

Factores relacionados con la respuesta resiliente del estudiantado universitario

Factors related to the resilient response of university students

Rodríguez Ugalde, Eugenia; Ortiz Solano, Arianna

Eugenia Rodríguez Ugalde

erodriguezu@castrocarazo.ac.cr

Universidad Castro Carazo, Costa Rica

Arianna Ortiz Solano aortiz@castrocarazo.ac.cr

Universidad Castro Carazo, Costa Rica

Revista ConCiencia EPG

Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Perú

ISSN: 2517-9896

ISSN-e: 2523-6687

Periodicidad: Semestral

vol. 8, Esp., 2023

revistaconcienciaepg@une.edu.pe

Recepción: 18 Septiembre 2022

Aprobación: 03 Enero 2023

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/717/7174016005/>

Autor de correspondencia: erodriguezu@castrocarazo.ac.cr



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.

Resumen: La pandemia ocasionada por la COVID-19 ha tenido repercusiones importantes en la salud mental de las personas jóvenes y adultas. Las situaciones adversas que ha tenido que enfrentar esta población, hace imperativo desarrollar la capacidad de una respuesta resiliente, principalmente en contextos educativos. En esta investigación, se analizaron los factores relacionados con la resiliencia para elaborar propuestas educativas que favorezcan la respuesta resiliente del estudiantado universitario. La muestra estuvo conformada, en su mayoría, por mujeres universitarias entre 21 y 25 años. Para cumplir con los objetivos establecidos, se seleccionó una metodología con enfoque mixto y se aplicó la Encuesta SVRES-60 (Saavedra y Villalta, 2008), la cual explica la resiliencia a partir de doce factores. En este estudio, se seleccionaron tres factores que están asociados con la respuesta resiliente: metas, pragmatismo y generatividad. Los resultados arrojaron una puntuación promedio de los factores seleccionados. Así mismo, se especificaron propuestas educativas para desarrollar la capacidad de respuesta resiliente con estudiantes universitarios.

Palabras clave: Resiliencia, estudiante universitario, respuesta resiliente, metas, generatividad, pragmatismo.

Abstract: The pandemic caused by COVID-19 has had a significant impact on mental health of young people and adults. The difficult situations that this population has faced imply to develop the capacity for a resilient response, mainly in educational contexts. In this research, the factors related to resilience response were analyzed to suggest educational proposals that develop the resilient response of college students. The sample was mostly made up of college women between 21 and 25 years old. In order to reach the established objectives, the methodology took into account a mixed approach. Besides, the SV-RES60 Survey (Saavedra and Villalta, 2008) was applied; the latter explains the term resilience based on twelve factors. In the present study, the three factors associated with the resilient response were selected: goals, pragmatism, and generativity. These three factors showed an average score. Likewise, educational proposals were specified to develop a resilient response capacity with university students.

Keywords: Resilience, college student, resilient response, goals, generativity, pragmatism.

Introducción

Durante los meses que ha durado la pandemia relacionada con el COVID-19, la población mundial se ha visto afectada. La población adolescente y joven no ha sido la excepción. Diversos estudios demuestran que se ha dado un incremento en las consultas con personas expertas en el campo de la salud mental.

Recientemente, la UNICEF realizó un estudio con 8444 jóvenes y adolescentes (entre 13 y 29 años) provenientes de 9 países de América Latina y del Caribe. La investigación indica que cerca de un 30 a 40% de la población del estudio expresa ansiedad, depresión o estrés y que 1 de cada 2 personas siente menos motivación para aprovechar las actividades que normalmente disfruta (UNICEF, 2021; Osgood et al., 2021).

De acuerdo con lo señalado, la pandemia ha generado diferentes sentires en la población joven y a su vez, ha ocasionado un gran impacto en la salud mental de la población adolescente y juvenil, siendo una necesidad urgente trabajar de forma preventiva y desarrollando la capacidad de una respuesta resiliente ante las dificultades que se presentan (Osgood et al., 2021). De ahí, la necesidad de analizar los factores relacionados con la resiliencia en la población universitaria, para hacer propuestas educativas que refuercen la respuesta de las personas ante situaciones difíciles.

En una investigación reciente en torno a los factores relacionados con la resiliencia en estudiantes universitarios, se encontró que el bienestar psicológico tiene una alta correlación con la resiliencia (Estrada & Mamani, 2020). También se encontró una relación significativa entre la resiliencia, la satisfacción con la vida y el éxito académico de las personas estudiantes (Villalba & Avello, 2019; Dumont et al., 2018) y entre la resiliencia y el optimismo de la población estudiantil (Vizoso-Gómez, & Arias-Gundín, 2018). Asimismo, la investigación realizada por Vanistendael et al. (2013) demuestra una correlación directa entre la resiliencia y el humor, siendo que este último es una de las estrategias resilientes más efectivas para sobrellevar las situaciones difíciles.

No se encontró que hubiera una diferencia significativa en la resiliencia que posee la población estudiantil según la carrera seleccionada (Caldera et al., 2016), por lo que se propone implementar estrategias para el desarrollo de la resiliencia en este grupo.

El presente artículo se basa en la indagación y análisis de la respuesta resiliente del estudiantado universitario. La investigación parte de la siguiente pregunta: ¿Cuál es la respuesta resiliente del estudiantado universitario?

El objetivo general de esta investigación es el siguiente:

Analizar los factores relacionados con la resiliencia para la elaboración de propuestas educativas que favorezcan la respuesta resiliente del estudiantado universitario.

Entre los objetivos específicos del presente estudio se citan:

- Describir el factor de pragmatismo presente en una muestra del estudiantado universitario.

- Reconocer el factor de metas presente en una muestra del estudiantado universitario.
- Especificar el factor de generatividad presente en una muestra del estudiantado universitario.
- Determinar la respuesta resiliente a partir de la integración de los factores de pragmatismo, metas y generatividad.
- Elaborar propuestas educativas que permitan el mejoramiento de la respuesta resiliente del estudiantado universitario.

En este estudio, la resiliencia se enmarca como la capacidad de respuesta saludable que tiene una persona ante situaciones de adversidad (Saavedra & Villalta, 2008). La resiliencia “es una metáfora generativa que construye futuros posibles sobre la esperanza humana y la consecución de la felicidad ante los sufrimientos, los traumas y el dolor padecido” (Forés & Grané, 2012, p. 13).

Sabiendo que la resiliencia parte de las dificultades que afrontan los seres humanos, se pueden ver como oportunidades u ofertas de cambio que son planteadas por la vida, para las que no se precisa saber con exactitud cómo será lo nuevo que viene, sino que solo hace falta estar preparados y llenos de confianza en que se tendrá la capacidad de afrontar lo que viene Rinser (s.f) citada por Gruhl (2009). La resiliencia hace alusión al término de elasticidad, a la capacidad de adaptación, al pensamiento flexible, pero también a la confianza en las capacidades propias, a la esperanza frente a las situaciones de la vida.

La resiliencia consiste en un proceso dinámico que se extiende a lo largo de la vida y se construye a través de la interacción de la persona con su entorno, incluyendo a todo el entorno social. La resiliencia se compone del equilibrio de los factores de riesgo, los factores protectores y la personalidad de cada individuo, la funcionalidad y estructura familiar y las coyunturas particulares que se viven. Pero implica sobrevivir a eventos traumáticos y ser transformados positivamente por ellos. Implica un disfrute de la vida en forma general (Pereira, 2007, citado por Tarazona et al., 2018).

Existen diversos modelos relacionados con la resiliencia. Para efectos de esta investigación, se considera el Modelo de Resiliencia propuesto Saavedra y Villalta (2008), citado por Saavedra et al. (2012), en el que señalan que la respuesta resiliente es

Una acción orientada a metas, respuesta sustentada o vinculada a una visión abordable del problema; como conducta recurrente en visión de sí mismo, caracterizada por elementos afectivos y cognitivos positivos o proactivos ante los problemas, los cuales tienen como condición históricoestructural a condiciones de base, es decir un sistema de creencias y vínculos sociales que impregnan la memoria de seguridad básica y que de modo recursivo interpreta la acción específica y los resultados (p. 85)

A partir del modelo anterior, se planteó que la evaluación de la resiliencia estaba compuesta por 12 factores que describen distintas modalidades de interacción de la persona consigo misma, con sus posibilidades y con las demás personas. Del modelo propuesto por Saavedra y Villalta (2008), se toman en consideración los factores relacionados con la respuesta resiliente de la persona, los cuales son los siguientes:

- Pragmatismo: se refiere a los juicios que develan la forma de interpretar las acciones que realiza la persona.
- Metas: son los juicios que refieren al valor contextual de metas y redes sociales por sobre la situación difícil.
- Generatividad: son aquellos juicios que se refieren a la posibilidad de pedir ayuda a otras personas para solucionar las situaciones complejas (Saavedra & Villalta, 2008).

A continuación, se profundizará más sobre cada uno de los factores que constituyen la respuesta resiliente: pragmatismo, definición de metas y generatividad.

En lo relacionado con el **pragmatismo**, Barrena et al. (2014), citados por Tarazona et al (2019) indican que:

tiene que ver con lo práctico en el sentido de lo que es experimental o capaz de ser probado en la acción, de aquello que puede afectar a la conducta, a la acción voluntaria autocontrolada; el pragmatismo tiene que ver con la conducta imbuida de razón, con el modo en que el conocimiento se relaciona con el propósito; es práctico en el sentido de que da prioridad a la acción sobre la doctrina y a la experiencia sobre los primeros principios prefijados (p.1)

De acuerdo con la definición anterior, el pragmatismo se asocia con la forma de actuar de las personas en todo lo relacionado a sus conductas y acciones voluntarias. Se refiere a las acciones que parten del razonamiento y las emociones.

Con respecto a la definición de **metas**, desde la psicología positiva “son definidas como representaciones cognitivas de las personas, para alcanzar lo que se espera conseguir o las expectativas de lo que quiere que suceda, siendo un desencadenante de la conducta motivada que guía el comportamiento del individuo (Gaxiola et al., 2012, citados por Tarazona et al, 2019).

Las metas se constituyen en los impulsores relacionados con las expectativas individuales y sociales que marcan la ruta a seguir por una persona o un grupo. Las metas marcan las acciones.

En cuanto a la **generatividad**, esta es concebida “como la probabilidad de solicitar ayuda a otras personas en problemáticas que superan la capacidad individual. Resulta clave en toda situación en la que alguien es responsable de otras personas, por lo que existen profesiones que son inherentemente generativas, como la enseñanza, el trabajo social, la medicina (Saavedra & Villalta, 2008, citados por Tarazona et al, 2019).

La generatividad está relacionada con el apoyo y el servicio a otras personas, de manera que se procure el desarrollo individual y social. Va más allá de las expectativas o acciones individuales. Se refleja en ocupaciones en las que existe una relación empática con el resto de la sociedad.

Habiendo tenido la fuerte experiencia relacionada con el afrontamiento de la pandemia y las situaciones difíciles que se pueden haber generado a partir de las vivencias del estudiantado y sus familias con respecto a las situaciones sociales, emocionales, de salud, trabajo y algunas otras, sin duda alguna, la pandemia ha provocado que las personas de la comunidad educativa muestren la respuesta resiliente, que les ha llevado a explorar nuevas formas de aprender y adaptarse a las circunstancias, negociar y enfrentar la adversidad. Cada persona, con sus propios recursos ha demostrado su capacidad de reacción, inicialmente mostrada

de una manera más espontánea y conforme pasaban los meses de pandemia, de una manera mucho más planificada (Arellano et al, 2022).

Fonseca (2020), citado por Buenaño et al (2022) indica que:

La llegada del COVID 19 exigió cambios en los hábitos cotidianos, con efectos contraproducentes en las emociones. Muchas personas se han enfrentado a la ansiedad, miedo y tristeza, razón por la cual se propone el uso de la inteligencia emocional y resiliencia como herramientas de apoyo (p. 1084).

Al analizar la respuesta resiliente de cada estudiante se puede conocer cuáles son los recursos positivos con los que cuenta esa persona para salir adelante y enfrentar la adversidad. De la misma manera, cuando se analiza la respuesta resiliente de un conglomerado de personas, se puede ahondar en la salud mental de la población analizada, de manera que se puedan proponer estrategias para la prevención de conductas de riesgo y la promoción de la salud mental (Tarazona et al, 2018).

Método

Diseño: La investigación realizada posee un enfoque cuantitativo, porque utiliza la observación y cuantificación para alcanzar el objeto de estudio. En cuanto al tipo de investigación, se puede afirmar que según su alcance temporal es transversal, porque se realiza en un momento determinado y con respecto a su nivel de profundidad es descriptiva, porque describe la respuesta resiliente del estudiantado (Barrantes, 2014).

Participantes: Para conformar la muestra, se envió una invitación a toda la población estudiantil para que participara en el estudio. La muestra estuvo representada por 432 personas estudiantes, provenientes de todos los programas que se imparten en la Universidad, en la Sede Central y que voluntariamente participaron en la presente investigación.

Se tomó el criterio de inclusión relacionado con las personas estudiantes matriculadas durante el primer cuatrimestre del 2022 en algún programa de estudio que ofrece la universidad, en la Sede ubicada en San José. Esta población incluye estudiantes activos matriculados en cursos libres, programas técnicos, bachilleratos universitarios, licenciaturas y maestrías. La muestra estuvo conformada por un 69,2% de mujeres y un 30,8% de hombres, quienes en su mayoría tienen entre 21 y 25 años (30,6%).

Instrumento: A la población estudiantil se les aplicó la Encuesta SVRES- 60 (Saavedra y Villalta, 2008), que consiste en una Escala Likert con 60 ítems, que evalúa 12 factores relacionados con la respuesta resiliente.

Los autores realizaron varios estudios para comprobar su validez y confiabilidad. El instrumento fue construido en Chile. En este caso, se analizaron los 15 ítems que conforman los factores de generatividad, metas y pragmatismo, los cuales están asociados con la respuesta resiliente.

Procedimiento: Se analizaron los resultados asociados con los factores de pragmatismo, definición de metas y generatividad. Los datos se presentaron utilizando estadística descriptiva.

Posteriormente, se diseñó una propuesta educativa en forma colaborativa con profesionales en el área de la Psicología y Psicopedagogía, la cual será aplicada

en la población estudiantil de la Universidad para evaluar posteriormente los resultados obtenidos.

El análisis de la información se desprendió de los datos que arrojó la aplicación de la escala. Este proceso se llevó a cabo con el apoyo del programa Microsoft Excel en el cual, se clasificaron las respuestas obtenidas, con base en las doce dimensiones ofrecidas por la escala.

Variables: Las variables del presente estudio son: el pragmatismo, la definición de metas, la generatividad y la respuesta resiliente del estudiantado, los cuales son retomados desde su definición en la sección de los resultados de la investigación.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados que se clasificaron de acuerdo con los tres factores asociados con la respuesta resiliente, a saber: pragmatismo, metas y generatividad. El resumen integra los datos obtenidos a partir de los enunciados de la encuesta que pertenecen a cada factor.

Tabla 1
Factor Pragmatismo: resumen de la distribución de porcentajes

Opción	Porcentaje
Muy de acuerdo	53,04%
De acuerdo	39,22%
Ni acuerdo ni en desacuerdo	5,54%
En desacuerdo	2,00%
Muy en desacuerdo	0,20%
Total	100%

En relación con el factor de Pragmatismo, definido como los juicios que develan la forma de interpretar las acciones que realiza la persona (Saavedra & Villalta, 2008) el estudiantado universitario manifestó una puntuación promedio. A su vez, la muestra parece mantener un buen nivel de pragmatismo en torno a conductas y acciones voluntarias y autocontroladas (Barrena et al, 2014 citados en Tarazona et al, 2019).

Tabla 2

Factor Metas: resumen de la distribución de porcentajes

Opción	Porcentaje
Muy de acuerdo	55,00%
De acuerdo	36,90%
Ni acuerdo ni en desacuerdo	6,58%
En desacuerdo	1,24%
Muy en desacuerdo	0,28%
Total	100%

Con respecto al factor de Metas, definido en esta investigación como los juicios que refieren al valor contextual de metas y redes sociales por sobre la situación difícil (Saavedra & Villalta, 2008) las personas estudiantes manifestaron a través de los resultados, una puntuación promedio. Gaxiola et al (2012) citados por Tarazona et al (2019) definen este factor como aquello que motiva a las personas a conseguir lo que se proponen, de manera que el estudiantado parece tener una buena gestión de sus metas.

Tabla 3

Factor Generatividad: resumen de la distribución de porcentajes

Opción	Porcentaje
Muy de acuerdo	56,48%
De acuerdo	36,66%
Ni acuerdo ni en desacuerdo	5,92%
En desacuerdo	0,68%
Muy en desacuerdo	0,26%
Total	100%

En cuanto al factor de generatividad, entendido como los juicios que se refieren a la posibilidad de pedir ayuda a otras personas para solucionar las situaciones complejas (Saavedra y Villalta, 2008) la investigación refleja que la muestra tuvo una puntuación promedio. Entendida como la capacidad de solicitar ayuda en caso de que las circunstancias superen los recursos individuales, las personas participantes parecen mostrar un buen nivel de generatividad (Saavedra & Villalta, 2008, citados por Tarazona et al, 2019).

Tabla 4
Respuesta resiliente del estudiantado: resumen de la distribución de porcentajes

Opción	Pragmatismo	Metas	Generatividad	Total
Muy de acuerdo	53,04	55,00	56,48	54,84
De acuerdo	39,22	36,90	36,66	37,59
Ni acuerdo ni en desacuerdo	5,54	6,58	5,92	6,01
En desacuerdo	2,00	1,24	0,68	1,31
Muy en desacuerdo	0,20	0,28	0,26	0,25
Total	100,00	100,00	100,00	100,00

Con respecto a la respuesta resiliente, como puede verse en la Tabla 4, las personas estudiantes que participaron en el estudio manifestaron un puntaje promedio respecto a factores tales como pragmatismo, metas y generatividad.

Discusión

A partir de los resultados obtenidos es posible determinar que las personas universitarias que conformaron la muestra arrojaron una puntuación promedio respecto a su respuesta resiliente. De acuerdo con la definición ofrecida por Saavedra & Villalta (2008), citados por Saavedra et al. (2012) este resultado significa que las personas participantes llevan a cabo acciones con metas claras, cuentan con buenas estrategias para enfrentar situaciones problema, así como un sistema de creencias y vínculos que contribuyen con una visión favorable de sí mismos.

Si bien es cierto, no se encontraron factores con puntuaciones bajas, resulta importante destacar que, en medio de la coyuntura en la que se encuentra el país, contar con puntuaciones altas en la respuesta resiliente podría ser un factor protector en términos de salud mental. Lo anterior coincide con lo que señala Fonseca (2020), citado por Buenaño et al. (2022) quien indica que la COVID-19 obligó a las personas a realizar cambios radicales en sus rutinas, lo cual generó ansiedad, miedo y tristeza. Por lo tanto, la persona autora propone la inteligencia emocional y la resiliencia como herramientas para sobrellevar esta situación. En ese sentido, también la respuesta resiliente contribuye en gran medida con el desempeño que pueda tener el estudiantado a lo largo de su carrera universitaria. Conocer y aplicar estrategias que les permitan potenciar su respuesta resiliente les podría beneficiar en el campo académico, profesional y personal. La importancia de proponer estrategias para fortalecer la respuesta resiliente en personas adultas también es retomada por Tarazona et al (2018) quienes las destacan como prevención de factores de riesgo y promoción de la salud mental.

Específicamente en el campo educativo, la literatura demuestra que existen relaciones significativas entre éxito académico, satisfacción con la vida y resiliencia (Villalba & Avello, 2019; Dumont et al., 2018) lo que respalda la

importancia de que las instituciones educativas inviertan tiempo y recursos en este tema. De manera tal que las propuestas educativas aspiran a fortalecer la respuesta resiliente del estudiantado con el fin de que cada persona continúe teniendo y conozca nuevas estrategias que le permitan enfrentar de forma saludable situaciones adversas que se presenten a lo largo de su vida.

Es indispensable recordar que las instituciones educativas representan un papel formador para el estudiantado, no solamente en saberes técnicos propios del plan de estudios de su elección, sino que también asume el desafío de formar a las personas a nivel integral. Tal y como lo menciona Pereira (2007) citado por Tarazona et al (2018) la resiliencia se construye a través de la interacción de la persona con su entorno e implica un disfrute de la vida en forma general. La educación superior forma parte de dicho entorno y también debe promover el bienestar integral del estudiantado.

Conclusiones

De acuerdo con los hallazgos de este estudio, es posible apreciar que los tres factores de la respuesta resiliente arrojan porcentajes que se interpretan como una puntuación promedio en la población participante. Esto implica que la muestra del estudiantado manifestó un nivel promedio en relación con la respuesta resiliente, en lo que respecta a la consecución de metas, el pragmatismo y la generatividad.

La aplicación de propuestas educativas asociadas con el fortalecimiento de la respuesta resiliente en estudiantes universitarios cobra gran valor cuando se aspira a que estos estudios reflejen puntuaciones altas, pero, principalmente, a que las personas estudiantes enfrenten de forma saludable las situaciones complejas, lo cual contribuye con su éxito académico, bienestar personal y vinculación con otras personas. Por esta razón, se considera necesario la aplicación de propuestas educativas que fortalezcan la respuesta resiliente del estudiantado.

Propuestas educativas

Con base en los resultados obtenidos, se plantean las siguientes propuestas educativas asociadas con pragmatismo, metas y generatividad, para fortalecer la respuesta resiliente de la población estudiantil universitaria. Dichas propuestas son recomendadas para ser ajustadas y aplicadas en contextos educativos con personas adultas:

- Promover actividades de aprendizaje y estrategias de evaluación con el estudiantado que potencien el aprendizaje basado en proyectos, solución de problemas y aprendizaje colaborativo.
- Elaborar un catálogo de organizaciones gubernamentales o privadas que ofrezcan servicios gratuitos o de bajo costo asociados con la atención de la salud mental y física. Socializar esta información con la comunidad de aprendizaje.
- Desarrollar espacios de meditación, relajación y respiración consciente que permita disminuir factores estresores y potenciar el afrontamiento activo en situaciones adversas.

- Desarrollar espacios que promuevan el movimiento y la actividad física, tales como el baile y clases aeróbicas.
- Realizar actividades lúdicas, tales como juegos, rompecabezas o cine foros, que permitan dar a conocer estrategias de afrontamiento para desarrollar la respuesta resiliente.
- Realizar actividades que lleven implícito el disfrute y el humor, como elementos esenciales para la preservación de la salud mental (Vanistendael et al., 2013).
- Habilitar espacios de diálogo y reflexión que permitan compartir sentires, saberes y experiencias entre personas de la comunidad de aprendizaje. Se podrían sugerir temas específicos o temas libres dependiendo de las necesidades e intereses de la población.
- Potenciar el sentido del humor a través de actividades grupales que involucren a toda la comunidad de aprendizaje.
- Reflexionar acerca de los desafíos a los que se enfrenta la población estudiantil, viéndolos como oportunidades de crecimiento, al realizar propuestas de transformación social, que les permita poner en práctica el desarrollo de los talentos propios y grupales para la solución de problemas.
- Reflexionar acerca de las lecciones aprendidas acerca de cómo enfrentar las situaciones difíciles en un futuro, tanto a nivel personal como social (BID, 2022).

La investigación desarrollada permitió conocer la respuesta resiliente del estudiantado universitario, a partir de sus vivencias en torno a la pandemia del COVID-19. Con base en los resultados obtenidos se pudo conocer que la respuesta resiliente de la población estudiantil es adecuada. Sin embargo, se debe preparar a las personas para enfrentar las circunstancias adversas en cualquier momento. De ahí que la Universidad responda al llamado a fortalecer la respuesta resiliente en las personas para que se puedan adaptar a las nuevas circunstancias que se les presenten en el futuro.

Referencias

- Arellano, A., Cuevas, A. & Amador, G. (2022). Capacidad de respuesta y resiliencia en docentes y estudiantes universitarios: Experiencia de enseñanza-aprendizaje en línea en colaboración internacional. *Internacionalización de la Educación Superior después de la COVID-19: reflexiones y nuevas prácticas para tiempos distintos*. https://investigacion.upaep.mx/images/img/editorial_upaep/biblioteca_virtual/pdf/iescovid.pdf#page=172,172-188.
- Banco Interamericano de Desarrollo (2022). *Construyendo resiliencia. Lecciones aprendidas para América Latina y el Caribe*. <https://interactive-publications.iadb.org/construyendo-resiliencia>
- Barrantes, R. (2014). *Investigación: un camino al conocimiento. Un enfoque cualitativo, cuantitativo y mixto*. Universidad Estatal a Distancia.
- Buenaño, A., Gavilanes, W., Saltos, L. & Díaz, Y. (2022). Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes universitarios, durante la pandemia del COVID-19. *Conciencia Digital*,

- 5(1), 1079-1097. https://scholar.google.co.cr/scholar?start=10&q=respuesta+resiliente+en+estudiantes+universitarios&hl=es&as_sdt=0,5&as_vis=1
- Caldera, J. F., Aceves, B. I. & Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente* 19(36), 227-239. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372016000200227
- Dumont, E., García, A. & Colina, F. (2018). Resiliencia en estudiantes universitarios. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida* 2(4), 43-78. <https://fundacionkoinonia.com.ve/ojs/index.php/saludyvida/article/view/243/PDF>
- Estrada, E. & Mamani, H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios* 10(4), 55-68. <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/491/568>
- Forés, A. & Grané, J. (2012). *La resiliencia. Crecer desde la adversidad*. Plataforma.
- Gruhl, M. (2009). *El arte de rehacerse: la resiliencia*. Sal Terrae.
- Osgood, K., Sheldon-Dean, H., & Kimball, H. (2021). Informe de salud mental infantil 2021: Lo que sabemos del impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los niños (y lo que no sabemos). Child Mind Institute. https://childmind.org/wp-content/uploads/2021/10/CMI_CMHR_2021_Spanish_vF_AB.pdf
- Saavedra, E. & Villalta, M. (2008). *Manual Escala de Resiliencia SV-RES. Para jóvenes y adultos*. Chile: CEANIM.
- Saavedra, E. & Villalta, M. (2008). *Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años*. Chile: Universidad Católica del Maule. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v14n14/a05v14n14>
- Saavedra, E., Arévalo, F., Gajardo, L., Riveros, L. & Toledo, C. (2012). Autopercepción de la resiliencia en familias afectadas por el terremoto de la región del Maule, Chile. *Eleuthera*, 6(1), 82-100. <https://www.redalyc.org/pdf/5859/585961835007.pdf>
- Tarazona, A., Zambrano, M., Ormaza, M. & Rezabala, P. (2018). Estimación de la resiliencia en estudiantes universitarios. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, 3(1). <https://www.eumed.net/rev/index.html/caribe/2018/03/resiliencia-estudiantes.html>
- Tarazona, A., García, V. & Rodríguez, L. (2019). *Factores resilientes en el psicólogo en formación: caso Universidad Técnica de Manabí- Ecuador*. <https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/sinapsis/article/view/218/314>
- UNICEF (2020). El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes#:~:text=UNICEF%202020%20Entre%20las%20y,en%20los%20%C3%BAltimos%20siete%20%C3%ADas>.
- Vanistendael, S., Gaberan, P., Humbeek, B., Lecomte, J., Manil, P. & Rouyer, M. (2013). *Resiliencia y humor*. Gedisa.
- Villalba, K. & Avello, R. (2019). Resiliencia como factor determinante para la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Educación Médica Superior* 33(3), 1-15. <http://www.ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1845>
- Vizoso-Gómez, C. & Arias-Gundín, O. (2018). Resiliencia, optimismo y burnout académico en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology* 11(1), 47-59. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6471760>

Notas de autor

Autor corresponsal Rodríguez-Ugalde, Eugenia:
erodriguezu@castrocarazo.ac.cr