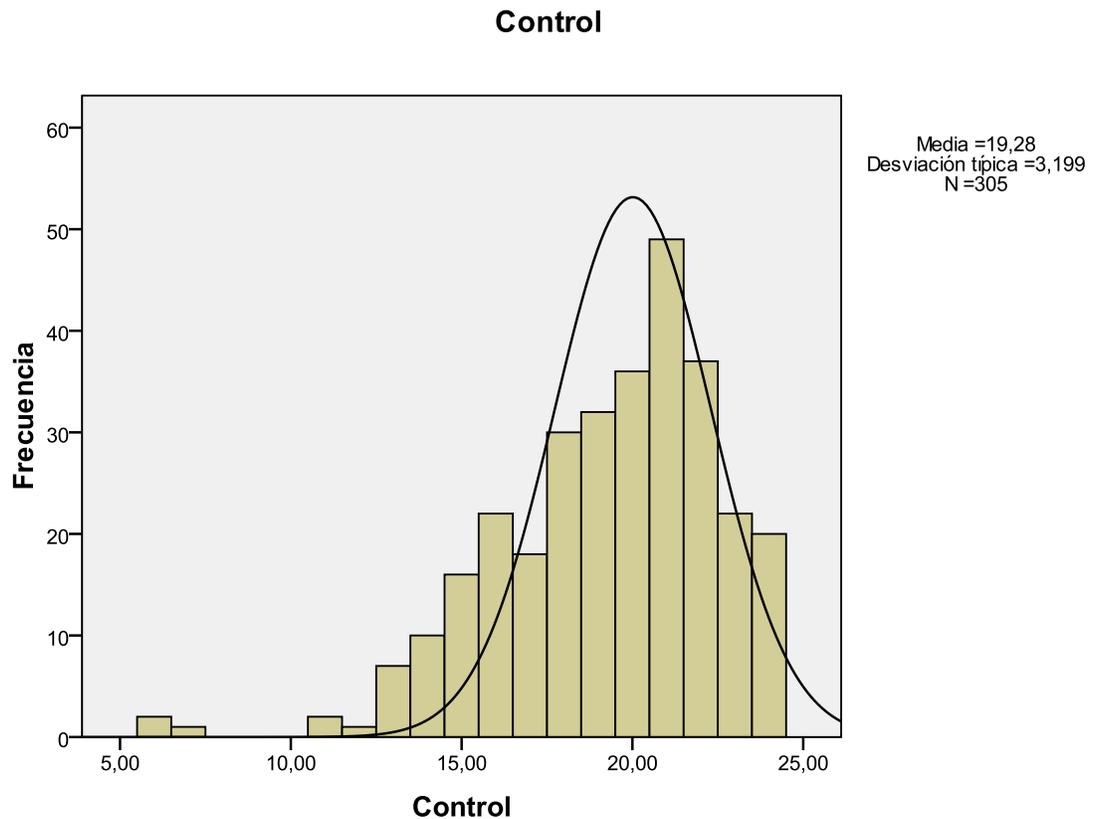


Figura 13. Histograma de la dimensión Control de resultados.

En síntesis, de lo recabado en los estadísticos descriptivos se puede afirmar que esta muestra estudiantil (pertenecientes a los primeros 4 semestres o 2 años de carrera) está compuesta por alumnos que cuentan con un nivel moderado de rasgos resilientes, lo que les permite sobreponerse ante aquellas situaciones obstaculizadoras o difíciles, asimismo, se observan niveles de personalidad resistente moderadamente altos, caracterizados por una visión moderada de los cambios como oportunidades para su crecimiento personal, el compromiso con sus actividades cotidianas y fuertes creencias en la dependencia de sus acciones personales para definir las situaciones, siendo estas cualidades que pueden funcionar como compensatorias ante los niveles moderados de estrés percibido hallados en la muestra. Por otro lado, en lo que respecta a los estilos de afrontamiento, el más usado por los estudiantes parece ser el racional, en comparación al emocional, evitativo y por desapego, los cuales se dan en una manera moderada y en baja frecuencia dentro de la muestra estudiantil.

Verificación de los supuestos del análisis de regresión

Seguidamente se procedió a la verificación de los supuestos necesarios para la realización del análisis de regresión.

Confiabilidad

En base a los cálculos de fiabilidad expuestos previamente para cada instrumento se evidenció que todas las variables contaban con una medida confiable y válida por lo que se cumple este supuesto, salvo en el caso de las dimensiones Apoyo social de sí mismo, religión y otros significativos ($\alpha=.463$) y Estrategias de afrontamiento por evitación ($\alpha=.365$) las cuales presentaron un alfa de Cronbach entre moderado y bajo, lo que indica que poseían una consistencia interna baja y por tanto los resultados derivados de dichas variables deben ser interpretados con cautela.

Normalidad

Para comprobar este supuesto se procedió al cálculo de la prueba de Kolmogorov-Smirnov para todas las variables consideradas en el modelo (Ver Anexo S), con esto se evidenció que únicamente las variables Resiliencia, Afrontamiento racional, Afrontamiento por desapego emocional y Estrés Percibido presentaban una distribución de datos ajustada a la normal; mientras que las variables y dimensiones que no tuvieron una distribución normal en sus datos fueron: Apoyo de amigos y compañeros, Apoyo de familia y profesores, Apoyo de sí mismo, religión y otros significativos; Afrontamiento emocional, Afrontamiento por evitación, Retos y Desafíos, Compromiso personal-social y Control de resultados. Por ello se deben considerar con cuidado los resultados e interpretaciones derivadas de las variables y dimensiones que no tienen una distribución normal, ya que en general se evidencia que los datos fueron tomados de muestras con una distribución no normal, por lo cual dichas variables podrían presentar linealidad y por tanto una relación estrecha con las variables a predecir en el modelo donde sean incluidas, de modo que puede haber dudas respecto a su papel predictivo en tales modelos.

Ausencia de Multicolinealidad

Este supuesto se comprobó a través del cálculo y análisis de las correlaciones entre las variables incluidas en el modelo. En este caso se observó que en general se cumple el supuesto de ausencia de multicolinealidad de las variables, pues las correlaciones entre éstas fueron menores a 0.70. (Ver Tabla 13). No obstante se evidenció que el supuesto no se cumplió en las dimensiones de la Personalidad Resistente, en este sentido se observaron correlaciones significativas y mayores a 0.7 entre las dimensiones Retos y Desafíos y Compromiso personal-social ($r=.77$, $p<0.01$) y entre el Compromiso personal-social y el Control de resultados ($r=.71$, $p<0.01$) por lo cual los resultados

N		305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305
AFEV	Correlación Pearson	,041	,052	-,075	-,076	,135	,216**	,149**	,312**	1	,159**	-,054	-,052	-,070
	Sig. (bilateral)	,479	,363	,190	,184	,018	,000	,009	,000		,005	,350	,364	,225
	N	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305
EP	Correlación Pearson	-,081	-,417**	-,125	-,295**	-,044	,563**	-,229**	,043	,159**	1	-,287**	-,280**	-,315**
	Sig. (bilateral)	,158	,000	,028	,000	,443	,000	,000	,453	,005		,000	,000	,000
	N	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305
RD	Correlación Pearson	-,035	,436**	,124	,243**	,070	-,279**	,327**	-,082	-,054	1	-,287**	,770**	,664**
	Sig. (bilateral)	,539	,000	,030	,000	,224	,000	,000	,151	,350		,000	,000	,000
	N	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305
CPS	Correlación Pearson	-,053	,374**	,160	,284**	,060	-,234**	,257**	-,127	-,052	1	-,280**	,770**	,710**
	Sig. (bilateral)	,355	,000	,005	,000	,295	,000	,000	,026	,364		,000	,000	,000
	N	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305
CON	Correlación Pearson	,021	,342**	,128	,280**	,085	-,263**	,198**	-,044	-,070	1	-,315**	,664**	,710**
	Sig. (bilateral)	,719	,000	,026	,000	,137	,000	,001	,441	,225		,000	,000	,000
	N	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305	305

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

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

Nota. RE=Resiliencia. AA= Apoyo social percibido de amigos y compañeros. AF= Apoyo social percibido de familia y profesores. AO= Apoyo social percibido de sí mismo, religión y otros significativos. AFE= Estrategias de afrontamiento emocional. AFR= Estrategias de afrontamiento racional. AFD= Estrategias de afrontamiento por desapego emocional. AFEV= Estrategias de afrontamiento por evitación. EP= Estrés percibido. RD= Retos y desafíos. CPS= Compromiso personal-social. CON= Control de resultados.

Asimismo, se observó que la variable Resiliencia se correlacionó de forma directa y significativa con las variables Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros ($r=.251$, $p<0.01$), Apoyo Social Percibido de familia y profesores ($r=.337$, $p<0.01$), Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos ($r=.166$, $p<0.01$), Estrategias de Afrontamiento racional ($r=.401$, $p<0.01$), Retos y Desafíos ($r=.436$, $p<0.01$), Compromiso personal-social ($r=.374$, $p<0.01$) y Control de resultados ($r=.342$, $p<0.01$); así como de forma inversa y significativa con las variables Afrontamiento emocional ($r=-.35$, $p<0.01$) y Estrés Percibido ($r=-.417$,

$p < 0.01$). De tal forma, se entiende que una mayor resiliencia se asocia con un mayor apoyo social percibido en sus 3 dimensiones (Amigos y compañeros; Familia y profesores; De sí mismo, religión y otros significativos) y mayores niveles de personalidad resistente en sus 3 dimensiones (Retos y Desafíos; Compromiso personal-social; Control de resultados); a su vez se asocia con un menor uso de estrategias de afrontamiento emocional y menores niveles de estrés percibido por la persona.

Además, se observaron correlaciones positivas y significativas entre el Estrés Percibido y las variables Estrategias de Afrontamiento emocional ($r = .563$, $p < 0.01$) y Afrontamiento por evitación ($r = .159$, $p < 0.01$), así como correlaciones inversas y significativas con las variables Resiliencia, Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros ($r = -.125$, $p < 0.05$), Apoyo Social Percibido de familia y profesores ($r = -.295$, $p < 0.01$), Estrategias de Afrontamiento racional ($r = -.229$, $p < 0.01$), Retos y Desafíos ($r = -.287$, $p < 0.01$), Compromiso personal-social ($r = -.28$, $p < 0.01$) y Control de resultados ($r = -.315$, $p < 0.01$). Esto indica que mayores niveles de estrés se asocian con mayor uso de estrategias de afrontamiento emocional y por evitación, menor resiliencia, menos apoyo social percibido de amigos y compañeros, así como de parte de familia y profesores, un menor uso de estrategias de afrontamiento racional y menores niveles de personalidad resistente en sus 3 dimensiones.

Por otra parte, se evidenciaron correlaciones directas y significativas entre la dimensión Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros, con las variables Resiliencia, Apoyo Social Percibido de familia y profesores ($r = .494$, $p < 0.01$), Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos ($r = .255$, $p < 0.01$), Retos y Desafíos ($r = .124$, $p < 0.05$), Compromiso personal-social ($r = .16$, $p < 0.01$) y Control de resultados ($r = .128$, $p < 0.05$), además de correlaciones negativas y significativas con las variables Sexo ($r = -.119$, $p < 0.05$), Estrategias de afrontamiento emocional ($r = -.232$, $p < 0.01$), Estrategias de afrontamiento por desapego emocional ($r = -.216$, $p < 0.01$) y Estrés Percibido. En tal sentido, se puede afirmar que un mayor apoyo social percibido de amigos y compañeros por parte del individuo se asocia con mayores niveles de resiliencia, mayor apoyo social percibido de la familia y profesores, así como de parte de sí mismo, religión y otros, y con tener mayores niveles de personalidad resistente en sus 3 dimensiones; adicionalmente se asocia con ser mujer, menor estrés percibido, y un menor uso de estrategias de afrontamiento emocional y por desapego emocional.

Adicionalmente, se hallaron correlaciones positivas y significativas entre el Apoyo Social Percibido de familia y profesores, y las variables Resiliencia, Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros, Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos ($r = .229$, $p < 0.01$), Retos y Desafíos ($r = .243$, $p < 0.01$), Compromiso personal-social ($r = .284$, $p < 0.01$) y Control de resultados ($r = .28$, $p < 0.01$); así como correlaciones negativas y significativas con las variables Sexo

($r=-.115$, $p<0.05$), Estrategias de Afrontamiento emocional ($r=-.429$, $p<0.01$), Estrategias de Afrontamiento por desapego emocional ($r=-.216$, $p<0.01$) y Estrés Percibido. Por lo tanto, podría afirmarse que un mayor apoyo social percibido de familia y profesores, se asocia con mayores niveles resiliencia, apoyo social percibido de amigos y compañeros, de parte de sí mismo, la religión y otros significativos, y mayores niveles de personalidad resistente en todas sus dimensiones; asimismo, se asocia con ser mujer, menores niveles de estrés percibido, y hacer un menor uso de estrategias de afrontamiento emocional y por desapego emocional.

Igualmente, se evidenciaron correlaciones positivas y significativas del Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos con las variables Resiliencia, Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros, Apoyo Social Percibido de familia y profesores, y Estrategias de Afrontamiento por evitación ($r=.135$, $p<0.05$); de modo que un mayor apoyo social percibido de parte de sí mismo, la religión y otros significativos se asocian con mayor resiliencia, mayor apoyo social percibido de amigos y compañeros y de partes de familia y profesores, así como un mayor uso de estrategias de afrontamiento por evitación.

Adicionalmente, al realizar los cálculos correspondientes de regresión múltiple se analizaron el índice de Tolerancia (que debe ser mayor a 0.6) y el FIV (factor de inflación de la varianza, que debe ser menor a 1.66) para cada variable donde el modelo fuese significativo.

Equidistribución de los residuos

Este supuesto se comprobó mediante el estadístico de Durbin-Watson para aquellos modelos que resultaron significativos, dicho estadístico permite definir si existe correlación entre los residuos de errores de las variables incluidas. Se consideró adecuado en el caso de que su valor fuese cercano a 2.

Análisis de regresión

Una vez analizados y verificados los supuestos del análisis de regresión, si bien se evidenció que algunos no se cumplieron para todas las variables; se procedió a realizar los cálculos de regresión múltiples planteados en el modelo, partiendo desde la variable más endógena (Resiliencia, en este caso) hacia las más exógenas. Únicamente se comentan aquellos modelos que resultaron estadísticamente significativos con un nivel crítico de contraste de hipótesis de $\alpha=0.05$.

Resiliencia

Para la variable Resiliencia se halló un modelo significativo que explica un 38,5% de la varianza por el efecto conjunto de las variables del modelo (Ver Tabla 14). Asimismo, se encontró que no hay correlaciones entre los residuos de las variables ya que el estadístico Durbin-Watson tuvo un valor de 1,975 (Ver Tabla

15). De tal forma, se halló que las variables Estrés Percibido, Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros, las Estrategias de afrontamiento racional, y los Retos y Desafíos permiten predecir la variable Resiliencia (Ver Tabla 16). En tal sentido, en orden por valor predictivo de la Resiliencia estarían: Retos y Desafíos ($\beta=.222$, $p=0.004$), Afrontamiento racional ($\beta=.221$, $p=0.00$), Estrés Percibido ($\beta= -.198$, $p=0.001$) y Apoyo de amigos y compañeros ($\beta=.129$, $p=0.015$). Por tanto, puede decirse que a menores niveles de estrés percibido, mayor apoyo social percibido de parte de amigos y compañeros, un mayor uso de estrategias de afrontamiento racional y mayores niveles de retos y desafíos, mayor será el nivel de resiliencia del individuo. Cabe mencionar que la dimensión Retos y Desafíos presentaba un nivel de Tolerancia menor a 0.6 y un FIV mayor a 1.66, lo que indica que presentaba multicolinealidad con Resiliencia, por lo cual su papel en la predicción de esta variable debe interpretarse de forma cuidadosa.

Tabla 14.
ANOVA para Resiliencia.

ANOVA						
Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	15110,754	12	1259,230	16,861	,000 ^a
	Residual	21807,783	292	74,684		
	Total	36918,538	304			

Tabla 15.
Resumen del modelo de regresión para Resiliencia.

Resumen del modelo					
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación	Durbin-Watson
1	,640 ^a	,409	,385	8,64200	1,975

Tabla 16.
Modelo de regresión de Resiliencia.

Modelo	Coeficientes						Estadísticos de colinealidad	
	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.	Tolerancia	FIV	
	B	Error típ.	Beta					
1 (Constante)	32,664	5,938		5,501	,000			
Estres_Percibido	-,283	,082	-,198	-3,459	,001	,615	1,625	
Apoyo_amigos	,265	,109	,129	2,442	,015	,722	1,385	
Apoyo_familia	,244	,148	,096	1,648	,100	,599	1,669	
Apoyo_otros	,281	,145	,093	1,930	,055	,874	1,144	

Afrontam_emocional	-,206	,122	-,100	-1,686	,093	,575	1,740
Afrontam_racional	,527	,126	,221	4,185	,000	,726	1,377
Afrontam_desapego	,191	,116	,086	1,651	,100	,739	1,353
Afrontam_evitacion	,236	,192	,061	1,234	,218	,824	1,213
Retos	,635	,216	,222	2,941	,004	,354	2,828
Compromiso	,096	,206	,037	,466	,642	,323	3,092
Control	-,029	,234	-,008	-,125	,901	,438	2,283
Sexo	1,371	1,096	,058	1,251	,212	,925	1,082

a. Variable dependiente: Resiliencia

Estrés Percibido

Para la variable Estrés Percibido se encontró un modelo estadísticamente significativo que logra explicar el 36,1% de la varianza (Ver Tabla 17). Además, se comprobó que no hay correlaciones entre los residuos de las variables ya que el estadístico Durbin-Watson tuvo un valor de 1,92 (Ver Tabla 18). En este sentido, se encontró que las variables Afrontamiento emocional, Afrontamiento racional y Sexo permiten predecir la variable de Estrés Percibido (Ver Tabla 19). Así, en cuanto al orden por valor predictivo respecto a la variable Estrés Percibido, las variables se organizarían de tal forma: Afrontamiento emocional ($\beta=.492$, $p=0.00$), Afrontamiento racional ($\beta= -.132$, $p=0.014$) y Sexo ($\beta= -.109$, $p=0.022$). De tal modo puede decirse que al ser mujer, y hacer un mayor uso de estrategias de afrontamiento emocional y un menor uso de estrategias de afrontamiento racional, mayor será el nivel de estrés percibido por la persona. Asimismo, estas variables no presentaron multicolinealidad.

Tabla 17.
ANOVA para Estrés Percibido.

Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	6957,337	11	632,485	16,645	,000 ^a
	Residual	11133,581	293	37,999		
	Total	18090,918	304			

Tabla 18.
Resumen del modelo de regresión de Estrés Percibido.

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación	Durbin-Watson
1	,620 ^a	,385	,361	6,16430	1,920

Tabla 19.
Modelo de regresión de Estrés Percibido.

Modelo	Coeficientes						Estadísticos de colinealidad	
	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.	Tolerancia	FIV	
	B	Error típ.	Beta					
1 (Constante)	30,539	3,841		7,950	,000			
Apoyo_amigos	,035	,077	,024	,453	,651	,723	1,384	
Apoyo_familia	-,083	,106	-,046	-,785	,433	,600	1,666	
Apoyo_otros	-,035	,104	-,016	-,333	,740	,874	1,144	
Afrontam_emocional	,710	,077	,492	9,244	,000	,742	1,347	
Afrontam_racional	-,220	,089	-,132	-2,473	,014	,741	1,349	
Afrontam_desapego	-,032	,083	-,020	-,382	,703	,740	1,352	
Afrontam_evitacion	,201	,136	,074	1,478	,141	,830	1,204	
Retos	,050	,154	,025	,323	,747	,354	2,827	
Compromiso	-,118	,147	-,065	-,803	,423	,324	3,085	
Control	-,271	,166	-,112	-1,628	,105	,442	2,262	
Sexo	-1,789	,775	-,109	-2,308	,022	,941	1,062	

a. Variable dependiente: Estres_Percibido

Apoyo social percibido de amigos y compañeros

Para la dimensión de Apoyo Social percibido de amigos y compañeros se encontró un modelo estadísticamente significativo que explica un 6,4% de la varianza por el efecto conjunto de las variables del modelo (Ver Tabla 20). Asimismo, se encontró que no hay correlaciones entre los residuos de las variables ya que el estadístico Durbin-Watson tuvo un valor de 1,851 (Ver Tabla 21). De tal forma, se halló que sólo la variable Afrontamiento emocional ($\beta = -.189$, $p = 0.002$) permite predecir la dimensión de Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros. (Ver Tabla 22). Por tanto, puede afirmarse que con un menor uso de estrategias de afrontamiento emocional habrá un mayor apoyo social percibido de amigos y compañeros por parte del individuo. Además, no se halló multicolinealidad entre estas variables.

Tabla 20.
ANOVA para Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros.

ANOVA						
Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	774,405	8	96,801	3,582	,001 ^a
	Residual	7998,395	296	27,022		

Total	8772,800	304		
-------	----------	-----	--	--

Tabla 21.

Resumen del modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros.

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación	Durbin-Watson
1	,297 ^a	,088	,064	5,19823	1,851

Tabla 22.

Modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de amigos y compañeros.

Coeficientes

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.	Estadísticos de colinealidad	
	B	Error típ.	Beta			Tolerancia	FIV
1 (Constante)	27,112	2,661		10,189	,000		
Afrontam_emocional	-,190	,060	-,189	-3,143	,002	,850	1,176
Afrontam_racional	-,019	,074	-,016	-,254	,800	,756	1,323
Afrontam_desapego	-,122	,069	-,113	-1,775	,077	,765	1,307
Afrontam_evitacion	,022	,112	,012	,197	,844	,865	1,156
Retos	-,054	,130	-,039	-,416	,678	,356	2,812
Compromiso	,148	,123	,117	1,202	,230	,328	3,053
Control	,036	,139	,021	,257	,797	,448	2,233
Sexo	-,887	,650	-,078	-1,365	,173	,952	1,051

a. Variable dependiente: Apoyo_amigos

Apoyo social percibido de familia y profesores

Para la dimensión de Apoyo social percibido de familia y profesores se halló un modelo significativo que explica un 23,4% de la varianza por el efecto conjunto de las variables del modelo (Ver Tabla 23). Además, se encontró que no hay correlaciones entre los residuos de las variables ya que el estadístico Durbin-Watson fue de 1,874 (Ver Tabla 24). De tal forma, se evidenció que las dimensiones Afrontamiento emocional ($\beta = -.356$, $p=0.00$) y Afrontamiento por desapego emocional ($\beta = -.173$, $p=0.003$) permiten predecir la dimensión de Apoyo Social Percibido de familia y profesores (Ver Tabla 25). En tal sentido, puede decirse que a menor uso de estrategias de afrontamiento emocional y de afrontamiento por desapego emocional, mayor será el apoyo social percibido de familia y profesores de parte del individuo. Asimismo, no se halló multicolinealidad en estas variables.

Tabla 23.
ANOVA para Apoyo Social Percibido de familia y profesores.

ANOVA						
Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	1443,246	8	180,406	12,626	,000 ^a
	Residual	4229,292	296	14,288		
	Total	5672,538	304			

Tabla 24.
Resumen del modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de familia y profesores.

Resumen del modelo					
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación	Durbin-Watson
1	,504 ^a	,254	,234	3,77997	1,874

Tabla 25.
Modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de familia y profesores.

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.	Estadísticos de colinealidad	
	B	Error típ.	Beta			Tolerancia	FIV
1 (Constante)	17,220	1,935		8,900	,000		
Afrontam_emocional	-,288	,044	-,356	-6,547	,000	,850	1,176
Afrontam_racional	,075	,054	,080	1,392	,165	,756	1,323
Afrontam_desapego	-,150	,050	-,173	-3,009	,003	,765	1,307
Afrontam_evitacion	,086	,082	,057	1,051	,294	,865	1,156
Retos	-,089	,094	-,080	-,948	,344	,356	2,812
Compromiso	,128	,090	,125	1,424	,155	,328	3,053
Control	,179	,101	,132	1,763	,079	,448	2,233
Sexo	-,604	,473	-,066	-1,277	,202	,952	1,051

a. Variable dependiente: Apoyo_familia

Apoyo social percibido de sí mismo, religión y otros significativos

Para la dimensión Apoyo social percibido de sí mismo, religión y otros significativos se encontró un modelo estadísticamente significativo que explica el 3,2% de la varianza de esta dimensión (Ver Tabla 26). Además, se encontró que no hay correlaciones entre los residuos de las variables ya que el estadístico Durbin-Watson fue de 1,782 (Ver Tabla 27). En este sentido, se halló que

únicamente la dimensión Afrontamiento por evitación o evitativo ($\beta=.206$, $p=0.001$) permite predecir la dimensión Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos (Ver Tabla 28). Por tanto, puede afirmarse que a mayor uso de estrategias de afrontamiento por evitación, mayor apoyo social percibirá la persona de parte de sí misma, la religión y otros significativos. Asimismo, no se halló multicolinealidad entre estas variables.

Tabla 26.

ANOVA para Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos.

ANOVA						
Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	232,321	8	29,040	2,257	,024 ^a
	Residual	3808,840	296	12,868		
	Total	4041,161	304			

Tabla 27.

Resumen del modelo de regresión de Apoyo Social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos.

Resumen del modelo					
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación	Durbin-Watson
1	,240 ^a	,057	,032	3,58716	1,782

Tabla 28.

Modelo de regresión de Apoyo social Percibido de sí mismo, religión y otros significativos.

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.	Estadísticos de colinealidad	
	B	Error típ.	Beta			Tolerancia	FIV
1 (Constante)	12,135	1,836		6,609	,000		
Afrontam_emocional	-,052	,042	-,076	-1,243	,215	,850	1,176
Afrontam_racional	-,079	,051	-,100	-1,545	,123	,756	1,323
Afrontam_desapego	-,079	,047	-,108	-1,672	,096	,765	1,307
Afrontam_evitacion	,263	,078	,206	3,394	,001	,865	1,156
Retos	,055	,089	,059	,621	,535	,356	2,812
Compromiso	-,031	,085	-,036	-,367	,714	,328	3,053
Control	,092	,096	,081	,960	,338	,448	2,233
Sexo	,208	,448	,027	,463	,643	,952	1,051

a. Variable dependiente: Apoyo_otros

Estrategias de afrontamiento emocional

Para la dimensión Estrategias de afrontamiento emocional se encontró un modelo estadísticamente significativo que explica un 8,3% de la varianza de la variable (Ver Tabla 29). Además, aparentemente no hay correlaciones entre los residuos de las variables ya que el estadístico Durbin-Watson tuvo un valor de 2,008 (Ver Tabla 30). Por tanto, se halló que las variables Retos y Desafíos ($\beta = -.198$, $p=0.027$), y Control de resultados ($\beta = -.16$, $p=0.05$) podrían predecir la variable Estrategias de afrontamiento emocional (Ver Tabla 31). Por tanto, a menores niveles de retos y desafíos, y control de resultados en la persona, habrá un mayor uso de estrategias de afrontamiento emocional. Sin embargo, tanto la dimensión Retos y Desafíos como Control de resultados presentaban niveles de Tolerancia menores a 0.6 y FIV mayores a 1.66, lo que indica que presentaban multicolinealidad con Estrategias de Afrontamiento emocional, por lo cual su papel en la predicción de esta variable debe interpretarse con cuidado.

Tabla 29.

ANOVA para Estrategias de Afrontamiento emocional

ANOVA						
Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	828,680	4	207,170	7,912	,000 ^a
	Residual	7854,874	300	26,183		
	Total	8683,554	304			

Tabla 30.

Resumen del modelo de regresión de Estrategias de Afrontamiento emocional

Resumen del modelo					
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación	Durbin-Watson
1	,309 ^a	,095	,083	5,11692	2,088

Tabla 31.

Modelo de regresión de Estrategias de Afrontamiento emocional

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.	Estadísticos de colinealidad	
	B	Error típ.	Beta			Tolerancia	FIV
1 (Constante)	21,439	1,989		10,779	,000		
Retos	-,275	,124	-,198	-2,223	,027	,379	2,639

1 (Constante)	10,673	1,691		6,311	,000		
Retos	,401	,105	,335	3,817	,000	,379	2,639
Compromiso	,056	,102	,051	,546	,585	,334	2,994
Control	-,092	,115	-,064	-,798	,425	,459	2,178
Sexo	1,259	,533	,128	2,361	,019	,990	1,010

a. Variable dependiente: Afrontam_racional

Estrategias de afrontamiento por desapego emocional

Para la dimensión de Estrategias de afrontamiento por desapego emocional el modelo planteado no resultó estadísticamente significativo (Ver Tabla 35).

Tabla 35.

ANOVA para Estrategias de Afrontamiento por desapego emocional

ANOVA

Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	352,172	4	88,043	3,686	,006 ^a
	Residual	7166,241	300	23,887		
	Total	7518,413	304			

Estrategias de afrontamiento por evitación

En el caso de la dimensión de Estrategias de afrontamiento por evitación, el modelo propuesto no resultó estadísticamente significativo para predecir este factor (Ver Tabla 36).

Tabla 36.

ANOVA para Estrategias de Afrontamiento por evitación

ANOVA

Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	16,593	4	4,148	,507	,730 ^a
	Residual	2453,459	300	8,178		
	Total	2470,052	304			

Por último, en la Figura 14 se muestra el modelo de ruta obtenido mediante los cálculos de modelos de regresión, con los efectos directos e indirectos de las variables consideradas en el estudio.

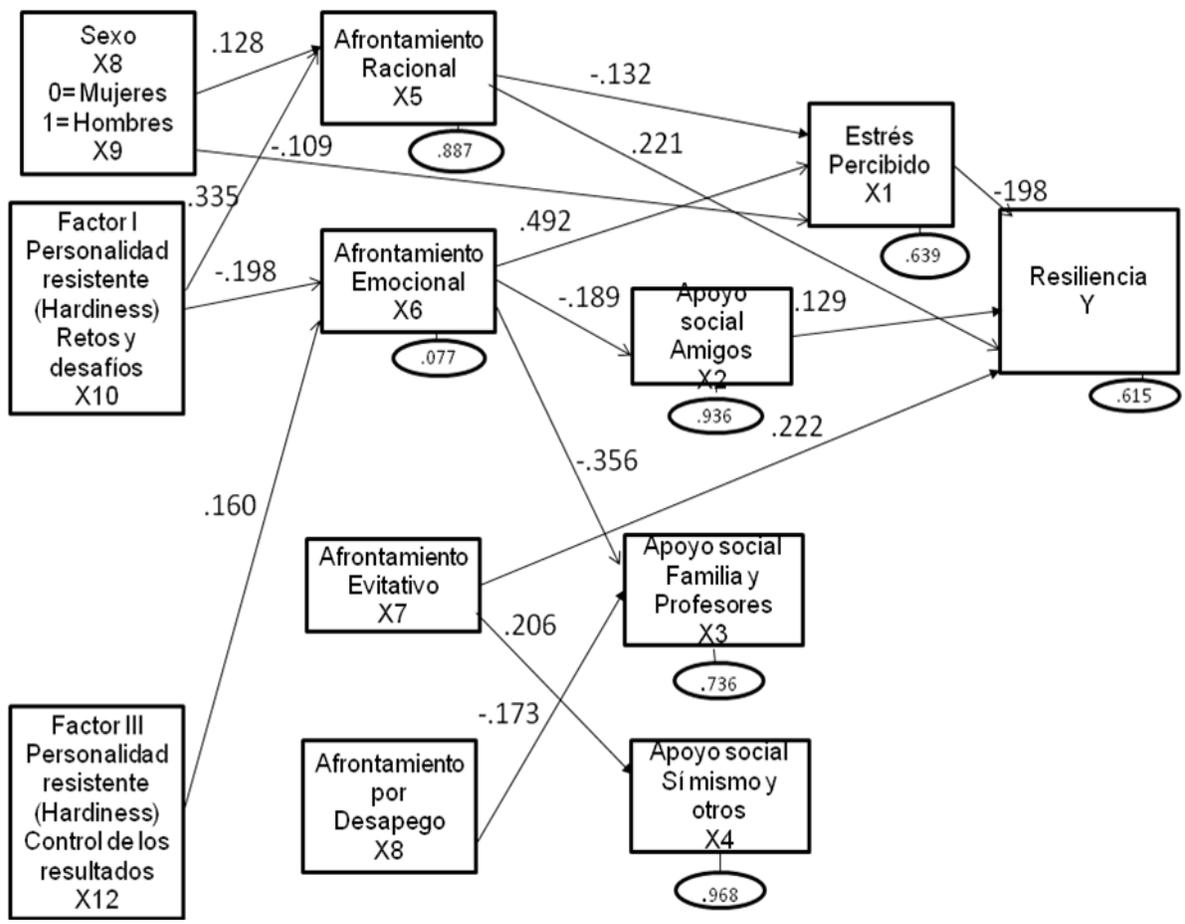


Figura 14. Diagrama de ruta obtenido.

Discusión

La presente investigación tuvo por objetivo determinar la influencia del sexo, la personalidad resistente, las estrategias de afrontamiento, el apoyo social percibido y el estrés percibido sobre la resiliencia en estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello, pertenecientes a los primeros dos años (o 4 semestres) de las carreras impartidas en la institución; así como definir cómo es la relación entre dichas variables. Para llevar a cabo el estudio se propuso un modelo de ruta que contiene todas las relaciones hipotetizadas, donde se pueden observar todos los efectos directos e indirectos de las variables.

El estudio fue llevado a cabo con la finalidad de seguir contribuyendo al conocimiento sobre el tema de la resiliencia y construir un posible modelo explicativo, el cual se espera sirva para la comprensión respecto a cómo los estudiantes universitarios podrían lograr desarrollar capacidades resilientes y así adaptarse y sobreponerse a las adversidades en general, no sólo en el ámbito académico.

En lo referido a la variable resiliencia, de los resultados obtenidos a partir de los análisis descriptivos, se obtuvo que el promedio de los valores obtenidos por la muestra se encuentran entre los puntajes moderadamente altos, lo que indica que los estudiantes pertenecientes a la muestra de estudio manejan un nivel adecuado de resiliencia, por lo cual cuentan con una capacidad moderada-alta para adaptarse de forma positiva y sobreponerse ante situaciones adversas.

Esto concuerda con la investigación de Limonero, Tomás-Sábado, Fernández-Castro, Gómez-Romero y Ardilla-Herrero (2012), quienes encontraron que en su muestra de estudiantes universitarios españoles los niveles de resiliencia se consideraban moderados. No obstante, es posible que este resultado se vea influenciado por la presencia del campus como factor protector, así como también por otras variables como el apoyo social de amigos, familiares y los niveles moderados de estrés que presentan los estudiantes, ya que como mencionan algunos autores, la resiliencia se ve como el resultado de variables positivas individuales, contextuales y sociales que contribuyen a interrumpir y/o evitar el desarrollo de resultados negativos en la vida de la persona (Zimmerman, 2013).

Por otra parte, la coincidencia de los resultados hallados por Limonero, Tomás-Sábado, Fernández-Castro, Gómez-Romero y Ardilla-Herrero (2012) con los obtenidos en el presente estudio es de especial relevancia dado que la muestra de tales autores estuvo conformada por estudiantes de la carrera de Psicología, mientras que en la presente investigación la muestra estuvo compuesta por un porcentaje importante de estudiantes de la carrera de Psicología (40%).

Teniendo esto en cuenta, es posible que estos resultados respecto a la resiliencia observada en los alumnos de la UCAB indiquen, por un lado, que los estudiantes ucabistas cuentan con una capacidad moderada para adaptarse ante adversidades y salir beneficiados de éstas, debido a la influencia de elementos internos o externos (por ejemplo el ambiente universitario, constituyendo éste un factor protector); o por otro lado, que estos resultados sean generalizables particularmente a estudiantes de Psicología (debido a su predominancia dentro de la muestra), quienes pueden presentar un nivel moderado-alto de resiliencia en relación con la carrera que estudian, la cual podría exigir niveles óptimos de esta capacidad. Sin embargo, dado que la carrera no fue considerada como una variable a controlar o a incluir en el modelo, en estudios futuros podría resultar beneficioso tomarla en cuenta para indagar sobre diferencias en la resiliencia de acuerdo a la carrera estudiada por los individuos.

Asimismo, las dos posibilidades expuestas sobre la potencial explicación del nivel de resiliencia observado en el estudio actual no pueden descartarse y son de especial interés para contribuir al conocimiento sobre dicha variable (dada la cantidad limitada de estudios sobre resiliencia en universitarios); pues también debe considerarse que en los últimos años se ha observado un aumento del número de estudiantes inscritos en la carrera de Psicología en la UCAB, por lo que la prevalencia de estudiantes de esta carrera dentro de la muestra podría ser un reflejo del estatus actual de la población universitaria en la UCAB, en cuanto a la proporción de alumnos por carrera.

Con respecto al estrés percibido se encontró que la muestra estudiada puntuó de forma moderada en los valores de esta variable, con algunos individuos puntuando en grados bajos y altos como se pudo observar en el análisis descriptivo de los datos. A pesar de esta heterogeneidad en los niveles de esta variable, se puede afirmar que la mayoría de los estudiantes de los primeros años de carrera de la UCAB posee un nivel de estrés moderado, lo que quiere decir que suelen percibir un nivel medio de estrés. Estos resultados coinciden con lo hallado por Wilks (2008), Feldman et al (2008) y Lovera y Montesinos (2010), siendo que dichos autores encontraron niveles moderados de estrés a nivel académico en población universitaria.

En el caso de Lovera y Montesinos (2010) su muestra también estuvo compuesta por estudiantes de la UCAB, si bien únicamente de los primeros 2 semestres de la carrera, por lo que la concordancia con los resultados de estos investigadores es especialmente relevante, ya que esto indica que los estudiantes ucabistas presentan un grado de estrés medio tanto en el primer como en el segundo año de su carrera. Por otra parte, Wilks (2008) halló que los estudiantes universitarios parecen tener un grado más alto de percepción de estrés que de exposición a situaciones estresantes; de modo que los estudiantes universitarios de la UCAB, en sus primeros dos años de carrera, podrían presentar una percepción de estrés media sin que esto necesariamente implique que se hallan

sometidos a una cantidad o grado medio de elementos estresantes; es decir que podrían estar sintiendo un nivel moderado de estrés ante elementos que bien podrían presentarse con alta, media o baja frecuencia.

Asimismo, normalmente los estudiantes suelen verse afectados por las demandas y responsabilidades académicas, siendo esto un factor de riesgo para el afrontamiento de la vida académica, sin embargo, lo que puede ocurrir en esta población que explica los resultados encontrados, es el hecho de que los estudiantes suelen generar grupos de amigos y verse apoyados por sus familiares, así como también por sus grupos de profesores y generar estrategias de afrontamiento adecuadas, siendo estos elementos que pueden funcionar como factores protectores contra el estrés.

Además se debe considerar que, dado que la muestra estuvo conformada en su mayoría por mujeres (representando un 67.2% de la muestra), es posible que esto haya desplazado los valores de estrés hacia los superiores, reflejando un mayor nivel de estrés percibido por la población universitaria de los primeros dos años de carrera; ya que según las investigaciones las mujeres suelen sentir mayor estrés que los hombres (Feldman et al, 2008; Lovera y Montesinos 2010). Esto último fue confirmado en la presente investigación, encontrándose una percepción de mayor estrés en las mujeres que en los hombres.

En cuanto al apoyo social percibido, se halló que en general los estudiantes perciben un nivel de apoyo social alto de parte de amigos y compañeros, un grado moderado-alto de apoyo de sus familias y profesores, así como niveles moderados de apoyo social de sí mismos, su religión y otros significativos; siendo que algunos alumnos perciben poco apoyo de parte de sus amigos y compañeros, y de parte de sus familias y profesores, aunque éstos parecen ser casos más puntuales dada su baja frecuencia dentro de la muestra y la heterogeneidad en los puntajes obtenidos para ambas formas de apoyo social.

De tal forma, de acuerdo a los resultados obtenidos los estudiantes parecen percibir mayor apoyo por parte de sus amigos y compañeros, en comparación al apoyo percibido por parte de sus familias y profesores, o de sí mismos, su religión y otros individuos significativos; por lo que los estudiantes universitarios de los primeros dos años de carrera de la UCAB parecen contar con relaciones interpersonales significativas y sentirse más apoyados por sus grupos de amigos y compañeros. Estos resultados contrastan con lo obtenido en otras investigaciones como en el caso de Feldman et al. (2008) y Méndez (2008), donde se vio que la familia es la fuente de apoyo percibida como más relevante por los estudiantes universitarios en general.

Sin embargo, puede decirse que los resultados hallados en el presente estudio son esperados, debido al período evolutivo en el que se encuentran los estudiantes universitarios, ya que se hallan entre la adolescencia y la adultez temprana, donde los pares cobran gran importancia pues se inicia la búsqueda de

pareja, definición de la orientación sexual y establecimiento de relaciones interpersonales (Papalia, Wendkos-Old y Duskin-Feldman, 2010). Esto podría llevar a los estudiantes a la búsqueda de ayuda y apoyo en sus pares más que en otros individuos u otros medios. Asimismo, cabe considerar que durante la educación universitaria los individuos pasan gran parte de su tiempo dentro del campus o involucrados en actividades universitarias, y al compartir a diario situaciones estresantes con sus amigos o compañeros de clases, se puede generar el ambiente propicio para crear estos grupos de apoyo, los cuales podrían constituir la principal red de soporte en la vida de los estudiantes, lo que origina que prefieran el apoyo de amigos más que otro tipo de apoyo.

Por otro lado, en lo referido a la variable afrontamiento, de acuerdo a los resultados obtenidos, los estudiantes universitarios de los primeros cuatro semestres de carrera parecen preferir usar un estilo de afrontamiento racional, en vez de emocional o por desapego, lo que indica que los alumnos suelen enfrentar sus problemas haciendo una valoración de la situación, la gravedad y priorizar las acciones, en contraposición a involucrarse emocionalmente o evitar las situaciones. Esto concuerda con los resultados obtenidos en las investigaciones de Mendez (2008) y Lovera y Motesinos (2010), quienes encontraron en su estudio, que fue llevado a cabo en estudiantes de la UCAB, que los alumnos prefieren utilizar un estilo de afrontamiento racional ya que les resulta más adaptativo y funcional para lidiar con los problemas experimentados por éstos. Una posible explicación de este resultado, puede deberse a que los retos exigidos en la etapa universitaria, implican el desarrollo de un mayor uso de estrategias racionales de resolución de problemas que permitan dar con el problema, en comparación al involucramiento emocional o la evitación del mismo, razón por la cual los estudiantes pudieron haber comenzado a entrenarse en la evaluación y valoración de la gravedad y las posibles opciones de soluciones para afrontar los problemas y retos que implican la universidad.

Por último, en cuanto a la personalidad resistente se evidenció que los estudiantes universitarios presentan niveles variables de los tres componentes considerados de la personalidad resistente (retos y desafíos, compromiso personal-social y control) pues se pudieron observar valores bajos, medios y altos en estas dimensiones. Adicionalmente, dada la variabilidad en los puntajes de la muestra (debido a la obtención de valores bajos y altos en las dimensiones, y a la presencia de más de una moda en las dimensiones retos y desafíos y en compromiso personal-social), no se puede describir con certeza un patrón específico en cuanto al grado en que los estudiantes universitarios de los primeros dos años de carrera presentan las distintas dimensiones de la personalidad resistente, si bien las medias de las tres dimensiones se ubican en valores moderados-altos.

En tal sentido, podría decirse que la población de estudiantes de los primeros dos años de carrera de la UCAB presentan grados distintos de

personalidad resistente y niveles variables en cuanto al nivel en que manifiestan capacidad para experimentar los cambios como oportunidades para su crecimiento personal (retos y desafíos), habilidad para implicarse profundamente en sus actividades cotidianas (compromiso personal-social) y creencias respecto a que sus acciones definen las circunstancias de sus vidas (control de resultados).

Los niveles altos de personalidad resistente en estudiantes de la UCAB (con base en las medias halladas para las dimensiones) coinciden con la investigación de Méndez (2008), quien explica que esto pudo deberse al tiempo de elaboración de la investigación, siendo ésta al final del año académico, por lo cual la autora considera posible que los estudiantes encuestados fuesen aquellos que no habían desertado y continuaban asistiendo a clases, lo cual reflejaba características intrínsecas de personalidad resistente. Sin embargo, esta explicación no necesariamente es aplicable al estudio actual, a pesar de que el estudio se llevó a cabo en un tiempo equivalente al reportado por Méndez (2008), siendo este el último trimestre del año académico.

De tal modo, la presencia de varias modas en 2 de las 3 dimensiones y la aparición de puntajes en los extremos de las escalas, que expresan la diversidad de grados en cuanto a personalidad resistente en los estudiantes pueden indicar que las medias obtenidas en este caso no son representativas del comportamiento de la variable en la muestra actual. Por ello, se podrían explicar los resultados obtenidos en base al supuesto de que, por tratarse de un aspecto de personalidad, es esperada la variabilidad en la población universitaria ya que cada individuo presentará distintos grados de este elemento de personalidad.

En cuanto al modelo propuesto en el estudio, se confirmaron algunas de las relaciones propuestas para la predicción de la resiliencia con dimensiones de determinadas variables, mas no con variables con todos sus factores. En tal sentido, se evidenció que el estrés percibido, el apoyo social percibido de parte de amigos y compañeros, las estrategias de afrontamiento racional y la dimensión retos y desafíos de la personalidad resistente, permiten predecir la resiliencia.

De tal forma, se halló tanto una correlación negativa como una relación de predicción del estrés percibido con la resiliencia, de forma que se comprobó que un menor nivel de estrés percibido por los estudiantes conllevaría un nivel mayor de resiliencia. Este resultado concuerda con los hallado por Wilks (2008), Arrogante (2014) y Benitez, D' Angelo y Geohanna (2013), quienes hallaron relaciones significativas e inversas entre el estrés y la resiliencia mostrada por el individuo; en este sentido podría decirse que en este caso los estudiantes universitarios al tener una percepción de menor estrés ante las adversidades que se les presentan, son capaces de afrontan dichas situaciones y salir beneficiados de éstas.

Tomando en cuenta lo planteado por Lazarus y Folkman (1986) respecto a la consideración del estrés como un aspecto que permite al individuo generar

respuestas conductuales y cognitivas (dependiendo de las transacciones entre la persona, el ambiente y la percepción que tenga de los estímulos estresantes), podría proponerse como posible explicación de estos resultados que los estudiantes de los primeros dos años de carrera perciben los retos en su ambiente como estresores moderados, lo cual les permite producir respuestas de adaptación adecuadas para afrontarlos y salir aventajados de la situación. Asimismo, puede integrarse el planteamiento de Angelucci (2009), quien explica que el estrés no es un elemento bueno o malo en sí, sino que representa retos que permiten a la persona mantenerse alerta y manejar desafíos; de modo que los estudiantes universitarios podrían estar manifestando un nivel medio de estrés percibido que les resulta óptimo para su funcionamiento, pues favorece su capacidad para mostrarse y/o generar respuestas resilientes.

Asimismo, se evidenciaron correlaciones positivas entre todas las dimensiones de apoyo social percibido y la resiliencia, siendo que únicamente el apoyo social percibido de amigos y compañeros permitió predecir esta variable, de forma que ante mayores niveles de apoyo percibido por la persona de parte de sus amigos y compañeros, mayor resiliencia mostrará. En referencia a esto, tales resultados eran esperados pues se ha investigado el beneficio derivado de la búsqueda del apoyo de otras personas, mostrándose que tiene un efecto positivo en el mejoramiento y mantenimiento del bienestar psicológico, así como permite el desarrollo de habilidades sociales, conductuales y emocionales que favorecen la adaptación de los individuos (Fontana, Alvarado, Angulo, Marín y Quirós, citado en Gomez, 2012).

De este modo, se asume que los resultados correspondientes a la relación de resiliencia con los diferentes niveles de apoyo social, puedan deberse a que los estudiantes forman diferentes redes de apoyo social que les permiten sobreponerse a situaciones estresantes (Feldman et al, 2008; Méndez, 2008). Asimismo, otro supuesto que se tomó como base para explicar la relación del apoyo con resiliencia es el de APA (2011), donde se alega que establecer relaciones interpersonales de cariño y apoyo permite promover la resiliencia, ya que es importante desarrollar relaciones que ofrezcan modelos a seguir, seguridad, confianza, con diversas personas relevantes para la vida del sujeto, así como aceptar su ayuda y apoyo; tales acciones fortalecen la resiliencia.

En cuanto a la prevalencia del apoyo social percibido de amigos y compañeros como predictor de la resiliencia, este resultado cobra sentido al considerar que los estudiantes universitarios de los primeros dos años de carrera percibieron un nivel mayor de apoyo de parte de sus pares que de otras fuentes de apoyo. Igualmente, estos resultados pueden explicarse teniendo en cuenta la postura de Bagés (1991) quien define el apoyo social como los contactos disponibles y recursos proveídos durante y después de un evento estresante. Dentro del contexto universitario, en particular durante la adolescencia y adultez temprana (fases del desarrollo donde se halla la población universitaria), los pares

pueden constituir un elemento crucial para afrontar dificultades, en especial siendo que los estudiantes universitarios (como se mencionó previamente) suelen pasar un porcentaje relevante de su tiempo dentro del campus, con sus compañeros y amigos; por lo que al momento y posteriormente a la vivencia de un hecho estresante, los estudiantes universitarios suelen encontrarse en compañía de sus pares y podrían buscar apoyo en éstos.

También es posible que el apoyo de la familia y profesores, y de sí mismos, su religión y otros significativos, no hayan tenido valor predictivo significativo con respecto a la resiliencia (como fue hipotetizado) debido a que la población de estudiantes de los primeros años de carrera, debido a su etapa evolutiva, prefieran compartir mayormente con sus pares y, eventualmente buscar su apoyo, que el de personas de su familia, profesores u otras fuentes de apoyo.

Por otra parte, se halló que sólo las estrategias de afrontamiento racional permitían predecir la resiliencia, además, se halló una relación negativa entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento emocional, de tal manera que a mayor afrontamiento emocional y menor afrontamiento racional, menor resiliencia. Lo encontrado concuerda con los estudios de Méndez (2008), Lovera y Montesinos (2010) y Omar, et al (2011), quienes hallaron, para el caso de estudiantes universitarios, que existe una correlación significativa entre el uso de estrategias racionales y altas puntuaciones en resiliencia. Esto indica que los estudiantes universitarios que utilizan una estrategia orientada a la valoración de un problema, su relevancia, jerarquizando sus acciones y aceptando su responsabilidad en la situación, les permite tener mayor capacidad para adaptarse adecuadamente a circunstancias problemáticas y salir beneficiados de ellas.

En cuanto a los estilos de afrontamiento emocional, la correlación negativa hallada con la resiliencia era esperada, pues según el estudio de Méndez (2008) las estrategias emocionales se relacionan de forma negativa con aspectos del bienestar psicológico, apareciendo como particularmente perjudiciales de acuerdo a su investigación. De tal forma, el uso de estrategias orientadas a atender la respuesta emocional ante un problema en lugar del problema mismo, pueden generar una disminución en la capacidad del estudiante universitario para afrontar y superar una situación adversa.

Cabe mencionar que no se encontraron correlaciones significativas entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento por evitación ni por desapego emocional, siendo que en el estudio de Méndez (2008) el desapego emocional tampoco presentó relaciones relevantes con el bienestar psicológico del estudiante; no obstante, dicha autora halló una correlación positiva y que permitía predecir una dimensión del bienestar psicológico, siendo que en el presente estudio el afrontamiento por evitación no tuvo valor predictivo ni correlaciones significativas con la resiliencia. Los resultados actuales podrían explicarse debido a que, aparentemente para los estudiantes universitarios de los dos primeros años de carrera, el manejo de problemas sin involucrarse emocionalmente o el manejo

mediante la evitación del problema, en sí no contribuyen de forma importante a su adaptación y beneficio personal.

Por otro lado, en cuanto a las diferentes dimensiones que conforman la personalidad resistente (Retos y Desafíos, Compromiso personal-social y Control de resultados), se halló que las 3 dimensiones presentaba correlaciones positivas con la resiliencia, siendo que este resultado coincide con el estudio de González-Arratia, Reyes, Valdez y González (2011). No obstante, sólo el factor retos y desafíos permite predecir la resiliencia, se podría suponer que relaciona de esa manera con la resiliencia dado que las personas con capacidades para ver los retos y cambios como oportunidades de crecimiento se caracterizan por tener capacidades para adaptarse a situaciones problemáticas, afrontarlas y salir beneficiadas de ello. Cabe mencionar, en lo que se refiere a las relaciones de los diferentes factores que componen la personalidad resistente con la resiliencia, que no se encontraron investigaciones que permitieran establecer hipótesis más específicas respecto a cada dimensión y la resiliencia, por lo que se pudiesen considerar los hallazgos del presente estudio como un aporte al conocimiento en torno al tema.

Por último, tal como se esperaba no se halló una relación de predicción ni correlación significativa entre la resiliencia y el sexo, lo cual puede deberse a la independencia entre la resiliencia y variables sociodemográficas, entre las que se incluye el sexo (Quiceno y Vinaccia, 2012; Choowattanapakorn, Aléx, Lundman, Norberg y Nygren 2010; Saavedra y Villalta, González y Valdez, citado en Lopez, Serey y Martínez, 2013).

Adicionalmente, en cuanto a las relaciones entre las variables del modelo, se encontró que el estrés percibido se puede predecir a partir de las estrategias de afrontamiento emocional, el afrontamiento racional y el sexo, siendo que al ser mujer, hacer un mayor uso de estrategias de afrontamiento emocional y un menor uso de estrategias de afrontamiento racional, habrá mayor estrés percibido por el estudiante. También se halló una correlación positiva (como se esperaba) entre el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento evitativo.

En relación a esto, los resultados van en concordancia con las investigaciones propuestas en la teoría, donde se encontró en muestras de estudiantes universitarios, una relación directa y significativa entre factores de afrontamiento y el estrés percibido, siendo el racional el que disminuye el estrés, mientras que, el emocional y el evitativo tienden a aumentarlo, ya que este último constituye un tipo de afrontamiento desadaptativo, por lo cual los puntajes demuestran que personas que tienden a aplicar este tipo de aproximación suelen experimentar altos niveles de estrés (Mendez, 2008; Bethelmy y Guarino, 2008; Guarino y Lousinha, 2013; Lovera y Montesinos, 2010).

Este resultado puede deberse a que los estudiantes universitarios que usan un estilo de afrontamiento emocional, suelen centrarse en cómo regular sus

emociones o tomar decisiones en función de sus afectos, que suelen perder de vista el análisis completo de la situación y tienden a fallar afrontando las situaciones, lo que origina así su nivel de estrés. Asimismo, puede que los estudiantes universitarios de los primeros años de carrera perciban mayor estrés debido al enfoque en las emociones que la situación problemática les genera, sin llegar a una solución que permita lidiar con la situación o estresor. En contraposición, aquellas personas que suelen usar un afrontamiento racional, pueden ser más metódicas y evalúan la gravedad de la situación, para lograr tomar la decisión más acertada en función de la dificultad presentada. Asimismo, las personas que tienden a evitar las situaciones adversas, al dejar de lado los problemas y por tanto no generar ningún tipo de solución, ocasiona que aumente su nivel de estrés percibido.

Asimismo, se encontraron correlaciones negativas entre el estrés percibido y el apoyo social de parte de amigos y compañeros y de parte de familia y profesores. Estos resultados concuerdan con la investigación de Wilks (2008), donde se afirma que el apoyo social funciona como un factor protector frente al estrés académico y, dado que se estudió el estrés en general y no sólo el académico dentro de la presente investigación, cabe la posibilidad de que el apoyo social funcione como un factor protector contra otros elementos estresores que no sólo impliquen aspectos de los estudios universitarios.

Por otra parte, se confirmó que existen relaciones negativas entre todas las dimensiones de la personalidad resistente y el estrés percibido, si bien estos factores no llegan a explicar la variable de estrés. Esto puede indicar que la presencia de altos niveles de los rasgos de personalidad resistente permiten a la persona afrontar el estrés percibido o bien tener una percepción de menor estrés ante circunstancias adversas. También se confirmó lo hipotetizado en torno a la variable sexo, de forma que las mujeres presentaron niveles mayores de estrés percibido.

En cuanto al apoyo social, se obtuvieron resultados que contradicen las hipótesis planteadas, siendo que el afrontamiento emocional predice el apoyo de parte de amigos y compañeros y de parte de la familia y profesores; de modo que un mayor uso de estrategias enfocadas en el manejo de las emociones ante un problema conllevarían a una percepción de menor apoyo de parte de los amigos y compañeros, así como de la familia y profesores. En este caso, tales resultados podrían indicar que al utilizar estrategias enfocadas en el manejo de las emociones derivadas de una situación estresante pueden producir un estado de malestar al estudiante universitario, de modo que llegue a percibir que cuenta con menos apoyo de parte de sus amigos y compañeros ni de parte de su familia y profesores.

Asimismo, se hallaron correlaciones significativas y directas entre el apoyo de amigos y compañeros y el apoyo de la familia y profesores, con las dimensiones de personalidad resistente, por lo cual mayores niveles en los

factores de la personalidad resistente se asociaban a mayor apoyo social percibido de parte de amigos y compañeros de clases, así como de la familia y profesores. Esta correlación era esperada en base a la bibliografía revisada, en tal sentido estos resultados coinciden con lo hallado por Godoy-Izquierdo y Godoy (2002) y Alonso, Cabral, Galván y Valdés (2009). De tal modo, para este estudio podría plantearse que los estudiantes universitarios de los primeros dos años de carrera, al presentar mayores indicadores de personalidad resistente, pueden tender a la búsqueda de redes de apoyo social lo cual cobra sentido en el ambiente universitario, que resulta novedoso para esta población y como un posible estresor, ante el cual (debido a sus características de personalidad) buscarán medios para afrontar las circunstancias que puedan ser adversas.

También se evidenció una relación negativa entre el apoyo de amigos y compañeros y el apoyo de familia y profesores, con el sexo, lo cual implica que las estudiantes tienden a percibir un mayor nivel de apoyo de estos grupos sociales. Tales resultados concuerdan con lo hallado por Feldman et al (2008) y Dwyer y Cummings (2001); que podrían deberse a una mayor tendencia por parte de las mujeres a buscar apoyo social o a atribuirle mayor importancia a las redes de apoyo social que los hombres, como un potencial medio de afrontamiento ante problemas.

Asimismo, en lo referente a las estrategias de afrontamiento se hallaron resultados distintos a los esperados según la revisión de estudios empíricos; en este sentido, las estrategias de afrontamiento emocional son predichas por las dimensiones de retos y desafíos y control de resultados de la personalidad resistente, de forma que al presentar menor capacidad para evaluar los cambios como oportunidades de crecimiento personal y menor creencia en que las circunstancias de vida dependen de las propias acciones, el estudiante universitario hace un mayor uso de estrategias de afrontamiento emocional. Con base a esto podría deducirse que la presencia de mayores niveles en los factores de personalidad resistente pueden evitar el uso frecuente de estrategias enfocadas en la emoción más que en la resolución del problema; es posible que estos rasgos provean al individuo o le impulsen a utilizar estrategias que le resulten más eficientes para enfrentar dificultades. Asimismo, el afrontamiento emocional presentó correlaciones negativas con todas las dimensiones de la personalidad resistente, lo que podría apoyar la explicación expuesta sobre la relación entre estas variables.

Por otra parte, las estrategias de afrontamiento racional sólo pudieron predecirse en base a la dimensión retos y desafíos. Este resultado concuerda con las investigaciones anteriormente citadas (Mendez (2008); Lovera y Motesinos, 2010; Omar, et al., 2011), quienes alegan que los individuos resilientes suelen usar preferiblemente este tipo de estrategias, ya que principalmente el estilo de afrontamiento racional suele tener correlaciones significativas con dimensiones y constructos que estén vinculados a la resiliencia. Esto podría indicar que la

tendencia a considerar los retos como una oportunidad para el crecimiento, favorecen en el estudiante universitario un mayor uso de estrategias de afrontamiento donde se evalúa de forma objetiva el problema, su importancia, gravedad y posibles soluciones.

Además, en cuanto a las estrategias de afrontamiento por evitación y por desapego emocional, los modelos predictivos planteados no resultaron significativos, de forma que las variables consideradas no permitieron predecir dichos estilos de afrontamiento. Por otra parte, se encontró únicamente una correlación negativa entre la dimensión compromiso personal-social de la personalidad resistente y el afrontamiento por desapego, lo cual podría indicar que un mayor involucramiento en las propias actividades cotidianas favorecería un menor uso de estrategias donde se evalúe de forma neutral la problemática, dejando de lado las emociones asociadas a ésta.

Por otro lado, sólo se obtuvo una relación significativa y positiva entre el factor afrontamiento por desapego emocional y el sexo, siendo que los hombres prefieren el uso de este tipo de aproximaciones a los problemas. Esto puede deberse a factores de tipo socio-cultural debido a que usualmente en la cultura venezolana se suele alentar la disminución de expresividad emocional en los hombres, lo cual puede aplicarse a su vez a la aproximación a la resolución de problemas.

Finalmente, cabe mencionar que se evidenció multicolinealidad en las dimensiones Retos y Desafíos y en Control de Resultados, dentro de los factores que constituyen la personalidad resistente; esto indica, por una parte, que esta variable podría ser medida de forma unidimensional ya que las correlaciones halladas entre las dimensiones eran superiores a 0.70, por lo cual aparentemente no había diferenciaciones importantes entre éstas. Asimismo, esto puede ser un indicador de la tendencia de la muestra a responder con puntajes altos e iguales o semejantes debido a fatiga, ya que el Cuestionario de Personalidad Resistente constituía el último instrumento a completar en la encuesta final. De tal forma, para próximas investigaciones se considera relevante medir la personalidad resistente como variable unitaria, así como incluir esta variable en estudios con instrumentos de menor cantidad de ítems, o bien colocar la escala de medición de la personalidad resistente entre los primeros instrumentos a aplicar a la muestra de interés.

Conclusiones y Recomendaciones

Teniendo en cuenta la importancia de la resiliencia como posible factor protector para los individuos y la escasa bibliografía disponible sobre trabajos empíricos en torno a esta variable en población universitaria, se consideró pertinente llevar a cabo un estudio que permitiera su medición en estudiantes universitarios en relación con otros constructos relevantes dentro del campo de la Psicología de la salud. En este caso, se realizó una investigación con el fin de definir la influencia que tienen las variables sexo, personalidad resistente, estrategias de afrontamiento, apoyo social percibido y el estrés percibido sobre la resiliencia, así como las relaciones entre estas variables. Una de las limitaciones a comentar para este estudio es que las fuentes bibliográficas disponibles son insuficientes para ofrecer una explicación y comprensión profunda de todos los resultados obtenidos, lo cual habla del vacío teórico presente en el conocimiento sobre las variables estudiadas.

A partir de la recolección, análisis y discusión respecto a los resultados obtenidos en el trabajo se pretende contribuir al campo teórico y empírico del área de conocimiento de la resiliencia, en particular en estudiantes universitarios en Venezuela que recién inician sus estudios superiores; este grupo resulta de gran interés debido a las presiones y cambios que ocurren a nivel evolutivo, educativo, social, económico y psicológico para los individuos en esta etapa. De tal manera, mediante esta contribución se espera favorecer en un futuro al saber sobre resiliencia y aportar información sobre posibles herramientas a aplicar para el beneficio de los jóvenes universitarios.

De tal forma, se encontró que la población universitaria de la UCAB presenta un nivel entre moderado y alto en resiliencia, por lo que cuentan con capacidad para afrontar y adaptarse adecuadamente ante situaciones adversas, saliendo beneficiada de éstas. A este respecto, debe tenerse en cuenta que esta capacidad puede verse influenciada por el efecto de la universidad como un posible factor protector para los estudiantes, lo cual explicaría el grado de resiliencia hallado. Asimismo, dada la prevalencia de un 40% de alumnos cursantes de Psicología en la muestra, se entiende que esto puede constituir una limitación dentro del estudio, aunque por una parte podría explicarse que estos resultados pueden generalizarse principalmente a estudiantes de Psicología o bien que puede ser un reflejo del crecimiento que se ha producido en la demanda de dicha carrera en los últimos semestres, y por tanto da una idea sobre la proporción actual de alumnos inscritos en los primeros semestres de Psicología, en comparación con el resto del alumnado de la UCAB.

Con base en esto, se recomienda para próximos estudios sobre resiliencia la inclusión de la variable carrera para determinar el efecto del tipo de carrera que se cursa y los niveles de resiliencia que pueda presentar el estudiante. Además, puede considerarse un estudio previo de las estadísticas más recientes dentro de

la universidad, con el fin de evaluar cuál es la proporción real de estudiantes por carreras en la institución actualmente y así evaluar métodos para controlar su efecto sobre investigaciones futuras. Asimismo, en próximos estudios podría homogeneizarse el número de estudiantes a ser muestreados por sexo y carrera, realizando un muestreo probabilístico, para controlar los posibles efectos de estas variables.

Además se evidenciaron niveles medios de estrés percibido por parte de los estudiantes que les permiten generar conductas o cogniciones de forma adecuada para manejar dificultades. También se evidenció que los estudiantes de los primeros dos años de carrera perciben múltiples fuentes de apoyo, en niveles moderados, siendo que el apoyo proveniente de parte de amigos y compañeros fue el más relevante, lo cual es adecuado teniendo en cuenta que los estudiantes suelen invertir gran parte de su tiempo en actividades académicas (dentro o fuera del campus) o recreativas con sus compañeros, y que se encuentran en una etapa evolutiva donde los pares cobran importancia; por lo que podrían buscar y valorar de forma principalmente el apoyo de parte de aquellos con los que pasa mayor tiempo y que están presentes en situaciones que podrían resultar estresantes o adversas.

Adicionalmente, se evidenció en el Cuestionario de Apoyo Social Percibido que la dimensión de apoyo de sí mismo, religión y otros significativos presentaba una confiabilidad moderada, a su vez todas las dimensiones de apoyo social presentaban al menos un ítem que podría aumentar la confiabilidad de dicha dimensión al ser eliminado (Ver Anexo L); de tal forma, se considera relevante para próximos estudios la revisión y validación de la escala.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes de la UCAB de los primeros dos años de carrera, se evidenció un uso variable de las distintas estrategias de afrontamiento, siendo que parecía haber un uso bajo del afrontamiento emocional, y moderado del afrontamiento racional, por desapego emocional y por evitación. En este caso es de particular importancia mencionar que tales resultados pueden reafirmar la capacidad para enfrentarse y solucionar dificultades de parte de la población estudiada, ya que el afrontamiento emocional parece ser un estilo de afrontamiento ineficaz para el individuo, pues en la población obtuvo correlaciones negativas con la resiliencia, el apoyo social de amigos y compañeros y de la familia y profesores, las dimensiones de la personalidad resistente y una correlación positiva con el estrés percibido (permitiendo a su vez explicar esta variable, de forma que un mayor uso de estas estrategias derivaban en mayor estrés percibido). Es decir que puede generar malestar en lugar de contribuir con la adaptación a dificultades, de modo que el uso bajo de la población universitaria de este estilo de afrontamiento puede revelar habilidades en la aplicación de herramientas adecuadas para los problemas.

Por otra parte, se evidenciaron grados variables de las dimensiones de personalidad resistente en la población de estudiantes de los primeros dos años

de carrera, ya que hubo individuos con niveles bajos, medios y altos en las dimensiones de personalidad resistente por lo que, por una parte, no se puede definir un patrón único en cuanto a personalidad resistente presente en los estudiantes y, por otra parte, esto puede resultar adecuado pues al tratarse de un aspecto de personalidad se esperarían resultados diversos en este aspecto.

Sin embargo, debe tomarse en cuenta que hubo correlaciones altas (multicolinealidad) entre las dimensiones de personalidad resistente, por lo cual cabría cuestionarse la validez y utilidad de medir la variable de forma multidimensional pues no parecía haber diferencias importantes entre estos factores. En tal sentido, se sugiere continuar en la investigación sobre la personalidad resistente, tanto en una medición unidimensional como multidimensional para validar la pertinencia de un modelo u otro. Además, dado que esta fue la última variable medida en la batería de instrumentos, también se puede recomendar una nueva medida de la variable utilizando un instrumento de menor longitud o bien colocando su instrumento correspondiente entre los primeros de la encuesta para trabajos próximos, ya que la poca diferenciación entre las dimensiones pudo deberse a la tendencia de la muestra a responder de igual forma a todos los ítems por fatiga o falta de interés.

Cabe comentar que uno de los propósitos de la inclusión de la personalidad resistente dentro del modelo predictivo de resiliencia fue evaluar la posible diferenciación de ambos constructos, puesto que en la literatura existen autores que las consideran una misma variable. Si bien este objetivo se ve limitado por las dificultades en la medida de la personalidad resistente, como fue mencionado, se puede comentar que las correlaciones entre la resiliencia y las dimensiones de personalidad resistente fueron moderadas, lo que podría sugerir que de hecho sí se trata de dos variables distintas. Sin embargo, es recomendable establecer nuevos modelos donde ambas variables sean incluidas para continuar ampliando el conocimiento a este respecto.

En referencia al modelo propuesto, se confirmaron algunas de las relaciones de predicción esperadas tanto para la resiliencia como para las variables estrés percibido, apoyo social percibido, estrategias de afrontamiento, personalidad resistente y sexo, si bien el modelo se confirmó de manera parcial.

De tal forma, se halló que la resiliencia es explicada por el estrés percibido, el apoyo social percibido de parte de amigos y compañeros, las estrategias de afrontamiento racional y la dimensión retos y desafíos de la personalidad resistente, por lo cual en la población universitaria de los primeros dos años de la UCAB un individuo presentará mayor resiliencia en la medida en que perciba niveles más bajos de estrés, mayor apoyo social de sus amigos y compañeros de clases, utilice mayormente estrategias de afrontamiento de tipo racional donde evalúe los problemas cuidadosamente (sin involucrarse demasiado a nivel emocional, y sin evadir el problema ni las emociones derivadas de éste) y en tanto

presente mayor capacidad de experimentar los cambios en su vida como una oportunidad para su crecimiento personal.

Tomando en cuenta la confirmación parcial del modelo de ruta planteado y el hallazgo de algunos resultados que no fueron encontrados en la bibliografía empírica, sería relevante continuar con estudios que postulen modelos alternativos para recabar mayor conocimiento sobre dichas variables.

Referencias Bibliográficas

- Alimar, B., Silvana, D., & Geohanna, N. (2013) Validación de la escala de estrés percibido (EEP-13) en una muestra de funcionarios públicos venezolanos. *Anales de la Universidad Metropolitana*, 13 (1), 117-133.
- Alonso, A., Cabral, F., Gálvan, L. & Váldez, A. (2009). Vulnerabilidad al estrés en estudiantes del instituto tecnológico superior de CAJEME. *INED*, (11), 60-76.
- Álvarez, L. & Cáceres, L. (2010). Resiliencia, Rendimiento Académico y Variables Sociodemográficas en Estudiantes Universitarios de Bucaramanga (Colombia). *Psicología Iberoamericana*, 18 (2), 37-46.
- American Psychological Association (2011). El Camino a la Resiliencia. Recuperado de: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/resiliencia-camino.aspx>
- American Psychological Association (2014). Health Psychology. Recuperado de: <http://www.apa.org/about/division/div38.aspx>
- Angelucci, L. (2011). Emoción y Salud: Un modelo causal. Universidad Central de Venezuela Facultad de Humanidades y Educación. Trabajo para optar por el grado de Doctora en Psicología. Universidad Católica Andrés Bello, Caracas, Venezuela.
- Angelucci, L. (2009). Investigaciones basadas en el fenómeno de covariación. En G. Peña, Y. Cañoto & Z. Santalla. Una introducción a la psicología. (pp. 511-533). Tercera edición. Caracas: Publicaciones Universidad Católica Andrés Bello.
- Araujo, E. & Moreno de Chene, D. (2006). Influencia de las emociones positivas y negativas, apoyo social, sexo y edad sobre la salud. Trabajo de Grado. Universidad Católica Andrés Bello.
- Arias, A., Bustos, G. & Romero, A. (2009). Consistencia interna y dimensionalidad de la Escala de Estrés Percibido (EEP-10 y EEP-14) en una muestra de universitarias de Bogotá, Colombia. *Aquichán*, 9 (3), 271-280.
- Arrogante, O. (2014) Estudio del bienestar en personal sanitario: Relaciones con resiliencia, apoyo social, estrés laboral y afrontamiento. Tesis doctoral. Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Barcelata, B. & Gómez, E. (2012). Fuentes de estrés y su influencia en la adaptación psicológica en jóvenes con adversidad económica. *EN-CLAVES del pensamiento*, VI (12), 31-48.
- Barraza, A. (2014). Estresores académicos y su relación con seis indicadores cuantitativos de la red de apoyo social. *Boletín de Psicología* (111), 45-55.

- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11 (3), 125-146.
- Benitez, A., D' Angelo, S. & Geohanna, N. (2012). Validación de la escala de estrés percibido (EEP-13) en una muestra de funcionarios públicos venezolanos. *Universidad Metropolitana*, 13 (1), 117-133.
- Betanzos N., Colli, G. & Paz, F. (2014). Personalidad resistente y consumo de alcohol en universitarios de la UAEM. *Salud pública México*, 56 (3), 236-238.
- Bethelmy, L. & Guarino, L. (2008) Estrés laboral, afrontamiento, sensibilidad emocional y síntomas físicos y psicológicos en médicos venezolanos. *Revista colombiana de psicología*, 17, 43-58.
- Castro, A., Inostroza. A. & Saavedra, E. (2012). Niveles de resiliencia en adultos diagnosticados con y sin depresión. *Revista Pequén*, 2(1), 161- 184.
- Castro, R., Campero, L. & Hernández, B. (1997). La investigación sobre apoyo social en salud: situación actual y nuevos desafíos. *Revista de Saúde Pública*, 31 (4).
- Clavel, V. & Nobrega, L. (2010). Influencia del nivel socioeconómico, sexo, resiliencia, victimización y violencia urbana percibida sobre el consumo de drogas en adolescentes de la ciudad de Caracas. (Trabajo de grado de Licenciatura). Universidad Católica Andrés Bello, Caracas, Venezuela.
- Choowattanapakorn, T., Aléx, L., Lundman, B., Norberg, A., & Nygren B. (2010). Resilience among women and men aged 60 years and over in Sweden and in Thailand. *Nursing Health Sciences*, 12, 329-335. Abstract recuperado de <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1442-2018.2010.00534.x/abstract>.
- Cohen, S., & Williamson, G. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. En S. Spacapan & S. Oskamp (Eds.), *The social psychology of health: Claremont Symposium on Applied Social Psychology* (pp. 3-67). Newbury Park, Londres: Sage.
- Connor, K. & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 71-82.
- Crespo, M. & Fernández, V. (2011). Resiliencia, Personalidad Resistente y Crecimiento en Cuidadores de Personas con Demencia en el Entorno Familiar: Una Revisión. *Clínica y Salud*, 22 (1), 21-40.
- De Abona, Pilar y Matud (2002). *Estrés laboral y salud en el profesorado: un análisis diferencial en función del género y del tipo de enseñanza*. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de Salud*. Vol 2 (3), pp. 451-465.

- Escuela de psicología (2002). *Contribuciones a la Deontología de la Investigación en Psicología*. Caracas: Publicaciones UCAB.
- Federación de psicólogos de Venezuela (1981). *Código de Ética Profesional del Psicólogo*. Lara, Venezuela.
- Feldman, Goncalves, Chacón-Puignau, Zaragoza, Bagés & De Pablo (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitas Psychologica*, 7 (3).
- Fínez, M. y Morán, C. (2015). La resiliencia y su relación con salud y ansiedad en estudiantes españoles. *Revista Infad de Psicología*, 1(1).
- Flores, M. (2008). *Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes del tercer año de secundaria de la UGEL 03*. (Trabajo de Grado de Licenciatura no publicado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Fuenmayor, L. (2002). A propósito de las inequidades en el ingreso a la educación superior en Venezuela. *Revista Venezolana de Gerencia*, 7 (17), 36 – 48.
- Godoy-Izquierdo, D. & Godoy, J.F. (2002). La personalidad resistente: Una revisión de la conceptualización e investigación sobre la dureza. *Clínica y Salud*, 13 (2), 135-162.
- Gomez, M. (2012). *Relación entre los factores de resiliencia y el apoyo social percibido en adolescentes*. (Trabajo de Grado de Licenciatura no publicado). Universidad Centroccidental Lisandro Alvarado, Barquisimeto, Venezuela.
- González-Arratia, N., Reyes, M., Valdez, J. & González, S. (2011). Resiliencia, autoestima y personalidad resistente en niños y adolescentes con antecedente de maltrato. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología Social y de la Salud, Enero-Junio*, 51-62.
- González, H., Hernández, G. y Torres, T. (2015). Relaciones entre estrés, apoyo social, optimismo-pesimismo y autoestima en estudiantes universitarios. *Ilustre Colegio de Psicología de Andalucía Oriental*.
- Gonzales, N. & Valdez, J. (2013). Resiliencia: Diferencias por Edad en Hombres y Mujeres Mexicanos. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Gonzales, N. & Valdez, J. (2011). Resiliencia y personalidad en adultos. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 14 (4).
- Groeser, S. (1990). *The Relationship of Hardiness and Perceived Social Support to Nurses Appraisals of Stress*. Grand Valley State University.

- Guarino y Lousinha (2013). *Diferencias individuales como moderadoras de la relación estrés-salud en docentes universitarios*. Universidad Simón Bolívar, Caracas, Venezuela.
- Guarino, L., Sojo, V. & Bethelmy, L. (2007). Adaptación y validación preliminar de la versión hispana del Cuestionario de estilos de afrontamiento (Coping Style Questionnaire, CSQ). *Psicología Conductual*, 15 (2), 173-189.
- Gutierrez, J. (2010). La respuesta positiva ante la diversidad: Resiliencia. Recuperado de: dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3104375.pdf
- Hair, J., Anderson R., Tatham, R. & Black, W. (1999). *Análisis multivariante* (5ta ed.) Pearson-Prentice Hall: Madrid, España.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (1997). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Herrera, V. (2006). *Sensibilidad emocional y afrontamiento como moderadoras de la relación estrés-salud en cadetes*. (Trabajo de Grado de Maestría no publicado). Universidad Simón Bolívar, Caracas, Venezuela.
- Herrera, V. & Guarino, L. (2008). Sensibilidad emocional, estrés y salud percibida en cadetes navales venezolanos. *Universitas Psychologica*, 7 (1), 183-196.
- Kerlinger, F., & Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento* (4ta ed.). México: McGraw-Hill.
- Lam, N., Contreras, H., Cuesta, F., Mori, E., Cordori, J. & Carrillo, N. (2008). Resiliencia y apoyo social frente a trastornos depresivos en gestantes sometidas a violencia de género. *Revista Peruana de Epidemiología*, 12 (3).
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Madrid, España: Martínez Roca.
- Ley del Ejercicio de la Psicología (1978). Gaceta oficial nº 2306 [Extraordinaria], Septiembre 11.
- Limonero, J., Tomás-Sábado, J., Fernández-Castro, J., Gómez-Romero, M.J., & Ardilla-Herrero, A. (2012) Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: predictores de satisfacción con la vida. *Psicología Conductual*, 20 (1), 183-196.
- Lovera, A. & Montesinos, V. (2010) Influencia de las estrategias de afrontamiento, el nivel socioeconómico, la condición laboral y el sexo sobre el estrés académico en estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello. Trabajo de Grado. Universidad Católica Andrés Bello.

- 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.
- Manga, D., Abella, V., Barrio, S. & Álvarez, A. (2007) Tipos de Adolescentes según la Soledad y el Acoso Escolar Percibido: diferencias en personalidad y apoyo social. *TÍPICA, Boletín Electrónico de Salud Escolar*, 3 (1).
- Martínez, A., Ortega, M. y Ortíz, G. (2014). Burnout en estudiantes de pregrado de medicina y su relación con variables de personalidad. *Ter.Psicol.*, 32(3).
- Méndez, E. (2008) Efecto de la edad, sexo, estilo de personalidad resistente, estilos de afrontamiento y apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico general en estudiantes universitarios. Trabajo de grado. Universidad Católica Andrés Bello.
- Menezes, V., Fernández, B., Hernández, L., Ramos, F. & Contador, I. (2006). Resiliencia y el modelo Burnout-Engagement en cuidadores formales de ancianos. *Psicothema*, 18 (4), 791-796.
- Meyer, A., Pérez, C. y Ramirez, L. (2012). Percepción de estrés en estudiantes chilenos de Medicina y Enfermería. Departamento de Ciencias Preclínicas y Clínicas, Facultad de Medicina, Universidad Católica de la Santísima.
- Minardi, C. & Paoli, M. (2002). Influencia del sexo, edad, nivel socioeconómico y apoyo social sobre los niveles de estrés postraumático en personas afectadas por las inundaciones del Estado Vargas en Diciembre de 1999. Trabajo de Grado. Universidad Católica Andrés Bello.
- Moreno, B., Garrosa, E. & Gonzales, J. (2000). Personalidad resistente, Burnout y Salud. *Escritos de Psicología*. 64-67.
- Naranjo, R. (2010) Neurología de la resiliencia y desastres. *Revista Cubana de Salud Pública*, 36 (3), 270-274.
- Omar, A., Paris, L., Uribe, H., Ameida da Silva, S., & Aguiar de Souza, M. (2011). Un modelo explicativo de resiliencia en jóvenes y adolescentes. *Psicologia em Estudo, Maringá*, 16 (2), 269-277.
- Pastor, E. (2014). *Formas de afrontar las adversidades: estrategias de afrontamiento*. Recuperado de: <http://www.actualpsico.com/formas-de-afrontar-las-adversidades-estrategias-de-afrontamiento/>
- Peña, G. (2009). Estadística inferencial. Una introducción para las ciencias del comportamiento. (1ra ed.). Publicaciones UCAB: Caracas, Venezuela.
- Peralta, S., Ramírez A. & Castaño, H. (2006) Factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre (Colombia). *Psicología desde el Caribe*, no. 17, pp. 196-219.

- Quiceno, J. & Vinaccia, S. (2012). Resiliencia y características sociodemográficas en enfermos crónicos. *Psicología desde el Caribe*, 29(1).
- Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la lengua española* (23ra ed.). Madrid, España: Autor.
- Ríos-Cabrera, P. (2006). *Psicología: La Aventura de Conocernos* (2da ed.) Caracas, Venezuela: Editorial Texto.
- Rodríguez, S. (2010). Relación entre nivel socioeconómico, apoyo social percibido, género y depresión en niños. *Interdisciplinaria* vol.27. (2).
- Sierra, R. (1995). *Tesis doctorales y trabajos de investigación científica*. Madrid: Editorial Paraninfo.
- Sousa, M. (2014) *Personalidad, estrés percibido y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios*. Tesis doctoral. Universidad de León.
- Wilks, S. (2008) Resilience amid Academic Stress: The Moderating Impact of Social Support among Social Work Students. *Advances in Social Work*, 9 (2), 106-125.
- Zimmerman, M (2013). Resiliency Theory: A Strengths-Based Approach to Research and Practice for Adolescent Health. *Health Education & Behavior*, 40 (4): 381–383.

ANEXOS

ANEXO A
Tablas de frecuencias por semestre y carrera de la muestra final

Tabla de frecuencias por semestre

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Semestres	1	54	17,7	17,7
	2	128	42,0	42,0
	3	21	6,9	6,9
	4	102	33,4	33,4
	Total	305	100,0	100,0

Tablas de frecuencias por carrera

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Carreras	Administración y Contaduría	24	7,9	7,9
	Ingeniería	54	17,7	17,7
	Comunicación Social	37	12,1	12,1
	Derecho	20	6,6	6,6
	Psicología	122	40,0	40,0
	Ciencias Sociales	22	7,2	7,2
	Educación	16	5,2	5,2
	Economía	7	2,3	2,3
	Letras	3	1,0	1,0
	Total	305	100,0	100,0

ANEXO B
Versión original de la Escala de Resiliencia (CD-RISC) de
Connor y Davidson (2003)

A continuación se te presentan una serie de afirmaciones las cuales debes responder en una escala que va desde **0** que equivale a **totalmente falso**, hasta **4** que equivale a **totalmente verdadero**. Responde de la manera más honesta posible en base a tu experiencia en el último mes.

	Totalmente Verdadero		Totalmente Falso		
	0	1	2	3	4
1. Soy capaz de adaptarme a los cambios					
2. Mantengo relaciones interpersonales cercanas y seguras					
3. Algunas veces el destino o Dios me ayudan					
4. Puedo afrontar cualquier circunstancia					
5. Tengo confianza para enfrentar nuevos retos					
6. Veo el lado humorístico de las cosas aunque sea problemáticas					
7. Puedo afrontar las tensiones producidas por el estrés					
8. Tiendo a recuperarme luego de las enfermedades o dificultades					
9. Pienso que las cosas ocurren por una razón					
10. Doy lo mejor de mí en cualquier circunstancia, aunque ésta sea estresante					
11. Uno puede alcanzar las metas que se proponga a pesar de las dificultades					
12. Cuando las cosas parecen difíciles no me rindo					
13. Sé dónde buscar ayuda					
14. Cuando estoy bajo presión, puedo concentrarme y pensar con claridad					
15. Tomo la iniciativa en la resolución de problemas					
16. No me desanimo fácilmente por los fracasos					
17. Ante la adversidad me considero una persona fuerte					

18. Puedo tomar decisiones difíciles o poco convencionales					
19. Puedo manejar sentimientos desagradables					
20. Puedo actuar en base a un presentimiento					
21. Estoy decidido a seguir mis metas					
22. Tengo control de mi vida					
23. Me gusta afrontar los retos					
24. Trabajo para alcanzar mis metas					
25. Me enorgullezco de mis logros					

ANEXO C
Versión final de la Escala de Resiliencia (CD-RISC) de
Connor y Davidson (2003)

A continuación se te presentan una serie de afirmaciones las cuales debes responder en una escala que va desde **0** que equivale a **totalmente falso**, hasta **4** que equivale a **totalmente verdadero**. Responde de la manera más honesta posible en base a tu experiencia en el último mes.

	Totalmente		Totalmente		
	Verdadero		Falso		
	0	1	2	3	4
1. Soy capaz de adaptarme a los cambios					
2. Mantengo relaciones interpersonales cercanas y seguras					
3. Puedo afrontar cualquier circunstancia					
4. Tengo confianza para enfrentar nuevos retos					
5. Veo el lado humorístico de las cosas aunque sea problemáticas					
6. Puedo afrontar las tensiones producidas por el estrés					
7. Tiendo a recuperarme luego de las enfermedades o dificultades					
8. Pienso que las cosas ocurren por una razón					
9. Doy lo mejor de mí en cualquier circunstancia, aunque ésta sea estresante					
10. Uno puede alcanzar las metas que se proponga a pesar de las dificultades					
11. Cuando las cosas parecen difíciles no me rindo					
12. Sé dónde buscar ayuda					
13. Cuando estoy bajo presión, puedo concentrarme y pensar con claridad					
14. Tomo la iniciativa en la resolución de problemas					
15. No me desanimo fácilmente por los fracasos					
16. Ante la adversidad me considero una persona fuerte					
17. Puedo tomar decisiones difíciles o poco convencionales					
18. Puedo manejar sentimientos desagradables					
19. Estoy decidido a seguir mis metas					
20. Tengo control de mi vida					
21. Me gusta afrontar los retos					
22. Trabajo para alcanzar mis metas					
23. Me enorgullezco de mis logros					

ANEXO D
Cuestionario de Apoyo Social Percibido (Dunn et al, 1987)
traducido y adaptado por Bagés (1990)

En el presente cuestionario se te muestra un conjunto de afirmaciones que debes responder en una escala de 0 a 3, en base a los siguientes indicadores:

0=Nunca 1=Muy poco 2=Regular, moderado 3=Mucho

1.	Tengo amigos que me apoyarán sin importar lo que esté haciendo o como me siento	0	1	2	3
2.	Cuando no tengo apoyo de mi familia me siento más preocupado por lo que estoy viviendo	0	1	2	3
3.	Pienso que la gente no necesita a otros y que uno puede solucionar las cosas por sí mismo	0	1	2	3
4.	Puedo contar con los compañeros que viven cerca de mí para que me ayuden cuando me sienta preocupado	0	1	2	3
5.	Recibo apoyo por parte de mis padres	0	1	2	3
6.	Soy miembros de un grupo social	0	1	2	3
7.	Pido apoyo a otros	0	1	2	3
8.	Aunque me sienta muy mal mis amigos me hacen sentir alegre	0	1	2	3
9.	Tengo en quien confiar	0	1	2	3
10.	Mi familia me proporciona satisfacciones y sentimientos de fortaleza	0	1	2	3
11.	Las personas deberían poder contar con orientación religiosa para obtener apoyo	0	1	2	3
12.	Creo en mí mismo y en mi habilidad para manejar situaciones nuevas sin la ayuda de otros	0	1	2	3
13.	Cuando me siento infeliz y bajo estrés hay gente a quien puedo recurrir para obtener ayuda	0	1	2	3
14.	Mi relación con mis compañeros me hace sentir bien	0	1	2	3
15.	Durante mi crecimiento siempre había gente a mi alrededor	0	1	2	3
16.	Comparto actividades religiosas con mis compañeros	0	1	2	3
17.	Para mí es importante contar con el apoyo de la comunidad religiosa a la cual pertenezco	0	1	2	3
18.	Me siento bien cuando le pido ayuda a mi familia	0	1	2	3
19.	Para mí es importante contar con el apoyo emocional de mis amigos	0	1	2	3
20.	Siento que los que están cerca de mí me hace sentir importante	0	1	2	3
21.	Puedo recurrir a mis padres cuando tengo un problema	0	1	2	3
22.	Me siento solo como si no tuviera a nadie cerca	0	1	2	3
23.	Los compañeros que están cerca de mí me hacen sentir que hay alguien que se preocupa por mí	0	1	2	3
24.	Tengo amigos que me apoyarán no importa lo que haga	0	1	2	3
25.	Mis hermanos y hermanas me brindan apoyo	0	1	2	3
26.	Mis profesores me ayudan cuando lo necesito	0	1	2	3
27.	Cuando tengo problemas me los guardo para mí mismo	0	1	2	3
28.	En mi colegio preferí trabajar en equipo	0	1	2	3

ANEXO E
Cuestionario de Estilos de Afrontamiento (CSQ) de
Roger, Jarvis y Najarian (1993) traducido y adaptado por
Guarino, Sojo y Bethelmy (2007)

Aunque la gente pueda reaccionar en diferentes formas ante diversas situaciones, todos tenemos la tendencia a manejar de una manera característica las situaciones que nos molestan. ¿Cómo describirías la manera en la cual tú típicamente reaccionas ante el estrés? Encierra en un círculo **Siempre (S)**, **Frecuentemente (F)**, **Algunas veces (A)** o **Nunca (N)**, según corresponda para cada afirmación siguiente:

1.	Me siento abrumado(a) y a merced de la situación	S	F	A	N
2.	Elaboro un plan para manejar lo que ha ocurrido	S	F	A	N
3.	Veó la situación por lo que realmente es y nada más	S	F	A	N
4.	Me siento deprimido(a) o abatido(a)	S	F	A	N
5.	Siento que nadie me entiende	S	F	A	N
6.	Siento que estoy solo(a) o aislado(a)	S	F	A	N
7.	Tomo acciones para cambiar las cosas	S	F	A	N
8.	Me siento impotente – no hay nada que pueda hacer al respecto	S	F	A	N
9.	Trato de encontrar más información para ayudarme a tomar decisiones acerca de lo ocurrido	S	F	A	N
10.	Me reservo las cosas para mi mismo(a) y no dejo que otros sepan lo mal que están	S	F	A	N
11.	Me siento independiente (ajeno/a) de las circunstancias	S	F	A	N
12.	Me paralizó y espero que todo pase	S	F	A	N
13.	Trasmito mis frustraciones a la gente más cercana a mi	S	F	A	N
14.	Resuelvo la situación sin sentirme identificado(a) con ella	S	F	A	N
15.	Respondo neutralmente al problema	S	F	A	N
16.	Pretendo que nada pasa, aunque la gente pregunte	S	F	A	N
17.	Mantengo las cosas dentro de una proporción – nada es realmente tan importante	S	F	A	N
18.	Creo que el tiempo de alguna manera resolverá las cosas	S	F	A	N
19.	Me siento mentalmente aliviado(a) acerca de todo el asunto	S	F	A	N
20.	Trato de mantener mi sentido del humor – me río de mí mismo o de la situación	S	F	A	N
21.	Me mantengo pensando en lo ocurrido con la esperanza de que pasará	S	F	A	N
22.	Creo que puedo enfrentar las cosas con el mínimo de agitación	S	F	A	N
23.	Sueño despierto con que las cosas mejorarán en el futuro	S	F	A	N
24.	Trato de encontrar una manera lógica de explicar el problema	S	F	A	N
25.	Decido que no tiene caso molestarme y continúo adelante	S	F	A	N
26.	Me siento sin valor y poco importante	S	F	A	N
27.	Confío en la suerte- las cosas de alguna manera mejorarán	S	F	A	N
28.	Uso mi experiencia pasada para tratar de manejar la situación	S	F	A	N
29.	Trato de olvidar todo lo que ha ocurrido	S	F	A	N

30.	Me irrito o me pongo bravo(a)	S	F	A	N
31.	Le doy a la situación toda mi atención	S	F	A	N
32.	Hago las cosas una a la vez	S	F	A	N
33.	Me critico o me culpo a mí mismo(a)	S	F	A	N
34.	Rezo para que las cosas cambien	S	F	A	N
35.	Pienso y hablo del problema como si no tuviera que ver conmigo	S	F	A	N
36.	Hablo de lo ocurrido lo menos posible	S	F	A	N
37.	Me preparo para el peor desenlace posible	S	F	A	N
38.	Busco comprensión por parte de la gente	S	F	A	N
39.	Veó lo ocurrido como un reto a ser superado	S	F	A	N
40.	Soy realista en mi aproximación a la situación	S	F	A	N

ANEXO F
Cuestionario de Personalidad Resistente (CPR) de
Moreno, Garrosa y González (2000), adaptado por Méndez
(2008)

ANEXO G
Escala de Estrés Percibido (PSS-14) de Cohen et al.
(1983), en versión en español de Meyer, Ramírez y Pérez
(2013)

Las preguntas en esta escala hacen referencia a sus sentimientos y pensamientos durante el **último mes**. En cada caso, por favor indique con una "X" cómo usted se ha sentido o ha pensado en cada situación.

	Nunca 0	Casi Nunca 1	De vez en cuando 2	A menudo 3	Muy a menudo 4
En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido molesto por algo que ha ocurrido inesperadamente?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido incapaz de controlar las cosas importantes en tu vida?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido nervioso o estresado?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia has manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia sentiste que enfrentaste exitosamente los cambios importantes que estaban ocurriendo en tu vida?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia has estado seguro sobre tu capacidad de manejar tus problemas personales?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que no podías resolver todas las cosas que tenías que enfrentar?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia has podido controlar los hechos desagradables de la vida?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia sentiste que estabas controlando todo en tu vida?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia has estado enojado por situaciones que estaban fuera de tu control?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia te has encontrado pensando en las cosas pendientes que tienes que resolver?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia has sido capaz de controlar la forma de pasar el tiempo (organizar)?					
En el último mes, ¿con qué frecuencia sentiste que los problemas se han acumulado tanto que no puedes superarlos?					

ANEXO H
Descriptivos del piloto de la Escala de Resiliencia
(CDRISC) en su versión original

	Estadístico	Error típ.
Puntaje_Total Media	73,7360	,94910
Intervalo de confianza para la media al 95%	Límite inferior 71,8575	
	Límite superior 75,6145	
Media recortada al 5%	73,9222	
Mediana	75,0000	
Varianza	112,599	
Desv. típ.	10,61127	
Mínimo	45,00	
Máximo	97,00	
Rango	52,00	
Amplitud intercuartil	15,00	
Asimetría	-,289	,217
Curtosis	-,150	,430

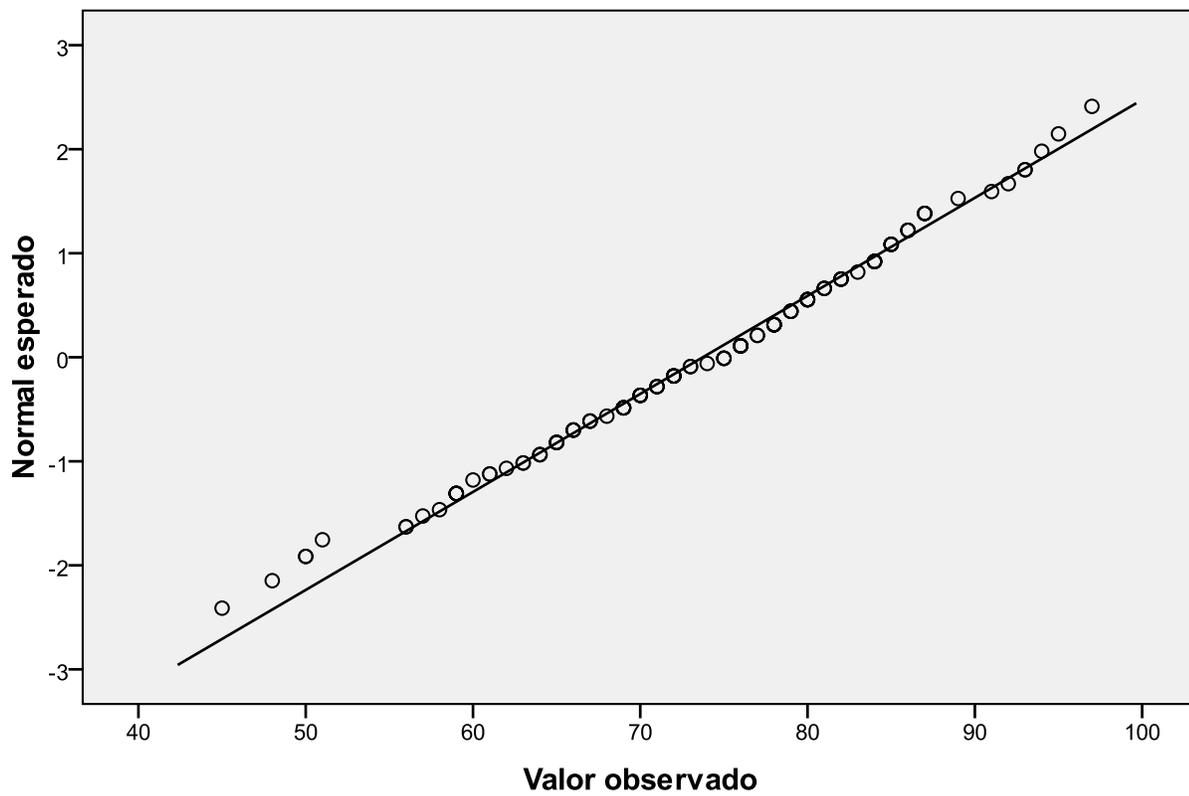
ANEXO I
Pruebas de normalidad del piloto de la Escala de Resiliencia (CDRISC) en su versión original

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Puntaje_Total	,072	125	,173	,989	125	,401

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Gráfico Q-Q normal de Puntaje_Total



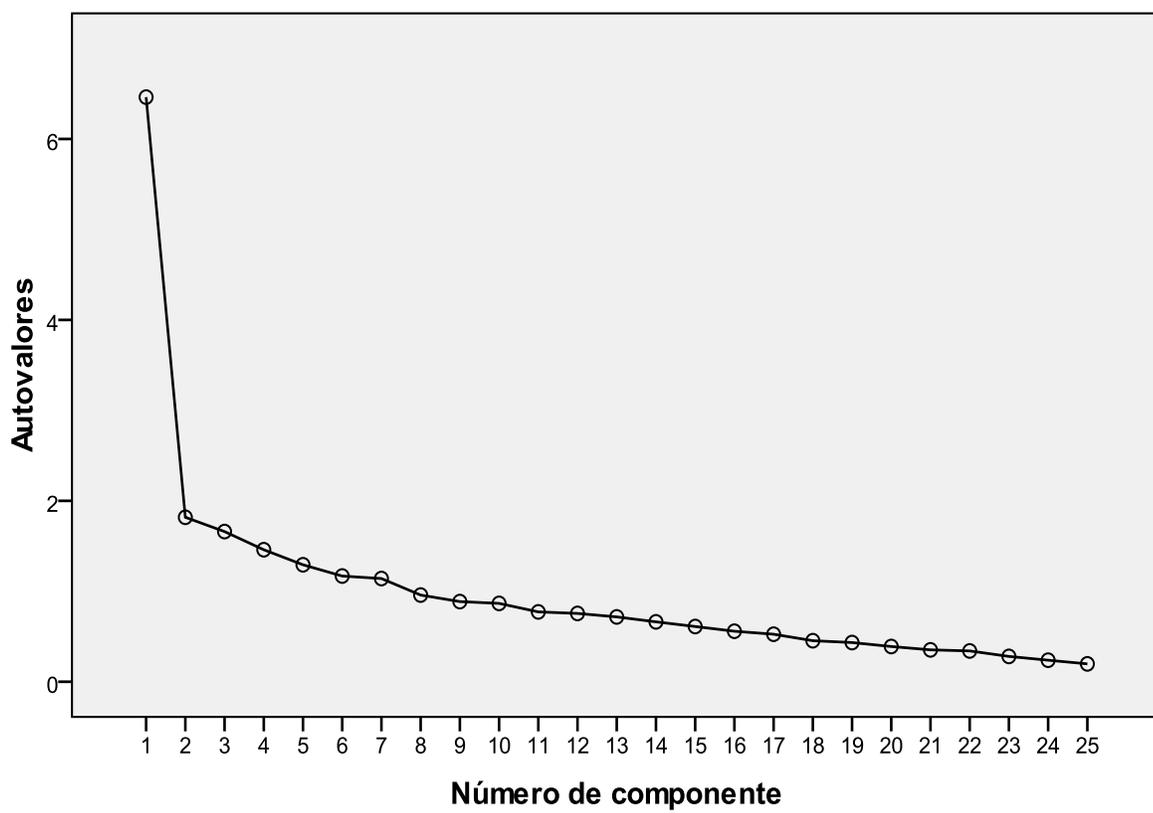
ANEXO J
Análisis factorial del piloto de la Escala de Resiliencia
(CD-RISC) en su versión original

Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	6,463	25,852	25,852	6,463	25,852	25,852
2	1,818	7,272	33,124	1,818	7,272	33,124
3	1,660	6,640	39,765	1,660	6,640	39,765

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Gráfico de sedimentación



	Componente		
	1	2	3
Item1	,547	,159	,042
Item2	,257	,079	,404
Item3	,115	,497	,498
Item4	,653	-,030	-,018
Item5	,697	-,126	,091
Item6	,314	,153	-,408
Item7	,594	,107	-,269
Item8	,503	-,072	-,113
Item9	,207	,387	,391
Item10	,462	-,408	,186
Item11	,403	-,295	,225
Item12	,665	-,088	-,056
Item13	,429	,219	-,090
Item14	,388	,114	-,241
Item15	,590	,108	,093
Item16	,587	,239	,063
Item17	,641	,262	-,043
Item18	,526	,091	-,465
Item19	,385	,274	-,512
Item20	,144	,586	,119
Item21	,518	-,518	,149

Item22	,567	,120	,376
Item23	,694	-,137	,051
Item24	,677	-,359	,031
Item25	,439	-,130	,076

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

a. 3 componentes extraídos

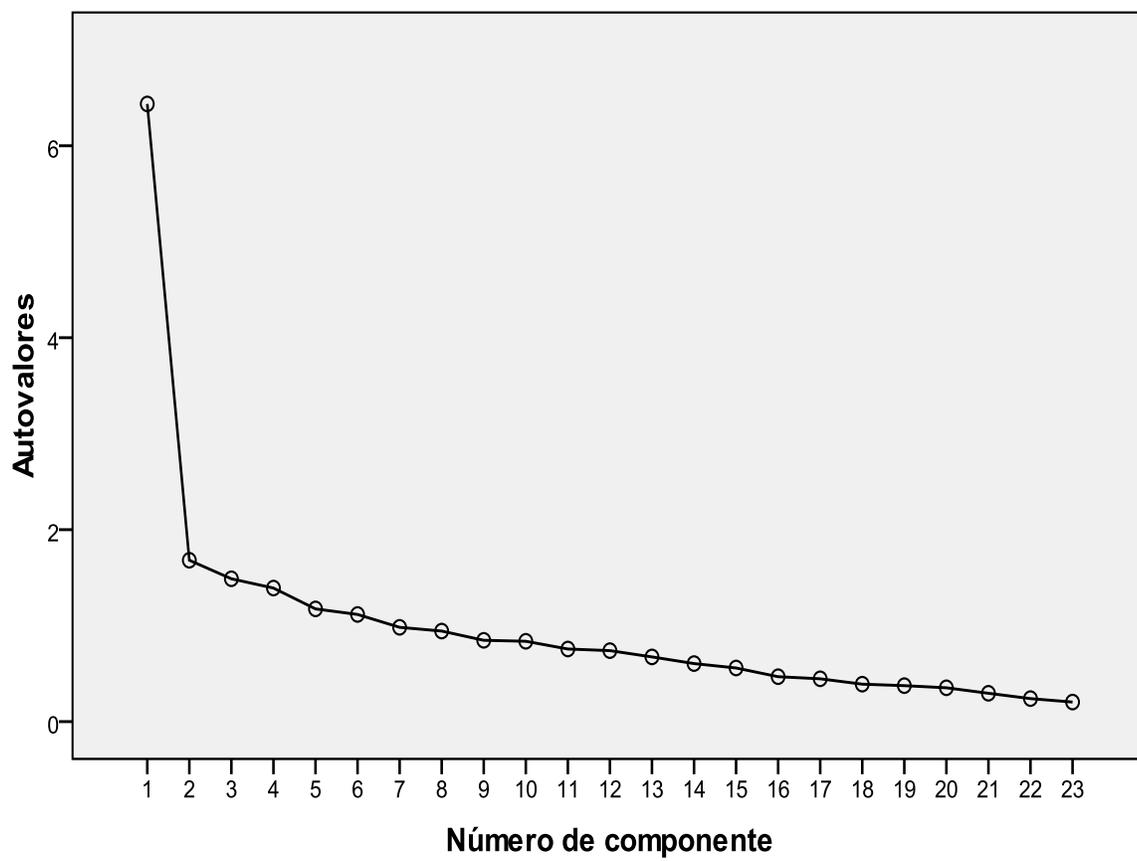
ANEXO K
Análisis factorial del piloto de la Escala de Resiliencia
(CD-RISC) en su versión final

Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	6,436	27,981	27,981	6,436	27,981	27,981
2	1,681	7,310	35,291	1,681	7,310	35,291

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Gráfico de sedimentación



Matriz de componentes^a

	Componente	
	1	2
Item1	,547	,119
Item2	,255	-,154
Item4	,654	,008
Item5	,701	-,127
Item6	,314	,413
Item7	,595	,292
Item8	,506	,027
Item9	,195	-,032
Item10	,466	-,426
Item11	,404	-,398
Item12	,666	-,036
Item13	,426	,213
Item14	,391	,311
Item15	,586	-,002
Item16	,584	,150
Item17	,636	,193
Item18	,526	,366
Item19	,384	,553
Item21	,524	-,488
Item22	,561	-,160

Item23	,698	-,117
Item24	,683	-,288
Item25	,438	-,163

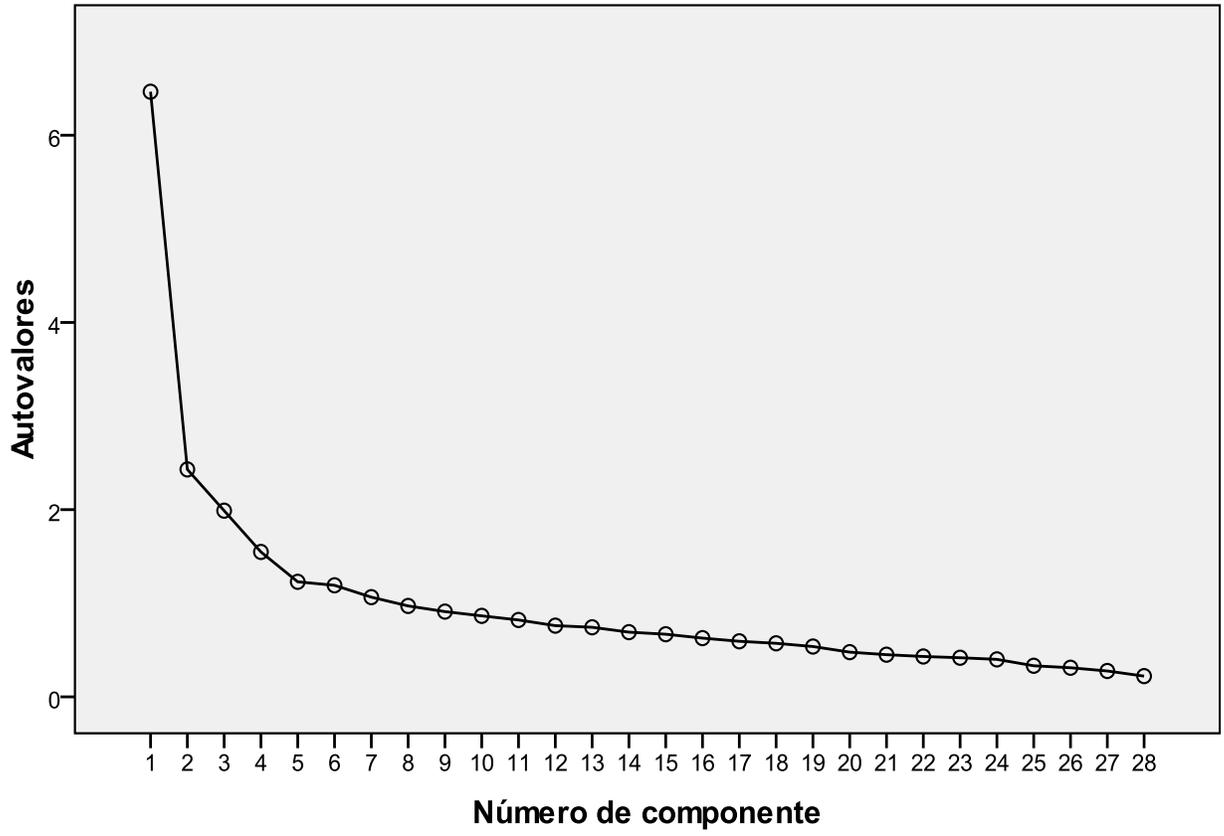
ANEXO L
Análisis factorial del Cuestionario de Apoyo Social
Percibido y sus dimensiones

Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	6,465	23,089	23,089	6,465	23,089	23,089
2	2,430	8,678	31,767	2,430	8,678	31,767
3	1,989	7,104	38,870	1,989	7,104	38,870
4	1,548	5,529	44,399	1,548	5,529	44,399

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Gráfico de sedimentación



Estadísticos Apoyo Social amigos y compañeros

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
CAS1	23,30	23,922	,616	,435	,804
CAS4	23,86	23,904	,431	,204	,821
CAS6	23,61	24,093	,351	,151	,833
CAS8	23,31	24,340	,544	,368	,810
CAS9	23,22	25,042	,472	,264	,816
CAS13	23,39	24,345	,513	,280	,812
CAS14	23,25	24,574	,565	,356	,809
CAS19	23,50	24,152	,532	,318	,810
CAS20	23,65	24,414	,473	,294	,816
CAS23	23,56	23,971	,540	,305	,809
CAS24	23,35	24,116	,566	,388	,808

Estadísticos Apoyo Social familia y profesores

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
CAS5	15,67	14,663	,610	,485	,719
CAS10	15,81	14,060	,649	,559	,709
CAS15	15,68	15,766	,447	,233	,745
CAS18	16,05	14,089	,588	,447	,718
CAS21	15,85	13,887	,623	,481	,712
CAS22	16,22	14,933	,335	,173	,768
CAS25	16,14	14,457	,370	,184	,763
CAS26	16,40	16,267	,228	,096	,780

Estadísticos Apoyo Social sí mismo, religión y otros

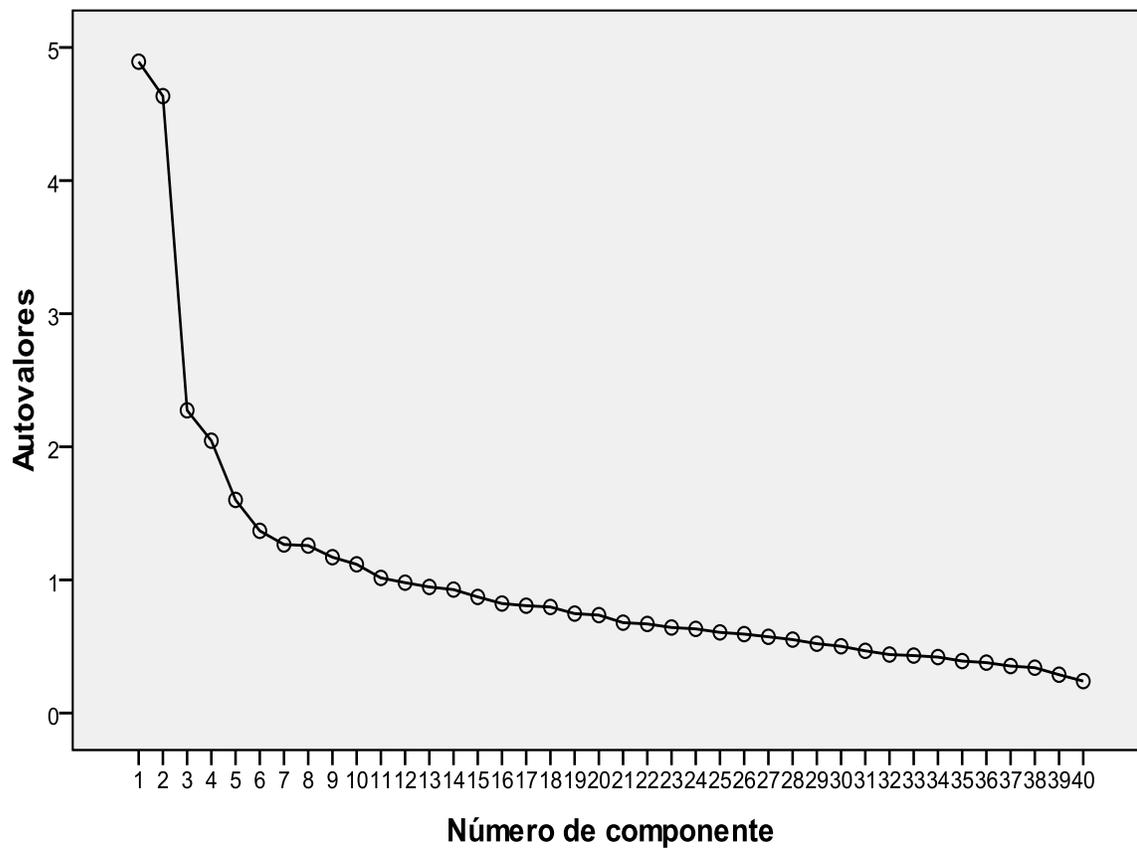
	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
CAS2	12,40	13,168	-,109	,094	,539
CAS3	11,94	12,651	-,020	,087	,506
CAS7	11,40	11,813	,139	,160	,453
CAS11	11,95	8,942	,498	,381	,291
CAS12	11,03	12,959	-,023	,069	,492
CAS16	12,60	8,859	,543	,578	,273
CAS17	12,51	8,691	,599	,577	,249
CAS27	11,42	13,040	-,077	,069	,521
CAS28	11,52	10,750	,216	,111	,426

ANEXO M
Análisis factorial del Cuestionario de Estilos de
Afrontamiento

Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	4,893	12,233	12,233	4,893	12,233	12,233
2	4,634	11,586	23,819	4,634	11,586	23,819
3	2,274	5,685	29,504	2,274	5,685	29,504
4	2,046	5,115	34,619	2,046	5,115	34,619
5	1,601	4,003	38,622	1,601	4,003	38,622

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Gráfico de sedimentación

ANEXO N
Descriptivos del piloto de la Escala de Estrés Percibido
(PSS-14)

Descriptivos

	Estadístico	Error típ.
Puntaje_Total Media	28,408	,6912
Intervalo de confianza para la media al 95%		
Límite inferior	27,040	
Límite superior	29,776	
Media recortada al 5%	28,451	
Mediana	29,000	
Varianza	59,711	
Desv. típ.	7,7273	
Mínimo	6,0	
Máximo	47,0	
Rango	41,0	
Amplitud intercuartil	9,0	
Asimetría	-,137	,217
Curtosis	,295	,430

ANEXO O
Pruebas de normalidad del piloto de la Escala de Estrés
Percibido (PSS-14)

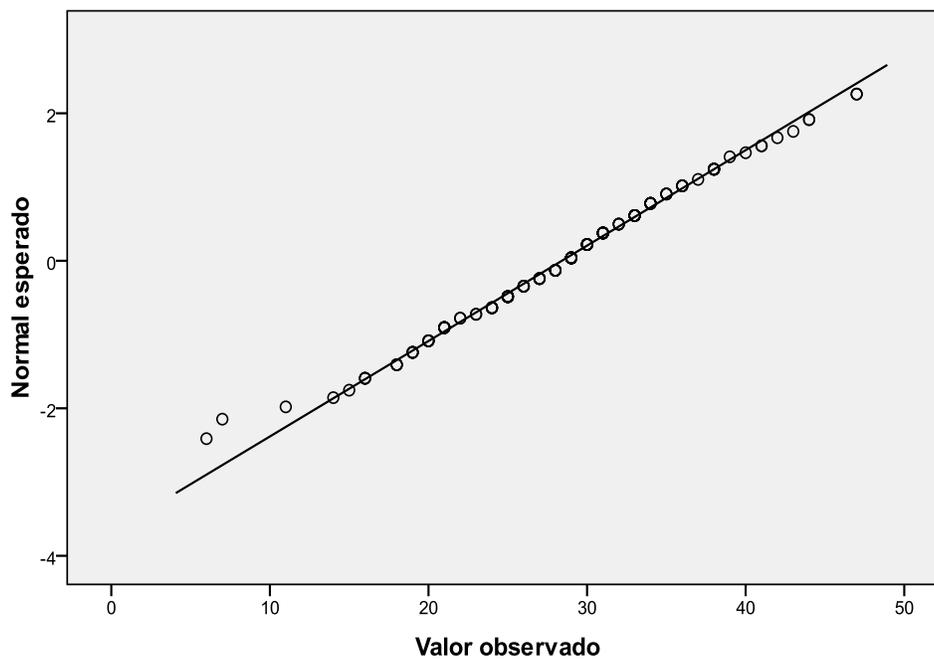
Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Puntaje_Total	,059	125	,200*	,992	125	,671

a. Corrección de la significación de Lilliefors

*. Este es un límite inferior de la significación verdadera.

Gráfico Q-Q normal de Puntaje_Total

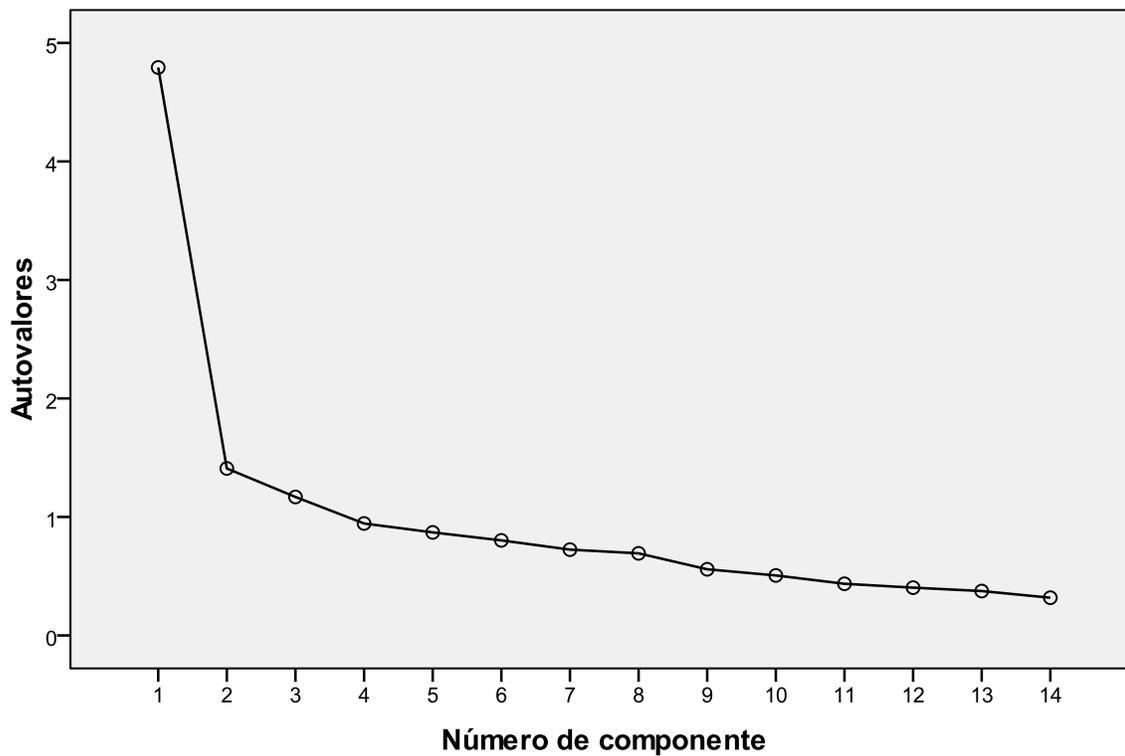


ANEXO P
Análisis factorial de piloto de Escala de Estrés Percibido
(PSS-14)

Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	4,793	34,234	34,234	4,793	34,234	34,234
2	1,409	10,064	44,299			

Gráfico de sedimentación



Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

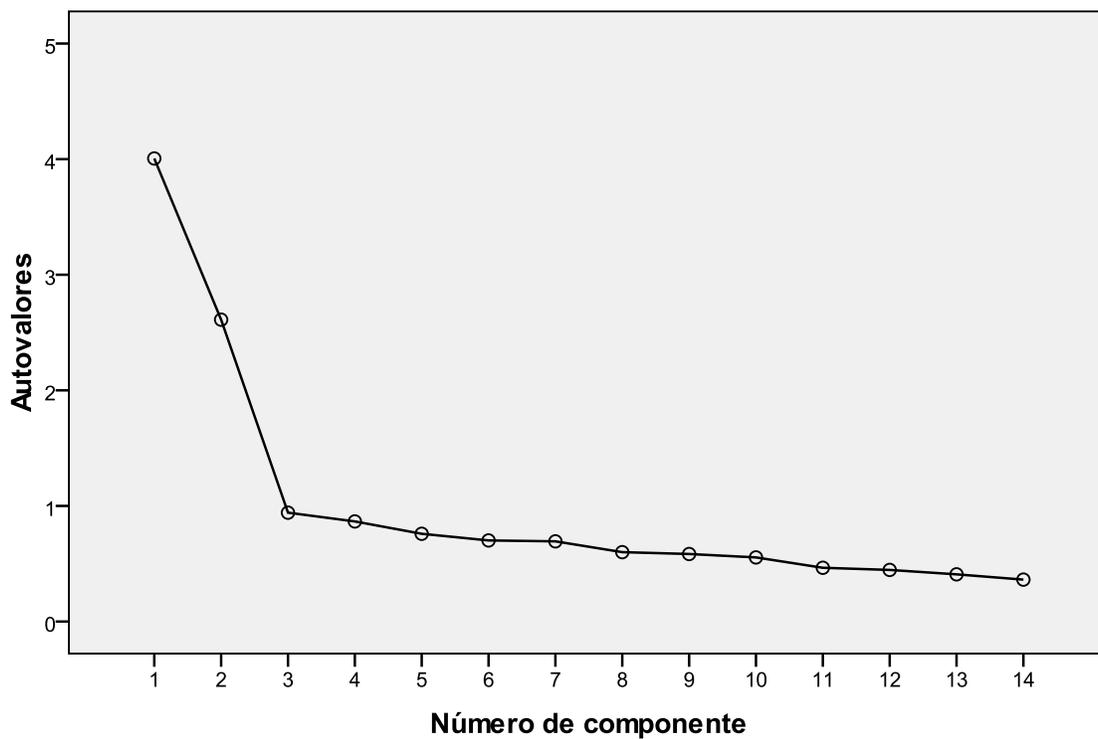
Anexo Q
Análisis factorial de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) en el estudio final

Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	4,006	28,613	28,613	4,006	28,613	28,613
2	2,611	18,652	47,265	2,611	18,652	47,265

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Gráfico de sedimentación



ANEXO R
Análisis factorial del Cuestionario de Personalidad
Resistente en el estudio final

Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	8,019	38,183	38,183	8,019	38,183	38,183

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Gráfico de sedimentación

