



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO
UNIDAD ACADÉMICA PROFESIONAL TEJUPILCO
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

RESILIENCIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS
DURANTE EL PERIODO DE POSCONFINAMIENTO

TESIS
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

MARIA GUADALUPE JAIMES ABELARDO

NUMERO DE CUENTA:

1773085

ASESORA DE TESIS:

LIC. EN PSIC. LAURA ESTRADA MONTES DE OCA

TEJUPILCO, MÉXICO SEPTIEMBRE 2023

Presentación

La presente investigación se origina de la necesidad de proponer líneas de estudio enfocadas a resaltar las características positivas que puede tener un estudiante universitario frente a una situación adversa, como lo fue el posconfinamiento que se vivió en agosto de 2022.

En este sentido, proporciona los aspectos teóricos y metodológicos que se llevaron a cabo para realizar un proceso de investigación no experimental transversal de tipo cuantitativa, que tuvo por objetivo general identificar el nivel de resiliencia que presentan los estudiantes universitarios inscritos durante el periodo 2022B en la Licenciatura en Psicología de la Unidad Académica Profesional Tejupilco después del confinamiento por la COVID-19.

Está constituido por diferentes apartados: marco teórico, método, resultados, discusión, conclusiones y referencias. En el apartado de marco teórico, se ubican conceptos, teorías y demás sustento que permite comprender la variable de estudio (resiliencia académica) y el contexto en el cual se midió.

El apartado de método los objetivos de investigación, tipo de investigación, población, muestra, instrumento y el proceso que se empleó para capturar y analizar los resultados. En los apartados de resultados, discusión y conclusiones, se presenta la información obtenida en cuanto al procesamiento de datos, se analiza la información obtenida a la luz de otras investigaciones, así como también se señalan las principales conclusiones. Por último, el documento cuenta con una sección de referencias, dónde se incluyó la información de aquellas fuentes consultadas para la elaboración de la tesis.

Resumen

El propósito de este estudio consistió en identificar el nivel de resiliencia que presenta la comunidad estudiantil de la Licenciatura en Psicología de la Unidad Académica Profesional Teajupilco durante el periodo 2022B, periodo identificado como posconfinamiento. Se trabajó con un paradigma cuantitativo y un tipo de investigación descriptiva. El muestreo empleado fue no probabilístico por conveniencia. La muestra estuvo conformada por 183 estudiantes, de los que 32 fueron hombres y 151 mujeres. Se aplicó de forma digital la Escala de Resiliencia Académica de Cassidy (2016) versión reducida de 26 ítems de Zumárraga-Espinosa y Cevallos-Pozo (2021). Para analizar los datos se empleó el SPSS (siglas del inglés *Statistical Package for Social Sciences*) versión 26, obteniendo distribución de frecuencias, porcentajes y medias. Una vez que se analizaron los datos proporcionados por la muestra, se obtuvo que, en cuanto a la resiliencia académica, la muestra estudiada se caracteriza por tener un nivel medio (53%) de Resiliencia Académica, es decir, son estudiantes que tienen la habilidad para ver de forma positiva los retos educativos presentes en el periodo de posconfinamiento; reconociendo sus fortalezas y debilidades y buscando ayuda u orientación (factor de reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda; $m = 4.0335$), viendo la situación como una oportunidad de crecimiento y considerando que es una oportunidad para mejorar sus habilidades. De esta forma se puede concluir, que ante los retos generados por el periodo de posconfinamiento, los estudiantes universitarios han decidido afrontarlos y fortalecerse a partir de ellos.

Palabras clave. *Resiliencia Académica, Universitarios, Psicología, Estudiante resiliente.*

Abstract

The purpose of this study consisted of identifying the level of resilience presented by the student community of the Bachelor of Psychology of the Tejupilco Professional Academic Unit during the period 2022B, a period identified as post-confinement. We worked with a quantitative paradigm and a type of descriptive research. The sampling used was non-probabilistic for convenience. The sample consisted of 183 students, of which 32 were men and 151 women. The Cassidy Academic Resilience Scale (2016) was digitally applied, a reduced version of 26 items by Zumárraga-Espinosa and Cevallos-Pozo (2021). To analyze the data, the SPSS (Statistical Package for Social Sciences) version 26 was used, obtaining distribution of frequencies, percentages and means. Once the data provided by the sample was analyzed, it was obtained that, in terms of academic resilience, the studied sample is characterized by having a medium level (53%) of Academic Resilience, that is, they are students who have the ability to see in a positive way the educational challenges present in the post-confinement period; recognizing their strengths and weaknesses and seeking help or guidance (reflection factor and adaptive help seeking; $m= 4.0335$), seeing the situation as an opportunity for growth and considering that it is an opportunity to improve their skills. In this way, it can be concluded that, faced with the challenges generated by the post-confinement period, university students have decided to face them and strengthen themselves from them.

Keywords. *Academic Resilience, University students, Psychology, Resilient student.*

Introducción

El año 2020 pasará a la historia de la humanidad debido al cambio drástico que originó en la dinámica de vida de la población mundial, consecuencia de la pandemia por Covid-19. Todos los ámbitos en los cuales se desarrollaban los seres humanos se vieron impactados de forma considerable, principalmente por las medidas sanitarias y de distanciamiento social para disminuir los contagios decretadas por la Secretaría de Salud el 23 de marzo de ese mismo año, en su famosa Jornada Nacional de Sana Distancia (Capital 21 web, 2021).

Iniciando así el periodo de confinamiento. Las personas se tenían que mantener en sus casas, y evitar, en la medida de lo posible, el contacto social. El mundo de muchos se limitó a las cuatro paredes de su casa. Fue entonces cuando centros de trabajo, incluidas las escuelas de todos los niveles, fueron obligados a cerrar sus puertas y migrar a una modalidad virtual. Inicio el home office y las clases a distancia.

Con respecto a las clases a distancia, se pudo observar que la mayoría de los centros de trabajo no estaban preparados para afrontar la situación. Los docentes y alumnos no contaban con los medios y conocimientos tecnológicos para afrontar de forma adecuada el nuevo reto que se le imponía, esto reflejado en todos los niveles educativos.

Pero especialmente en el nivel superior, las instituciones educativas pasaron a una modalidad en línea, dónde las clases fueron, en su mayoría síncronas y con el uso de plataformas que, en mayor medida, no habían sido utilizadas de forma previa por la comunidad estudiantil y docente y muchos de ellos tampoco contaban con los recursos materiales necesarios para seguir la modalidad implementada. Situación que los

expuso a un escenario agotador, tanto física como mentalmente.

Fue aquí donde las prioridades cambiaron, el esfuerzo ya no se hacía por aprender sino solo para cumplir con lo solicitado. El tiempo no vino a mejorar la situación, los alumnos continuaron bajo el mismo contexto, por varios meses: clases virtuales, saturación de tareas y largas jornadas escolares. Situación que, para muchos, se agravaba por las innumerables pérdidas que experimentaron, emocionales, económicas y materiales. Irónicamente, permanecer las 24 horas en casa, lugar considerado seguro, no fue funcional para el aprendizaje. Resultado que ya se esperaba desde que la estrategia fue implementada (Rieble et al., 2020).

Ese fue el panorama durante aproximadamente dos años, algunos decidieron desertar de las tareas académicas para solo continuar con la carga personal, pero los que tuvieron la fortaleza para continuar, en febrero de 2022, experimentaron como el confinamiento llegaba a su fin y las universidades decidieron regresar a modalidad presencial.

El regocijo fue evidente entre la comunidad universitaria, aunque la situación no era la misma, el panorama parecía alentador en cuanto al proceso de enseñanza-aprendizaje. Sin duda, ese contacto social que se estaba retomando, contribuiría de forma importante para que los alumnos y docentes se desempeñaran de forma eficiente a partir de ese momento.

Sin embargo, ese regreso, vino a visibilizar las consecuencias del confinamiento. Lamentablemente los alumnos no contaban con el conocimiento que se esperaba tuvieran, muchos de los aprendizajes clave que debían poseer no estaban. La estrategia de enseñanza virtual no funcionó como se esperaba.

Además del contexto planteado, también se debe recordar que, en el devenir de su formación académica, el estudiante universitario es vulnerable ante diferentes situaciones que representan un reto para su salud mental y que pueden desencadenar en un bajo desempeño académico, padecimientos de estrés y ansiedad e incluso en su rendición académica. Entonces, en consecuencia, todo ello se intensificó durante el periodo de pandemia, y en consecuencia durante el periodo de posconfinamiento.

Pero este enfoque de riesgo no es funcional, pues, lamentablemente los factores de riesgo no se pueden eliminar, de ahí la importancia de considerar que, en la psicología, está cobrando relevancia una línea de abordaje del ser humano que demerita el enfoque basado en el riesgo y la patología, línea denominada psicología positiva. La psicología positiva

exige prestar tanta atención a la fortaleza como a la debilidad, tanto interés a la construcción de las mejores cosas de la vida como a la reparación de las peores y tanta atención a lograr una vida plena para las personas sanas como a curar las heridas de las personas enfermas [...] de esta forma, la psicología positiva parte de la premisa de que la excelencia y la bondad humana son tan auténticas como la enfermedad, el trastorno y el sufrimiento. (Park et al., 2013)

De ahí se deriva el término de resiliencia, que, al ser enfocado en el contexto académico, se nombra específicamente como resiliencia académica. La resiliencia académica se entiende “como un resorte moral, y se constituye en una cualidad de una persona que no se desanima, que no se deja abatir, que se supera a pesar de la adversidad” (Noriega et al., 2015, p. 42). Así también, se puede decir que es la capacidad que tiene la persona para enfrentarse a la adversidad académica crónica y/o

aguda, de cierta forma esta capacidad de contender con la adversidad académica cotidiana debería ser un indicador que coloque en un mejor lugar al estudiante cuando existe adversidad (Martin y Marsh, 2009).

Gómez y Rivas (2017) mencionan que esta capacidad es evidente en los estudiantes que a pesar de encontrarse en condiciones adversas en la escuela y/o en su vida diaria, obtienen logros educativos equivalentes o mayores que los obtenidos por individuos que no enfrentan circunstancias de vulnerabilidad.

Aunque por su naturaleza, no existen muchos estudios con respecto a la resiliencia académica, esta es importante para toda la población estudiantil, pues en este momento están expuestos, en su vida académica, a situaciones adversas, desafiantes y de presión. Durante el aprendizaje educativo de los seres humanos solo se menciona sobre lo exitoso que es la persona por lograr concluir el objetivo de una formación académica; pero de lo que muy pocos notan y reconocen es el esfuerzo que hace un estudiante para lograr su objetivo, aun estando expuestos a adversidades en la escuela. De esta forma, esta investigación se origina de la necesidad de proponer líneas de estudio enfocadas a resaltar las características positivas de los universitarios ante contextos académicos complicados.

Índice

Presentación	
Resumen	
Abstrac	
Introducción	
Marco Teórico	13
Capítulo I. Confinamiento y posconfinamiento por COVID-19.....	13
1.1. Inicios de la pandemia por Covid-19.....	13
1.2. Acciones ante la pandemia por COVID- 19.....	14
1.3. Confinamiento por COVID-19.....	16
1.3.1. Consecuencias del confinamiento.....	17
1.3.2. Confinamiento y educación	19
1.4. Posconfinamiento durante la pandemia por COVID- 19.....	22
1.4.1. Posconfinamiento en la educación.....	27
1.4.2. Escenario del posconfinamiento en estudiantes	30
Capítulo II. Resiliencia académica.....	33
2.1. Definición del término Resiliencia	33
2.1.1. Evolución del término Resiliencia.....	34
2.2. Definición de Resiliencia académica	36
2.2.1. Características de los estudiantes resilientes	37
2.2.2. Implicaciones de la resiliencia en el ámbito académico	40

2.3 Resiliencia en universitarios y variables asociadas	41
2.4. Resiliencia académica posconfinamiento	44
Método	46
Objetivo general.....	46
Objetivos específicos.....	46
Planteamiento del problema	47
Pregunta de investigación	48
Tipo de estudio	49
Variables.....	49
Población y muestra	50
Instrumento.....	51
Diseño de la investigación	52
Captura de la información.....	52
Procesamiento de la información.....	53
Resultados	55
Discusión.....	60
Conclusiones.....	71
Sugerencias	73
Referencias	74

MARCO TEORICO

Marco Teórico

Capítulo I. Confinamiento y posconfinamiento por COVID-19

1.1. Inicios de la pandemia por Covid-19

El COVID-19 representa una afección respiratoria aguda originada por el virus SARS-CoV-2, los primeros casos de COVID-19 se detectaron en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, China, cuando se informó de un brote de casos de neumonía de origen desconocido. Los primeros pacientes presentaron síntomas como fiebre, tos y dificultad para respirar. En fecha 31 de diciembre de 2019, los mandos superiores chinos informaron a la Organización Mundial de la Salud (OMS) acerca de la existencia de un conjunto de incidencias de neumonía de causa no identificada en la localidad de Wuhan (OMS, 2020).

Se cree que el virus se originó en un mercado de mariscos y animales vivos en Wuhan, donde se vendían animales salvajes y exóticos. Este mercado fue cerrado el 1 de enero de 2020, y se inició una investigación para identificar la fuente del brote (Zhu et al., 2020).

A pesar de la respuesta inicial de las autoridades chinas para prevenir la propagación del virus, este se extendió rápidamente a otras partes de China y luego a otros países del mundo. El 23 de enero de 2020, el gobierno chino impuso un cierre de la ciudad de Wuhan y otras ciudades de la provincia de Hubei, en un intento por contener la propagación del virus (WHO, 2020). Sin embargo, para entonces, el virus ya se había propagado a otros países, incluidos Tailandia, Japón y Corea del Sur.

A medida que aumentaba el número de casos de COVID-19 en todo el mundo, los sistemas de salud y los gobiernos comenzaron a tomar medidas para contener la

propagación del virus. Se implementaron medidas como el cierre de escuelas, lugares de trabajo y fronteras internacionales, así como la promoción de medidas de higiene y el uso de mascarillas. Sin embargo, la propagación del virus continuó y se convirtió en una pandemia global en marzo de 2020 (WHO, 2020).

Para el caso de México, el primer diagnóstico de COVID-19 fue realizado el 27 de febrero de 2020 y ya para el 30 de marzo, de ese mismo año, “se declaró como emergencia sanitaria a la pandemia de enfermedad por el virus SARS- CoV2 (COVID-19)” (Gobierno de México, 2020, p. 1).

1.2. Acciones ante la pandemia por COVID- 19

Esta declaratoria de pandemia obligó a que la comunidad internacional respondiera en función de ella. La respuesta fue variada y reflejo las diferencias en los sistemas de salud, la infraestructura y la capacidad de los gobiernos para responder a la emergencia sanitaria. Algunos países implementaron medidas de control y prevención rigurosas, como pruebas masivas, rastreo de contactos y cierre de ciudades, que, hasta cierto sentido, fueron efectivas para contener la propagación del virus.

Por ejemplo, en Corea del Sur, donde se detectaron algunos de los primeros casos fuera de China, se implementó un programa de pruebas masivas y rastreo de contactos, que permitió identificar y aislar rápidamente a las personas infectadas y prevenir la propagación del virus (Kim et al., 2020).

Sin embargo, otros países enfrentaron desafíos en la respuesta a la pandemia, como la falta de equipos de protección personal, la falta de pruebas y la coordinación

insuficiente entre los gobiernos y los sistemas de salud. En algunos casos, la respuesta de los gobiernos fue lenta y llevó a una propagación acelerada del virus.

Un ejemplo de ello fue Estados Unidos, donde la respuesta inicial del gobierno federal fue lenta y desorganizada, lo que llevó a una propagación acelerada del virus en todo el país (Bavel et al., 2020). La falta de medidas efectivas de control y prevención, así como la falta de coordinación entre los estados, contribuyó a la propagación del virus y puso en riesgo la salud de millones de personas.

Ante esta situación las dependencias gubernamentales implementaron medidas específicas, para que la pandemia afectara al menor número posible de personas. La Organización Mundial de la Salud (2022) refiere que ante la pandemia se implementaron las siguientes acciones:

- Protección individual: En este rubro se incluye la aplicación de vacunas lo más pronto posible, mantener la distancia con respecto a los demás (aunque no existiera sintomatología evidente), evitar aglomeraciones y el contacto directo, utilizar mascarilla en situaciones donde resultara difícil mantener la distancia física y en ambientes con pobre ventilación realizar la higiene de las manos constantemente, utilizar desinfectante a base de alcohol para limpiar manos, si la persona toca o estornudaba debía proteger la boca y nariz con el brazo doblado o con un pañuelo, y llevar a cabo la limpieza y desinfección de las superficies y el aislamiento en caso de dar positivo a la enfermedad.
- Limitación de la movilidad: Como ya se mencionó en párrafos anteriores, ante la pandemia, una de las medidas con mayor implementación fue la limitación de las personas en cuanto a no salir de sus casas y evitar en la medida de lo posible la

convivencia con personas diferentes a sus familiares más cercanos. De esta forma inicio la declaratoria de confinamiento para las personas de todo el mundo.

1.3. Confinamiento por COVID-19

Profundizando con respecto a la limitación de la movilidad, se puede agregar que uno de los primeros pasos tomados por muchos gobiernos fue la implementación de medidas de distanciamiento social, como el cierre de escuelas y negocios no esenciales, y la limitación de las reuniones públicas. Según un artículo publicado en la revista Nature, estas medidas fueron efectivas para reducir la propagación del virus en países como China, Singapur y Corea del Sur (Hsiang et al., 2020).

En México, bajo la dirección del presidente Andrés López Obrador, el Consejo de Salubridad General (CSG), acordó una medida excepcional en todo el país que involucraba la suspensión inmediata de actividades no esenciales en los ámbitos público, privado y social. Esta medida se llevó a cabo desde el 30 de marzo hasta el 30 de abril de 2020, “con la finalidad de mitigar la dispersión y transmisión del virus SARS-CoV-2 en la comunidad, para disminuir la carga de enfermedad, sus complicaciones y muerte por COVID-19 en la población residente en el territorio nacional” (Secretaría de Salud, 2020, párr.2).

De esta forma, inicia el confinamiento para la mayor parte de la población mexicana. Centros laborales, sociales y educativos cerraron sus puertas. La decisión de no llevar a cabo tareas fuera del hogar, mantener una distancia saludable y seguir las indicaciones de higiene aconsejadas, ya eran esenciales con la finalidad de que existiera el menor número de contagios.

Sin embargo, el tiempo de confinamiento no fue el esperado y se alargó hasta el 13 de mayo, fecha en la que se anunció el plan “Regreso a la nueva normalidad” (Capital 21 Web, 2021), con el que se dio un regreso paulatino a las actividades.

1.3.1. Consecuencias del confinamiento

En un ser social, como lo es el ser humano, la determinación de que las personas limitaran su movilidad a espacios esenciales, trajo consigo diferentes consecuencias para la población. Ballena et al. (2021) consideran que dos de los rubros afectados por esta situación de aislamiento social, fueron la calidad de vida y la salud mental.

En cuanto a la calidad de vida, refieren que el confinamiento tuvo un impacto negativo en diversos aspectos de la calidad de vida de las personas, independientemente de su edad y contexto sociodemográfico-cultural. En el caso de los niños y adolescentes, la falta de actividad física al aire libre era restringida e inadecuada, lo que se reflejó en sedentarismo y posibles consecuencias a largo plazo, como un aumento de la obesidad infantil.

Ballena et al. (2021) continúan diciendo que el problema se tornó aún más grave debido a la creciente dependencia de la tecnología moderna por parte de los niños y adolescentes; y esta situación afectó también de forma considerable el aspecto académico de los niños y adolescentes. Principalmente el rendimiento académico, ya que alteró su rutina habitual, lo que llevó a retrasos en la realización de actividades y a una pérdida del ritmo de estudio. A su vez, la necesidad de estar conectados a internet para acceder al material de trabajo era una distracción, ya que podían acceder a otros contenidos de entretenimiento. La calidad de vida, también se vio afectada debido a que durante la cuarentena muchas personas fueron despedidas, por lo que se

quedaron sin ingresos para el sustento familiar, incluso necesidades básicas como la alimentación, vestido y salud, no se podían cubrir.

Con respecto a la salud mental Ballena et al. (2021) mencionan que los síntomas psicológicos asociados al confinamiento podían ir desde síntomas aislados hasta trastornos más complejos que podían tener un impacto significativo en la funcionalidad de las personas. Estos síntomas incluyen el insomnio, la ansiedad, la depresión y el trastorno de estrés postraumático. Así también, el miedo al contagio aumentó los niveles de estrés y ansiedad en personas sanas, así como en aquellos con trastornos mentales preexistentes, pacientes diagnosticados con COVID-19 o aquellos con sospecha de estar infectados.

Continuando con los mismos autores, Ballena et al. (2021) refieren que la situación descrita por los autores llevó a que las personas experimentaran emociones intensas y comportamientos reactivos, como el miedo, el aburrimiento, la soledad, la ansiedad, el insomnio y la rabia, lo que fue observado en niños, adolescentes y adultos. Además, la tasa de trastornos mentales fue aún más alta en personas contagiadas y en trabajadores de salud que se enfrentan diariamente a la atención de pacientes con COVID-19.

Otro aspecto de la vida de las personas que se vio afectado fue el social. Principalmente los adolescentes vivieron una etapa de su vida con demasiadas restricciones, experimentar la parte de socializarse en un ambiente nuevo, conocer nuevas personas; como seres humanos la habita es socializar con su especie; durante el confinamiento se limitó esta acción, a lo que conllevó a generar consecuencias muy

poco notables, pero de gran importancia, donde se desarrollaron patologías físicas y psicológicas (Ballena et al., 2021).

La crisis ocasionada por la pandemia de la COVID-19, impacto la actividad social, las interacciones y los comportamientos en múltiples niveles. Emocionalmente, las actividades de distanciamiento social y autoaislamiento causaron problemas de salud mental, ansiedad y depresión. La incertidumbre asociada con la enfermedad en sí, su rápida propagación y alto riesgo de infección, así como, la duración desconocida de las intervenciones de salud pública para enfrentar la progresión de la enfermedad, ocasionaron y afectaron los problemas de salud mental preexistentes. (McNally y Levenstein, 2020 como se citaron en Hernández, 2020).

1.3.2. Confinamiento y educación

La pandemia generó varios cambios e interrupciones en amplias actividades de la vida humana. La educación ha sido una de las afectadas ya que por disposición oficial todos los centros educativos fueron cerrados; estas acciones afecto desafortunadamente a los estudiantes universitarios.

La pandemia ocasionó la suspensión de la enseñanza presencial, por lo que se buscaron alternativas para continuar el proceso docente-educativo aún en condiciones de restricciones, aislamiento social, entre otros inconvenientes y se halló la posibilidad de implementar las mejores alternativas para evitar un desenlace negativo, a largo plazo, en la formación de los futuros profesionales. (Álvarez et al., 2020)

Al menos en los primeros meses del posconfinamiento necesariamente se producirá un tránsito desde las actividades educativas tradicionales, centradas en el docente y, generalmente, basadas en exposiciones magistrales tanto presenciales (preconfinamiento) como online (confinamiento), hacia acciones más centradas en el estudiante, incluidas actividades en grupo, discusiones, actividades de aprendizaje práctico y un uso más limitado de exposiciones por parte de los docentes. (Zhu y Liu, 2020 como se citaron en García, 2021).

De acuerdo con la información proporcionada por UNESCO (2020, como se citó en García, 2021), aproximadamente la mitad de la cifra total de estudiantes alrededor de 826 millones, que se vio afectada por la pandemia de COVID-19, al quedarse sin acceso a clases presenciales, carecían de una computadora en su domicilio y el 43% (equivalente a 706 millones) no disponía de acceso a Internet en su hogar. Esto ocurrió en un momento en el que la educación a distancia, basada en plataforma digitales, se implementó en la mayoría de los países para asegurar la continuidad educativa. Los estudiantes que en sus casas no contaban con el material necesario o este era limitado por hermanos o sus padres, también necesitaban del recurso, ya era un obstáculo para poder desempeñar adecuadamente con las actividades escolares.

En cuanto a las universidades, aunque muchas ya contaban con planes estratégicos para la enseñanza en línea, la mayoría no estaban preparadas para implementar rápidamente un modelo educativo completamente a distancia, como se vio durante la pandemia. En particular, las universidades se enfrentaron a una serie de problemáticas que dieron cierta complejidad a la enseñanza durante el confinamiento como: la dificultad para llegar a los estudiantes sin conectividad o dispositivos

adecuados, la saturación de las redes y la falta de ancho de banda, la deserción o falta de motivación de algunos estudiantes en el aprendizaje en línea debido a módulos extensos o actividades poco motivadoras, y la falta de sistemas de apoyo y tutoría para los estudiantes que necesitan asistencia académica y psicológica, el contexto frío de la enseñanza debido a la falta de contacto entre docentes y alumnos, resistencias de los docentes con respecto a la utilización de las tecnologías, inexistencia de apoyo al profesor en cuanto a la orientación en el uso de las tecnologías, falta de organización en cuanto a sesiones sincrónicas y el trabajo asíncrono y la falta de un modelo de evaluación eficiente para con la nueva forma de trabajar (García, 2021).

De acuerdo a lo anterior, se puede decir que el proceso de enseñanza-aprendizaje en las universidades fue agotador, tanto para alumnos como para docentes. Las exigencias fueron muchas, y en la mayoría de los casos, sobrepasaban la capacidad de los actores para poder sobrellevarlas.

Tomando en cuenta las dificultades que se presentaron los estudiantes se mantuvieron dentro del nuevo sistema de aprendizaje, poniéndose a prueba que las adversidades solo son momentáneas y esforzándose se lograra superar, tal como lo menciona Vidal et al. (2021) en su investigación:

Los estudiantes se enfrentaron no solo a adversidades materiales durante el periodo de confinamiento por el COVID-19, de la misma manera lucharon por su salud mental, personal y social.

Medina, Cruz y Ávila, (2020 como se citaron en Yncera et al., 2021) mencionan tres tipos de manifestaciones emocionales durante la pandemia por COVID- 19, afirma que son las emocionales, cognitivas y conductuales:

- Emocionales: miedo, ansiedad, culpa, impotencia, frustración, tristeza, depresión, irritabilidad.
- Cognitivas: dificultad para concentrarse y tomar decisiones, inseguridad, sensación de irrealidad, confusión, negación, imágenes intrusivas.
- Conductuales: incomodidad por el uso obligatorio de los medios de protección individual, cefaleas, mareos, dificultades respiratorias, molestias gastrointestinales, dolores musculares, insomnio, trastornos alimenticios y del sueño, hiperactividad, llanto incontrolado, dificultad para descansar y desconectarse del trabajo, consumo de sustancias (café, tabaco, alcohol).

Las emociones que se desarrollan en las adversidades son consideradas normales, son parte del proceso de crecimiento, sin embargo, con el tiempo si no son atendidas se manifestaran patologías en la vida del estudiante.

Al considerar las lecciones aprendidas de los impactos que ha tenido la pandemia en la Educación Superior, se puede declarar que no se estaba preparado para enfrentar una situación de crisis sanitaria. Se ha demostrado que la educación a distancia soportada en las tecnologías informáticas y el internet constituye un recurso educativo muy útil, por lo que, mantenerse al día sobre las plataformas en línea y estar constantemente capacitando a los profesores para aprovecharlas, es una necesidad ineludible. (Vidal et al., 2021, pàrr. 16).

1.4. Posconfinamiento durante la pandemia por COVID- 19

Como ya se planteó en párrafos anteriores el periodo de confinamiento que inició el 30 de marzo de 2020, tuvo serias consecuencias en los diferentes ámbitos de desarrollo

de las personas, y sin duda las llevó a buscar estrategias que les permitiera continuar con sus actividades a pesar del aislamiento decretado. Estrategias que generaron esa “nueva normalidad” plagada de nuevos hábitos, que para bien o para mal, les ayudó a que su vida pudiera continuar.

Conforme avanzó la pandemia por COVID- 19, las medidas decretadas fueron cambiando y de un completo confinamiento se pasó a una situación de integración paulatina a las actividades. La indicación de confinamiento obligatorio se extendió hasta el 13 de mayo de 2020, fecha en la que empezaron a implementar medidas de regreso paulatino a las actividades presenciales. Para junio, se empezó con el retorno a actividades esenciales (Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales [INAI], 2021).

De acuerdo con el Instituto Mexicano del Seguro Social (2020), desde el 1 de junio de 2020, en México se estableció semanalmente la evaluación del riesgo de propagación por zona, utilizando un sistema de semáforo. De acuerdo al color del semáforo eran las actividades que se podían llevar a cabo, tanto de forma económica, social y educativa en esa región. El semáforo proporcionado por la dependencia quedó como se muestra a continuación:

- Color rojo: Riesgo epidemiológico máximo. Se permitían actividades clasificadas como esenciales, y además las actividades dentro de los sectores de construcción, minería y fabricación de equipo de transporte.
- Color naranja: Riesgo epidemiológico alto. Indicador de que se permitían las actividades esenciales y las actividades no esenciales se podían

reactivar con un aforo únicamente del 30% del personal y con medidas de sana distancia estrictas.

- Color amarillo y verde: Riesgo epidemiológico intermedio y cotidiano, respectivamente. Las actividades económicas esenciales y no esenciales operaban con capacidad completa, pero siempre y cuando los espacios consideraran las medidas de protección necesarias.

Al ser esta una medida de reactivación a las actividades económicas, rubro más afectado por la situación de confinamiento, las actividades económicas que se consideraron como esenciales según el Instituto Mexicano del Seguro Social (2020) fueron:

- Rama médica, paramédica, administrativa y de apoyo en todo el Sistema Nacional de Salud.
- Sector farmacéutico, tanto en su producción como en su distribución.
- Manufactura de insumos, equipamiento médico y tecnologías para la atención de la salud.
- Disposición adecuada de los residuos peligrosos biológicos-infecciosos (RPBI).
- Limpieza y desinfección de las unidades médicas en los diferentes niveles de atención.
- Las involucradas en la seguridad pública y la protección ciudadana, defensa de la integridad y la soberanía nacionales; la procuración e impartición de justicia.
- Actividad legislativa en los niveles federal y estatal.
- Financiera.
- Recaudación tributaria.

- Distribución y venta de energéticos, gasolineras y gas.
- Generación y distribución de agua potable.
- Industria de alimentos y bebidas no alcohólicas, mercados de alimentos.
- Supermercados, tiendas de autoservicio, abarrotes y venta de alimentos preparados.
- Servicios de transporte de pasajeros y de carga.
- Producción agrícola.
- Producción pesquera.
- Producción pecuaria.
- Agroindustria.
- Industria química.
- Productos de limpieza.
- Ferreterías.
- Servicios de mensajería.
- Guardias en labores de seguridad privada.
- Guarderías y estancias infantiles.
- Asilos y estancias para personas adultas mayores.
- Refugios y centros de atención a mujeres víctimas de violencia, sus hijas e hijos.
- Telecomunicaciones y medios de información.
- Servicios privados de emergencia.
- Servicios funerarios y de inhumación.
- Servicios de almacenamiento y cadena de frío de insumos esenciales.
- Logística (aeropuertos, puertos y ferrocarriles).

- Las relacionadas directamente con la operación de los programas sociales del gobierno.
- Las necesarias para la conservación, mantenimiento y reparación de la infraestructura crítica que asegura la producción y distribución de servicios indispensables; a saber: agua potable, energía eléctrica, gas, petróleo, gasolina, turbosina, saneamiento básico, transporte público, infraestructura hospitalaria y médica, entre otros.
- Empresas de producción de acero, cemento y vidrio.
- Servicios de tecnología de la información que garanticen la continuidad de los sistemas informáticos de los sectores público, privado y social.
- Empresas y plataformas de comercio electrónico.
- Minas de carbón.
- Las empresas distribuidoras de carbón mantendrán sus actividades de transporte y logística.
- Industria de la construcción.
- Minería.
- Fabricación de equipo de transporte.

Aquí también es importante agregar que las implicaciones del semáforo epidemiológico también se extendieron con respecto a los espacios públicos; en este sentido cuando el semáforo se encontraba en color naranja, solo se recomendaba encontrarse en espacios abiertos pero con aforo reducido y con las medidas de seguridad implementadas (uso de cubrebocas y gel antibacterial), en color amarillo, se podían agregar espacios cerrados pero con aforo reducido y en el color verde, espacios

aciertos y cerrados, pero continuando con medidas de seguridad (Instituto Mexicano del Seguro Social, 2020).

Debido a la presentado, en cuanto al listado de actividades consideradas como esenciales y a las implicaciones del semáforo epidemiológico, se puede observar que el rubro de la educación no era considerado como actividad esencial y también la reanudación de actividades solo se podría dar en cuanto el semáforo se encontrara en color verde; lo que provee a los actores implicados una situación especial durante el confinamiento.

1.4.1. Posconfinamiento en la educación

La mayoría de las personas se encontraban en un proceso de integración paulatina a sus actividades laborales y sociales, pero esta situación no se veía reflejada en los actores de la educación. A diferencia de las consideradas actividades esenciales, el rubro de las escuelas inicio su periodo de posconfinamiento para el ciclo escolar 2021-2022, específicamente en agosto de 2021. Para esa fecha la Secretaría de Educación y la Secretaría de Salud (2021) elaboraron la Guía para el regreso responsable y ordenado a las escuelas, en las que estableció las medidas a implementar para que el sector educativo iniciara actividades presenciales. Esto fue una acción en respuesta a la necesidad de atender y proteger a los menores de edad durante la emergencia de salud generada por el virus SARS-CoV-2 (COVID- 19).

Aquí es importante mencionar que el escenario, para esa fecha, ya era más alentador, pues la estrategia nacional de vacunación ya se había iniciado y por tanto el semáforo epidemiológico había cambiado y se tenía evidencia de que los niños eran

menos propensos a contagiarse por el virus o bien, en caso de contagio, sus síntomas eran nulos o bien leves.

En la Guía para el regreso responsable y ordenado a las escuelas (Secretaría de Educación & Secretaría de Salud, 2021) se consideraban las siguientes pautas:

- Las actividades escolares presenciales se realizarían en todos los niveles del semáforo epidemiológico.
- En cualquier situación, se tenían que seguir las medidas de prevención: lavado de manos, estornudo de etiqueta, mantener la sana distancia, ventilación permanente de espacios de uso común y uso correcto de cubrebocas.
- Debía existir un compromiso formal de parte de todos los agentes educativos: autoridades, personal docente y de apoyo y de asistencia a la educación, estudiantes, así como padres y madres de familia y tutores; esto para seguir las medidas en todo momento.
- La limpieza e higiene de los espacios se debía realizar con la participación de todos los actores. La limpieza se debía realizar previo a la reanudación de clases presenciales, así como de forma diaria, una vez que los alumnos se incorporaran a las clases. Se debía dar prioridad a las superficies de uso común. Los salones debían estar ventilados.
- Los centros escolares debían estar en vinculación con autoridades de salud local, con la finalidad de recibir apoyo para la promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

- En las escuelas se debían instalar filtro de corresponsabilidad en casa, entrada de la escuela y salones de clase, los cuales implicaban el reconocimiento de los síntomas de enfermedades respiratorias en los miembros de la comunidad escolar.
- Implementación de la acción manos limpias, en la que los actores sociales debían hacer uso de solución de alcohol gel al 70% para desinfectar de forma constante sus manos.
- El personal docente y administrativo debía estar vacunado.
- El uso del cubrebocas como obligatorio en el interior del plantel.
- Implementación de medidas para asegurar la sana distancia. Para poner en práctica este rubro, se llevó a cabo la asistencia alternada, que dependía del número de alumnos en el salón de clases.
- Optimización de espacios abiertos.
- Suspensión de ceremonias y reuniones.
- Se hace hincapié en que el regreso a clases presenciales no era obligatorio.
- Apoyo socioemocional para docentes y alumnos. En el que se debían de gestionar ambientes de escucha y apertura para la identificación y expresión de emociones.

En este último rubro la Secretaría de Educación y la Secretaría de Salud (2021) hacen énfasis en que el posconfinamiento podía ser visto como una oportunidad de compartir con amigos y amigas las experiencias vividas, pero los esfuerzos se debían mantener en cuanto a la distancia que se debía conservar; recordando que la

integración a las actividades educativas se realizó aun cuando la sociedad se encontraba en pandemia.

Para el caso específico de las escuelas de nivel superior, el regreso a la presencialidad fue, prácticamente bajo las mismas medidas expresadas en párrafos anteriores, solo que con la diferencia de que, al ser una población más vulnerable al virus, las medidas se intensificaron, principalmente en cuanto a la vacunación, además de que la responsabilidad de la prevención de contagio la tenía cada uno de los actores educativos. El regreso definitivo a la presencialidad se dio, aproximadamente, en febrero de 2022.

1.4.2. Escenario del posconfinamiento en estudiantes

La integración a las actividades presenciales tuvo varias consecuencias para los actores educativos, esto debido a muchos factores cómo, por ejemplo, lo vivido durante el confinamiento y el contexto en el que se da el regreso. Las primeras semanas de integración a las clases presenciales era común cierto ausentismo, pues los alumnos y profesores tenían miedo de un posible contagio y no estaban seguros de que las medidas implementadas fueran un escudo verdadero ante el contagio y propagación de la enfermedad.

Lo cual, hasta cierto punto resultaba normal pues, la Secretaría de Educación y la Secretaría de Salud (2021) mencionan que los agentes educativos se encontraban en un proceso de adaptación.

Sin embargo, también agregan que en muchas ocasiones estas situaciones de adaptación eran sobrepasadas y se presentaban síntomas, que eran dignos de

atención y tratamiento y que iban a variar de acuerdo con el nivel educativo en el que se encontraran los alumnos, de forma general los síntomas son: regresiones fisiológicas, cambios en el apetito, insomnio caracterizado por dificultad para iniciar o mantener el sueño, cambios en el comportamiento o irritabilidad importante, síntomas somáticos (dolor de cabeza, dolor de estómago, vómitos antes de ir a la escuela), cambios en el estado de ánimo, miedos excesivos, aislamiento social, cambios de amistades, agresividad, consumo de sustancias o autolesiones (desde arañarse hasta cortes en diferentes áreas del cuerpo), peleas constantes; ideas de desesperanza y de forma general comportamiento suicida, ansiedad (ataques de pánico), estrés y depresión.

Así también, las consecuencias de la situación de posconfinamiento se vio reflejada principalmente en cuanto al rendimiento académico. Ya que muchos de los alumnos, durante el confinamiento, no pudieron seguir las estrategias en línea implementadas, algunos por falta de recursos económicos y otros por falta de recursos personales y emocionales. De ahí que fuera evidente, que muchos de los alumnos no contaban con los aprendizajes mínimos esperados para el nivel en el que se encontraban, evidenciando que el modelo usado durante el confinamiento no fue suficiente para dar continuidad al proceso de enseñanza- aprendizaje de forma eficiente.

Este escenario, se intensificó para los estudiantes de nivel superior, quienes, en sí, se enfrentan a situaciones complicadas en su formación profesional, detonadas por las constantes exigencias del sistema de formación, ahora el reto era doble.

Sin duda, después de la pandemia, la relación entre estudiantes y docentes se volvió compleja ya que en anteriormente se acoplaron a la relación virtual; en alumnos de nuevo ingreso se les fue diferente relacionarse, ya que en el primer año de su vida universitaria se vivió durante el confinamiento.

Las sesiones virtuales eliminan algunas características y limitan otras: la comunicación cara a cara porque no es lo mismo que tenerlos presencialmente, no se pueden percibir los sentimientos, los estados de ánimo, las clases se vuelven impersonales se pierde la magia que se da cuando los ojos de alumno - maestro, alumno - alumno se encuentran, las clases virtuales se vuelven retos constantes, el contacto personal no puede suplirse en una pantalla. (Morales & Bustamante, 2021, p.5)

Capítulo II. Resiliencia académica

2.1. Definición del término Resiliencia

El estudio de la resiliencia se remonta a los años ochenta, teniendo como origen los aportes de las psicólogas especializadas Emmy Werner y Ruth Smith (1982, como se citaron en Uriarte, 2005) quienes inician sus trabajos con enfoque positivo en una época donde la prioridad era señalar las características que poseían los sujetos vulnerables.

Para poder establecer las bases para su teoría, evaluaron a 698 niños en Kauai (Hawai), descubriendo que la mayoría de estos sujetos de riesgo presentaban una característica que les permitía desarrollarse personalmente en el contexto de la normalidad sin tener un apoyo basado en sus necesidades, característica denominada “resiliencia”.

La palabra resiliencia, inicialmente se puede ubicar en el campo de la física, donde se le considera para nombrar aquella característica que poseen algunos materiales para volver a su estado inicial después de haber sido expuestos a temperaturas extremas. La psicología lo retoma para designar a aquellas personas que “a pesar de vivir o tener unas situaciones adversas, crecen y se desarrollan de manera saludable y con calidad” (Barranco, 2009, p. 136).

Se ha descrito como esa capacidad que tienen las personas de crecer sanas y con éxito, aunque el medio en el que se desenvuelvan sea de riesgo (Vanistendael y Lecomte, 2002). Vanistendael (2002 como se citó en Uriarte, 2013) afirma que,

la resiliencia no está en los seres excepcionales sino en las personas normales y en las variables naturales del entorno inmediato. Por eso se entiende que es una cualidad humana universal presente en todo tipo de situaciones difíciles y contextos desfavorecidos, guerra, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, y sirve para hacerles frente y salir fortalecido e incluso transformado de la experiencia. (p. 66)

Es importante agregar que la resiliencia no es un atributo con el que se nazca, sino que se puede desarrollar, principalmente por que se forma de diversas habilidades que, en mayor o menor grado, van a contribuir a que las personas hagan frente a su realidad (Reivich y Shatté, 2002, como se citaron en Palomar y Gómez, 2010). En este sentido, dependiendo el ámbito al que se haga referencia (personal, laboral, social o educativo) la resiliencia se va a manifestar con características particulares.

2.1.1. Evolución del término Resiliencia.

Después de realizar una búsqueda bibliográfica con respecto al término resiliencia, Gil (2010) llegó a la conclusión de que existen diferentes concepciones al respecto, lo que denominó como escuelas de resiliencia, las cuales son: anglosajona, europea, latinoamericana y la tercera generación de investigación en resiliencia. A continuación, se presentan los fundamentos de cada escuela de acuerdo con Gil (2010).

La primera es escuela denominada anglosajona, define la resiliencia como una habilidad individual para hacer frente, sobreponerse y fortalecerse ante una adversidad. Las investigaciones se realizaban con infantes en un escenario de riesgo. Se aborda

desde la perspectiva de factores protectores y factores de riesgo. Una de las investigaciones más importantes en esta escuela fue la de las psicólogas Emmy Werner y Ruth Smith. También se destacan los aportes de Michael Rutter (se oponía a la clasificación de personas resilientes), Edith Grotberg (implementación de los factores resilientes) y Nan Henderson y Mike Milstein (aplicaciones de la resiliencia al entorno escolar).

La segunda escuela, denominada europea, aportó una definición de resiliencia centrada en considerarla como un proceso proyectado hacia el futuro, que surge ante situaciones de adversidad. También, la resiliencia es considerada como una fuerza común entre las personas, que se manifiesta y nutre solo ante la presencia de otras personas. En este sentido las personas tienen un papel activo en la formación de la resiliencia. Se identifica a Boris Cyrulnik como uno de sus máximos representantes. También se deben resaltar los aportes del sociólogo belga Stefan Vanistendael (Modelo de la casita de la resiliencia).

La tercera escuela es la latinoamericana, en la que se hace énfasis en la resiliencia comunitaria, por tanto, el objetivo fue desarrollar programas de promoción de la resiliencia. El representante más destacado fue Aldo Melillo (estableció los pilares como elementos base de la resiliencia comunitaria).

La cuarta y última escuela, hace referencia a una tercera generación de investigación en resiliencia ha surgido recientemente. Tiene como fundamento un estudio e investigación transnacional y multidisciplinaria.

Todas las escuelas han realizado aportes significativos al ámbito de estudio de la resiliencia, y como se puede observar, el término se expande cada vez más a todos y cada uno de los ámbitos de desarrollo de los seres humanos.

2.2. Definición de Resiliencia académica

Al hacer referencia específicamente al ámbito educativo, se puede afirmar que la resiliencia juega un papel importante dentro de la educación, puesto que si se fomenta puede ayudar a que se eleven diferentes competencias en los alumnos, como las personales, académicas y sociales, logrando que el alumno salga de condiciones desfavorables (Ruter, 1993). En este sentido, el concepto da un giro, más positivo, para una problemática antigua en el ámbito de la educación. Es un modelo, tal vez contrario o adicional al modelo de riesgo, que indica la presencia de una defensa que minimiza la adversidad y la modifica a un elemento de crecimiento (Rodríguez, 2009).

En el contexto de la educación, la palabra resiliencia se usa bajo el mismo contexto que en la física, un proceso positivo, una facultad de ir hacia adelante, se puede concebir entonces “como un resorte moral, y se constituye en una cualidad de una persona que no se desanima, que no se deja abatir, que se supera a pesar de la adversidad” (Noriega et al., 2015, p. 42).

Martin y Marsh (2009) definen la resiliencia académica como la capacidad de hacer frente a la adversidad académica crónica y/o aguda (es decir, adversidad importante), propusieron que la capacidad de lidiar con la adversidad académica

cotidiana debería posicionar mejor al estudiante cuando se presenta una adversidad más sustancial.

El término de resiliencia académica se aplica a estudiantes que a pesar de enfrentar condiciones adversas en la escuela y/o en su vida diaria, obtienen resultados académicos iguales o superiores que aquellos que no se encuentran en situación de vulnerabilidad (Gómez y Rivas, 2017).

En este sentido, Meneghel (2014) refiere que la mayoría de los estudios que se han realizado al respecto se inclinan hacia grupos de minorías étnicas, con dificultades de aprendizaje y bajo rendimiento extremo; sin embargo, la resiliencia académica es importante para toda la población estudiantil pues en determinado momento pueden estar expuestos en su vida académica a situaciones adversas, desafiantes o de presión.

2.2.1. Características de los estudiantes resilientes

Se han identificado determinadas características que están presentes en mayor medida en personas con resiliencia. Estas condiciones se conocen como pilares de la resiliencia. Rodríguez (2009), apoyada en los aportes de Suárez Ojeda, indica que los más importantes son los siguientes:

- Introspección: Arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.
- Independencia: Saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas, es la capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.

- Capacidad de relacionarse: Habilidad para establecer lazos e intimidad con otras personas para compensar la propia necesidad de afecto y la posibilidad de brindarse a otros.
- Iniciativa: Posibilidad de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes.
- Humor: Capacidad de encontrar la comedia en la propia tragedia, ver el lado cómico de la adversidad.
- Creatividad: Capacidad de crear orden y belleza a partir del caos y el desorden.
- Moralidad: Consecuencia de extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y la capacidad de comprometerse en valores. Darle al otro el lugar de un legítimo otro.

Apoyando esta perspectiva, se encuentran los aportes de Henderson (2003 como se citó en Velázquez, 2017) quien menciona que las personas resilientes tienen claro los aspectos “Yo tengo”, “Yo soy” y “Yo puedo”. El yo tengo se ve reflejado en la identificación que realiza la persona de sus redes de apoyo, conforme la persona va creciendo y obtienen cierto grado de autonomía y seguridad en sí mismos la voluntad y el deseo de aceptar ayuda aumentan. El yo soy, se identifica cuando la persona aumenta el respeto por ella misma y por los demás, desarrollando la empatía y la solidaridad, y agregando también el hecho de saberse responsables de sus propios actos. Y, por último, el yo puedo, se refleja en el manejo de sus sentimientos y emociones. Todas estas características generan que la persona se vuelva capaz de comprender la situación de los demás y su manera de percibir la realidad cambia.

Así también, Henderson (2003 como se citó en Velázquez, 2017) destaca que una persona resiliente no necesita tener todos estos aspectos, pero también se debe hacer evidente que la presencia de uno solo, no será suficiente para enfrentar la adversidad a la que el sujeto se tenga que enfrentar.

Las características de las personas resilientes son aplicables en todos los ámbitos de desarrollo del ser humano, sin embargo, al hacer referencia al ámbito académico, Rouse (2001, como se citó en Salvo- Garrido, Gálvez- Nieto y Martín- Parihuen, 2021) señala que el estudiantado resiliente cree más en su propia habilidad y en su capacidad de tener el control de su vida escolar, necesita menor apoyo externo en comparación con sus pares no resilientes. También se siente menos agotado o falto de energía, ya que la resiliencia académica actúa como factor protector frente al cansancio emocional.

Continuando con la caracterización de los estudiantes resilientes, Brokss y Goldstein (2004 como se citaron en Velázquez, 2017) identifican en ellos, lo que denominan una mentalidad resiliente, al respecto comentan que

los individuos resilientes son los que tienen una serie de presunciones o actitudes sobre ellos mismos que influyen en su conducta y en las habilidades que desarrollan. A estas presunciones las llaman una mentalidad resiliente compuesta por varias características, entre ellas: sentir que controlamos nuestras vidas y sólidas habilidades para solucionar problemas. (p. 88)

A pesar de que estas características no son las únicas que poseen los estudiantes resilientes, se puede afirmar que son las más destacadas y que de una u otra forma, los lleva a que sus implicaciones se ven reflejadas en el ámbito académico.

2.2.2. Implicaciones de la resiliencia en el ámbito académico

Debido a las características que presentan las personas resilientes, esta tiene diversas implicaciones para el ámbito académico. Un interesante corpus de investigación ha evidenciado que la resiliencia académica favorece el rendimiento académico, la calidad de vida, la salud mental y el bienestar socioemocional (Rodríguez-Fernández et al., 2018 como se citó en Salvo- Garrido, Gálvez- Nieto y Martín-Parihuen, 2021).

Reforzando la idea de que la resiliencia académica contribuye al buen rendimiento académico, Meneghel (2017) reporta que los estudiantes con mayor resiliencia académica son los que sostienen altos niveles de rendimiento y motivación de logro a pesar de la presencia de eventos y condiciones estresantes. Asimismo, y centrándonos en variables más subjetivas de bienestar, un nivel alto de resiliencia está positivamente relacionado con mayores niveles de satisfacción y de engagement académico en sus tres dimensiones (vigor, dedicación y absorción con los estudios).

La población estudiantil que tiende a desempeñarse mejor académicamente se caracteriza por poseer iniciativa para completar tareas difíciles, asumir retos y percibir al fracaso como una oportunidad de reforzar los esfuerzos invertidos; todos estos son elementos implicados en la resiliencia. Además, aparte de elevar el rendimiento académico, reduciría las probabilidades de abandonar los estudios universitarios. (Zumárraga-Espinosa y Ceballos-Pozo, 2021)

2.3 Resiliencia en universitarios y variables asociadas

Debido a las características inherentes a la población universitaria, como las condiciones de estrés a las que son sometidos, esfuerzo y exigencia propios de los estudios superiores, enfrentarse a situaciones nuevas que implican retos personales, académicos, económicos y laborales y que sin duda se relacionan con la habilidad de recuperarse a ellos y emplearlos como experiencias para fortalecerse en todos los ámbitos, la resiliencia ha sido una variable de interés para la investigación.

En esta línea, Caldera et al. (2016) realizaron una investigación para identificar la resiliencia en universitarios de educación superior en Jalisco, México, mediante la aplicación de la Escala de Resiliencia de Wanild y Young adaptada al español; encontrando que los universitarios cuentan con un nivel alto en esta característica, así también los niveles no fueron diferentes al considerar sexo, carrera y edad. Concluyendo que la mayoría de la población universitaria se caracteriza por una resiliencia alta.

González y Artuch (2014) llevaron a cabo un estudio en España, en el que estudiaron la resiliencia en el ámbito de la educación superior y la relacionaron con las estrategias de afrontamiento. Aplicaron la Escala CD-RISC en su versión traducida al castellano a 117 estudiantes universitarios de más reciente ingreso de Educación y Psicología. Obtuvieron una media de 3.67 (D.T.=0.43) considerando un puntaje total de 5. Se observaron puntuaciones mayores en aspectos como control y cambio sobre el factor espiritual. De forma general, resaltan que existe una relación significativa y positiva entre resiliencia y estrategias de afrontamiento. Así también se confirmó el efecto que tiene el sexo de pertenencia y el tipo de universidad en aspectos como

espiritualidad, tenacidad, acción dirigida a la causa, apoyo religioso, reevaluación positiva y firmeza y espiritualidad.

Peralta et al. (2006) realizaron un estudio que tuvo por objetivo verificar si existían factores de resiliencia que se asociaran con el rendimiento académico. Para esto, trabajaron con 345 universitarios, clasificados en bajo rendimiento y alto rendimiento. El instrumento que utilizaron fue el CRE- U (Cuestionario de resiliencia para estudiantes universitarios). Los resultados indican una diferencia estadística y significativa en los factores de acuerdo con el rendimiento académico, teniendo en cuenta que los alumnos con rendimiento académico bajo tienen menos factores resilientes por lo que se encuentran en mayor riesgo.

Álvarez y Cáceres (2010) llevaron a cabo un estudio con 180 estudiantes universitarios de Bucaramanga (Colombia) que tuvo por objetivo explorar las dimensiones de la resiliencia y su relación con otras características sociodemográficas y el desempeño académico. Entre los hallazgos reportados destaca la presencia de factores resilientes en el grupo como humor, conductas vitales positivas y habilidades para solucionar problemas; así como la correlación débil entre rendimiento académico y resiliencia.

En México, se tiene el aporte de González (2013) quien planteó una investigación que tuvo por objetivo determinar la asociación de la resiliencia y *engagement* con el rendimiento académico en estudiantes inscritos en la Licenciatura de Médico Cirujano (Facultad de Medicina), perteneciente a la UAEMex mediante el CRE-U de Peralta. En sus resultados reporta que la resiliencia y el rendimiento académico se asocian de forma baja y no significativa.

Por el contrario, Velasco et al. (2015) al medir la resiliencia en alumnos de la licenciatura en enfermería y asociarla con aspectos académicos, mediante la aplicación de la Escala de Resiliencia Mexicana (RESI-M), encontraron que 63% de la población estudiada puntuaron en el cuartil superior y existió una asociación significativa con el buen promedio, no haber repetido algún, tener una familia funcional y no haber presentado exámenes extraordinarios. Las dimensiones con puntajes más altos y que tuvieron una asociación con las mismas variables fueron apoyo social y apoyo familiar.

León-Hernández et al. (2019) realizaron una investigación para buscar si el estrés académico, la autoeficacia académica y el rendimiento académico se relacionaban con el nivel de resiliencia y comparar las variables clasificando a los grupos con alta y baja resiliencia en estudiantes universitarios. Observaron que a mayor nivel de estrés académico menor resiliencia; así también, que aumenta la resiliencia y rendimiento académico si la autoeficacia académica es más satisfactoria. Al referirse al grupo denominado no resiliente, se consideran con un menor nivel de autoeficacia, obtuvieron puntajes más elevados en estrés y su rendimiento académico fue más bajo que el otro grupo (resiliente).

Así se puede decir que no existe una línea definida en cuanto al estudio de la resiliencia en estudiantes universitarios, pero los datos existentes hablan de la importancia de su estudio en esta población, principalmente al hacer referencia sobre su utilidad para evitar comportamientos negativos en los estudiantes.

2.4. Resiliencia académica posconfinamiento

El confinamiento vivido en el 2019 puso en alerta a la humanidad, recordando la capacidad de acoplarse a aquello desconocido y cambiar el modo de realizar las actividades cotidianas, nos hace recordar que los seres humanos contamos con la capacidad de ser resistentes hasta un nivel imaginable. Los estudiantes sin darse cuenta llegaron a utilizar su capacidad durante la pandemia.

Al enfrentarse ante el fenómeno se crean estrategias para sobrellevar el enigma así organizándose y planeando las posibles soluciones para resolver la dificultad.

Las acciones estratégicas específicas estarán orientadas hacia las actividades a emprender, con sus correspondientes objetivos, modo de actuación para alcanzarlos e indicadores de medición de los avances logrados. Por último, se deberá evaluar el cumplimiento de los indicadores definidos. Además de los logros, obstáculos que se han ido venciendo, se hace una valoración de la aproximación lograda al estado deseado (Yncera et al., 2021).

Como se ha mencionado, crear planes de estrategias para facilitar el proceso de resiliencia son efectivos ya que los resultados que se han obtenido han sido favorables.

Los resultados muestran niveles altos de resiliencia en los estudiantes universitarios, no encontrándose diferencias significativas entre las variables carrera, sexo y edad de los estudiantes. Se concluye que la resiliencia alta es una característica muy generalizada en la mayoría de los estudiantes universitarios. (Caldera et al., 2016)

METODO

Método

Objetivo general

Identificar el nivel de resiliencia académica que presentan los alumnos de la Licenciatura en Psicología inscritos durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco durante el periodo de posconfinamiento por la COVID-19.

Objetivos específicos

Describir el nivel de resiliencia que presenta la comunidad universitaria de la Licenciatura en Psicología inscrita durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco (periodo de posconfinamiento por la COVID-19) de acuerdo con su sexo.

Señalar el nivel de resiliencia académica que presentan los alumnos de la Licenciatura en Psicología inscritos durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco (periodo de posconfinamiento por la COVID-19) de acuerdo con los factores de perseverancia, reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda y afectación negativa y respuesta emocional.

Identificar el nivel de resiliencia académica que presentan los alumnos de la Licenciatura en Psicología inscritos durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco (periodo de posconfinamiento por la COVID-19) en los factores de perseverancia, reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda y afectación negativa y respuesta emocional de acuerdo con su sexo.

Planteamiento del problema

Actualmente la comunidad estudiantil universitaria se encuentra expuesta a modificaciones significativas en diferentes ámbitos de su vida, modificaciones que en su mayoría son derivadas del posconfinamiento por la situación de pandemia que se vive y que derivan en diversos padecimientos o conductas negativas.

En este sentido, resulta interesante la búsqueda de variables que pudieran atenuar o incluso eliminar las consecuencias de las problemáticas experimentadas por los universitarios. Una de ellas es la resiliencia académica. La resiliencia académica se refiere a la habilidad que poseen aquellos alumnos que aun a pesar de desarrollarse en condiciones de vulnerabilidad, en el entorno educativo, personal o social, sus resultados académicos son iguales o superiores de los que no se enfrentan a este tipo de situaciones (Gómez y Rivas, 2017).

El estudiante resiliente va a poseer características positivas como la iniciativa, creatividad, independencia, introspección, entre otras que van a contribuir a que sus actividades académicas seas realizadas de forma satisfactoria, y por tanto el poseer esta característica pudiera favorecer el hecho de que no caiga en la procrastinación o bien tenga un buen desempeño académico.

Así también los beneficios no solo son para los alumnos, pues se extienden al personal docente e incluso a la institución académica. Villalobos y Castelán (s.f.) al respecto refieren que una escuela que cuenta con alumnos, directivos y maestros resilientes, son instituciones educativas exitosas, dónde los niveles académicos son

elevados. Además, agregan que el papel del docente es sumamente importante, pues en su diaria convivencia tiene la posibilidad de identificar alumnos en riesgo y apoyar en la construcción de resiliencia. En esta temporada de posconfinamiento, dónde los alumnos están expuestos a situaciones académicas que llegan a poner en riesgo su permanencia en la universidad, los docentes deben saber si sus alumnos tienen o no resiliencia, para apoyar a aquellos que no la tienen y de esta forma evitar la deserción académica.

A pesar de este planteamiento, muchas instituciones educativas no prestan atención a este tipo de variables y se centran solo en los factores de riesgo, que en muchas ocasiones son difíciles de minimizar. De ahí, surge la importancia de que las instituciones educativas tengan información fidedigna con respecto a la resiliencia académica.

Pregunta de investigación

¿Cuál es el nivel de resiliencia académica que presentan los alumnos de la Licenciatura en Psicología inscritos durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco durante el periodo de posconfinamiento por la COVID-19?

Tipo de estudio

El tipo de investigación fue descriptiva. Este tipo de investigación tiene como objetivo solo mostrar las características de un objeto de estudio con respecto a una variable, en este caso la resiliencia académica.

Variables

La variable que se consideró en la investigación fue Resiliencia académica. En la tabla 1 se presenta su operacionalización.

Tabla 1

Operacionalización de las variables.

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores
Resiliencia académica	“Respuestas cognitivo-afectivas y conductuales de los estudiantes de frente a una adversidad académica” (Cassidy, 2016).	Escala de Resiliencia Académica de Cassidy (2016) versión reducida de 26	Perseverancia Reflexión búsqueda adaptativa ayuda. Afectación	Ítems 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 13 y 24. y Ítems 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21 y 22 Ítems

ítems de negativa y 4, 9, 11, 15 y 23
Zumárraga respuesta
-Espinosa emocional.
y Cevallos-
Pozo
(2021).

Población y muestra

Para realizar la investigación se consideró como población al total de los alumnos inscritos durante el periodo 2022B en la Licenciatura en psicología de la Unidad Académica Profesional Tejupilco perteneciente a la Universidad Autónoma del Estado de México; siendo un total de 360 sujetos, de los cuales 293 son mujeres y 67 hombres. Distribuidos en 9 grupos, todos de horario matutino. Las edades de los sujetos fluctúan entre 17 y 24 años. La procedencia se limita a los municipios de Tlatlaya, Amatepec, Tejupilco, Sultepec y Temascaltepec, todos municipios del sur del Estado de México.

A partir de esa población se derivó la muestra, para la que se consideró un muestreo no probabilístico por conveniencia. El único criterio de inclusión fue que el estudiante proporcionara su consentimiento informado para participar de forma voluntaria en la investigación. La muestra quedó conformada por 183 estudiantes, de los que 32 fueron hombres y 151 mujeres.

Instrumento

Para realizar la recolección de datos en la investigación se aplicó de forma electrónica (digitalizado en la aplicación de Microsoft Forms) la Escala de Resiliencia Académica de Cassidy (2016) versión reducida de 26 ítems de Zumárraga-Espinosa y Cevallos-Pozo (2021).

La escala mide las respuestas cognitivo-afectivas y conductuales de los estudiantes frente a una adversidad académica (Cassidy, 2016). El instrumento de medida consta de 24 ítems y 3 sub-factores: Perseverancia, referido a las conductas relacionadas con el trabajo arduo y constante (11 ítems; 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 13 y 24), Reflexión y Búsqueda adaptativa de ayuda, que se basa en el reconocimiento de las propias fortalezas y debilidades con el fin de buscar ayuda y aliento (8 ítems; 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21 y 22) y Afectación negativa y Respuesta Emocional, que hace referencia tanto a temas de ansiedad y desesperanza, como a conductas adaptativas ligadas al optimismo (5 ítems; 4, 9, 11, 15 y 23).

Los ítems están redactados según el formato de escala Likert de 1 a 5, donde 1 es Nada probable y 5 es Totalmente probable. En el caso de los ítems formulados en sentido negativo (2, 4, 9, 11, 15 y 23) la escala se invierte. Previa a la lectura de los ítems, los participantes son expuestos a un caso donde se narra un ejemplo de adversidad académica significativa en el curso y a continuación, se pide a los estudiantes que se imaginen en la situación del estudiante caracterizado en el caso, para emitir su respuesta.

La confiabilidad general del ARS-30 reducida tiene un grado de consistencia interna satisfactorio ($\alpha = .90$). Con respecto a los factores la confiabilidad va de .73 a .88.

Diseño de la investigación

En cuanto al diseño de investigación se tomó como base un diseño no experimental transversal, ya que solo se midió el nivel de resiliencia académica tal cual se estaba manifestando en la población estudiada con la aplicación en un solo momento del instrumento elegido, no se alteró la realidad.

Captura de la información

Para la aplicación del instrumento, en primer momento se acudió a la Unidad Académica Profesional Teajupilco a solicitar la autorización a la Subdirectora Académica para la aplicación del instrumento, explicando que la aplicación solo era con fines académicos y que los resultados obtenidos serían confidenciales. Una vez lograda la autorización, se pidió a los profesores de la licenciatura en psicología, que compartieran el link del cuestionario digitalizado en Microsoft Forms mediante sus grupos de whatsapp.

En el cuestionario se explicaba el motivo de la aplicación, así como también se solicitaba su consentimiento informado. Las personas que no estaban de acuerdo con los términos de la aplicación tenían la opción de no contestar el cuestionario. Una vez que los alumnos terminaban de elegir sus respuestas, y las enviaban, se les daba un agradecimiento por su participación.

Procesamiento de la información

Para procesar los datos se eligió un método de análisis de datos cuantitativo. Se retomaron la distribución de frecuencias, porcentajes y media aritmética.

Para analizar los datos se empleó el SPSS (siglas del inglés *Statistical Package for Social Sciences*) versión 26. Una vez que se aplicó la escala en formato digital se procedió a descargar la base de datos que proporciona la aplicación de Microsoft Forms en formato Excel, se migraron los datos al SPSS.

El análisis estadístico contempló la obtención de los niveles de Resiliencia académica. Se sumaron las puntuaciones de los ítems, invirtiendo en primer momento los valores de los ítems que así lo requerían; se consideró que a mayor puntaje mayor presencia de la variable. Se emplearon los puntos de corte de 25 y 75, correspondiendo 0 a 25 nivel bajo, 26 a 75 nivel medio y de 76 a 100 nivel alto. Una vez determinado el nivel de resiliencia académica se obtuvo la distribución de frecuencias considerando, frecuencias y porcentajes para cada nivel de resiliencia académica. También se obtuvo la media (medida de tendencia central) así como la desviación estándar (medida de dispersión) de los factores que conforman la variable de estudio, esto tanto de forma general como por sexo. La información se presentó en tablas y figuras.

RESULTADOS

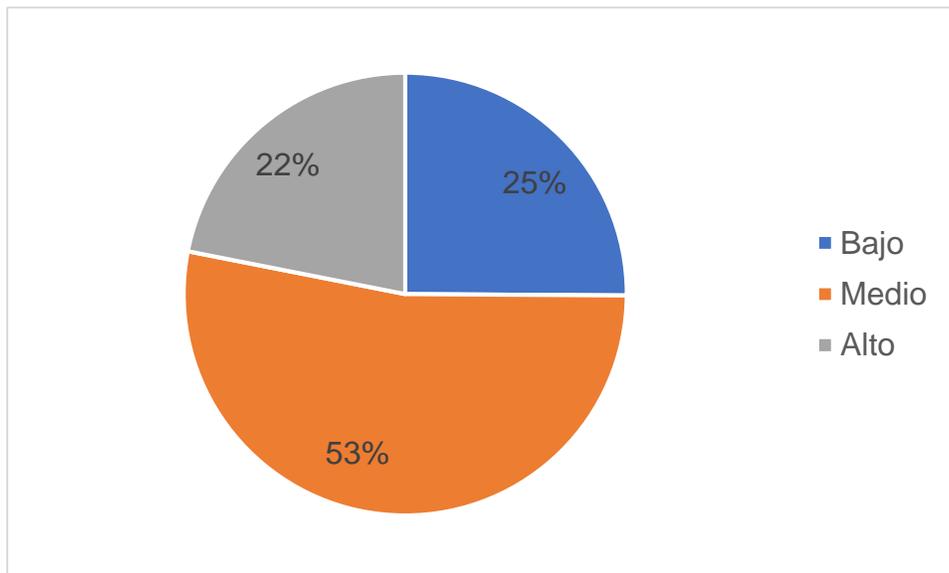
Resultados

En el presente apartado se muestran los resultados obtenidos a partir de la aplicación de la Escala de Resiliencia Académica de Cassidy (2016) versión reducida de 26 ítems de Zumárraga-Espinosa y Cevallos-Pozo (2021) a 183 estudiantes de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, de los que 32 fueron hombres y 151 mujeres. Las tablas se muestran a partir de los objetivos, tanto general como específicos.

Para iniciar, en la figura 1 se puede observar que el mayor porcentaje (53.0) de la muestra estudiada se encuentra en el nivel medio de Resiliencia Académica, mientras que el menor (22.0) se ubica en el nivel alto.

Figura 1

Nivel de Resiliencia Académica en alumnos de la Licenciatura en Psicología inscritos durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco durante el periodo de posconfinamiento por la COVID-19.



En la tabla 2 se muestran los estadísticos descriptivos para los factores de la Resiliencia Académica, observando que la mayor media se obtuvo en el factor de reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda (m= 4.0335) y la menor en el de Afectación negativa y respuesta emocional (m=3.4940).

Tabla 2

Estadísticos descriptivos para los factores de Resiliencia Académica en alumnos de la Licenciatura en Psicología inscritos durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco durante el periodo de posconfinamiento por la COVID-19.

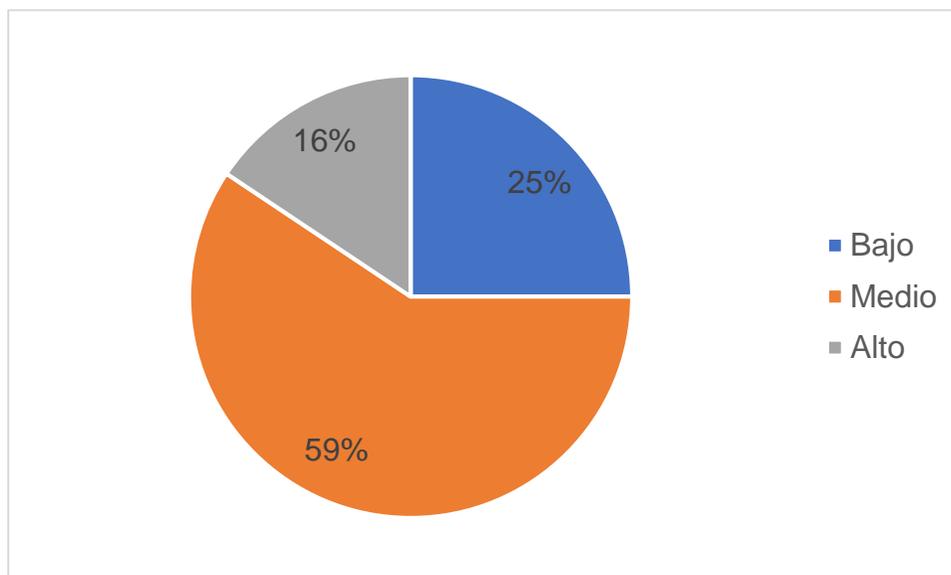
Factor	Media	Desviación estándar
Perseverancia	3.9950	.51229
Reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda	4.0335	.63871
Afectación negativa y respuesta emocional	<u>3.4940</u>	.81734

Nota. Se resalta en negrita la mayor media y con subrayado la menor media.

Continuando con el análisis de datos y para cumplir con los objetivos específicos de la investigación, a continuación, se muestran los resultados por sexo. En la figura 2 se observa que el mayor porcentaje de hombres (59%) se encuentra en un nivel medio, mientras que el menor porcentaje (16%) presenta un nivel alto.

Figura 2.

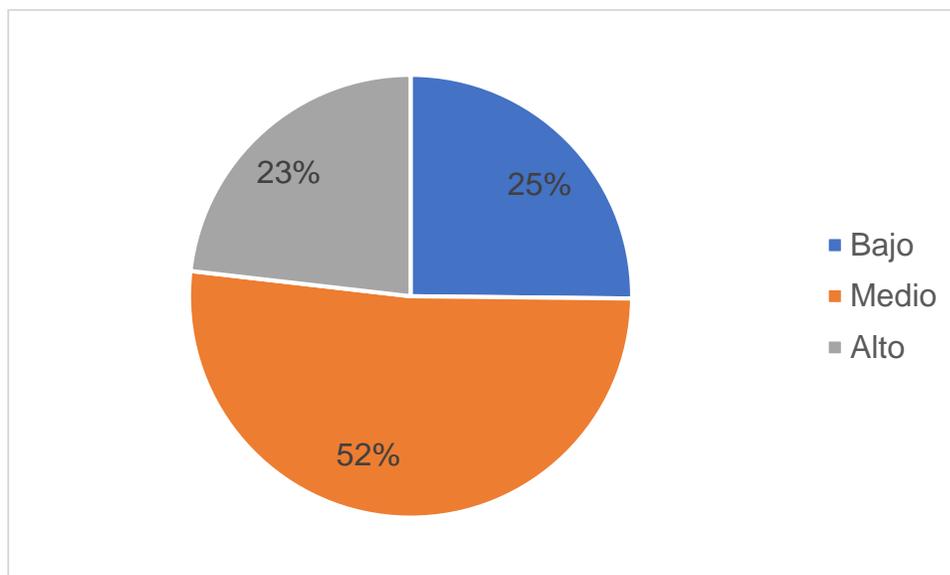
Nivel de Resiliencia Académica en alumnos de la Licenciatura en Psicología inscritos durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco durante el periodo de posconfinamiento por la COVID-19.



En la figura 3 se observa que el mayor porcentaje de mujeres (52%) se encuentra en un nivel medio, mientras que el menor porcentaje (23%) presenta un nivel alto.

Figura 3.

Nivel de Resiliencia Académica en las alumnas de la Licenciatura en Psicología inscritas durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco durante el periodo de posconfinamiento por la COVID-19.



En la tabla 3 se puede observar los estadísticos descriptivos con respecto a los factores que componen la Resiliencia académica, pudiendo observar que para el caso de los hombres la mayor media se encuentra en el factor de perseverancia y para las mujeres en el de reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda. La menor media, tanto para hombres como para mujeres, se encontró en el factor de afectación negativa y respuesta emocional.

Tabla 3

Estadísticos descriptivos para los factores de Resiliencia Académica en alumnos de la Licenciatura en Psicología inscritos durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco durante el periodo de posconfinamiento por la COVID-19 de acuerdo con el sexo.

Factores de la Resiliencia Académica	Estadísticos descriptivos de acuerdo con el sexo		
	Sexo	Media	Desviación estándar
Perseverancia	Hombres	4.0028	0.51139
	Mujeres	3.9934	0.51416
Reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda	Hombres	3.9297	0.67122
	Mujeres	4.0555	0.63174
Afectación negativa y respuesta emocional	Hombres	<u>3.5188</u>	0.93789
	Mujeres	<u>3.4887</u>	0.79285

Nota. Se resalta en negrita la mayor media en los hombres y en mujeres y con estilo subrayado la menor media tanto en hombres como en mujeres.

**DISCUSIÓN
CONCLUSIONES
Y
SUGERENCIAS**

Discusión

La formación universitaria representa para el estudiante un cúmulo de situaciones que pueden ser consideradas como factores de riesgo, tales como el exceso de tareas, exigencias docentes en cuanto al rendimiento del alumnado, poco tiempo para cubrir necesidades básicas como el alimento y el sueño, así como el enfrentarse a contextos completamente nuevos para ellos (tal es el caso de los estudiantes foráneos). Debido a esto ha sido una situación que se ha estudiado por diferentes investigadores, considerando las consecuencias que esto podría desencadenar en el universitario como la ansiedad, el estrés, trastornos depresivos, problemas del sueño y la procrastinación académica; lo que lleva a dar por entendido que esta población en especial se ve expuesta a factores de riesgo solo por el hecho de estar cursando la educación superior.

La situación se agrava cuando se hace referencia a la experiencia vivida por los estudiantes en épocas de posconfinamiento por la pandemia por COVID- 19. Al respecto Delgado (2021) menciona que, a medida que se van retomando las clases presenciales los estudiantes universitarios, y principalmente los de nuevo ingreso, están experimentando las consecuencias generadas por la pandemia. La misma autora cita la Encuesta Anual de Participación Estudiantil para Estudiantes de Nuevo Ingreso y refiere que la comunidad universitaria, después del confinamiento, sufre de agotamiento físico y mental, padece depresión, se sienten solos, no tienen capacidad de concentración y están desesperados; corroborando el enfoque de riesgo mencionado en el párrafo anterior.

Sin embargo, éste enfoque de riesgo, en tiempos de posconfinamiento, resulta ser obsoleto, puesto que el riesgo existe y lamentablemente no se puede realizar nada para eliminarlo. Entonces lo que se debe buscar, es intensificar aquellas cuestiones positivas que poseen las personas expuestas a esta situación de vulnerabilidad, lo que nos lleva al enfoque de la resiliencia académica.

En este punto es importante mencionar que no se encontraron estudios que hicieran referencia a la resiliencia académica específicamente, sino que quienes han investigado al respecto miden la resiliencia de forma general, lo que nos lleva a decir que, hasta el momento, los investigadores consideran que la persona que tiene resiliencia podrá generalizarla a todos los ámbitos de su vida, de ahí que los instrumentos que se han aplicado consideran la variable de forma general y no específicamente resiliencia académica.

Debido a lo anterior y con el afán de contribuir a enriquecer el ámbito de estudio de la resiliencia académica nace esta investigación, cuyo objetivo principal fue identificar el nivel de resiliencia académica que presentan los alumnos de la Licenciatura en Psicología inscritos durante el semestre 2022B en la Unidad Académica Profesional Tejupilco durante el periodo de posconfinamiento por la COVID-19, a través de la aplicación electrónica de la Escala de Resiliencia Académica de Cassidy (2016) versión reducida de 26 ítems de Zumárraga-Espinosa y Cevallos-Pozo (2021) a 183 estudiantes de la Unidad Académica Profesional Tejupilco.

Una vez que se analizaron los datos proporcionados por la muestra, se obtuvo que, en cuanto a la resiliencia académica, la muestra estudiada se caracteriza por tener un nivel medio (53%) de Resiliencia Académica, es decir, son estudiantes con una

buena capacidad para enfrentarse de forma exitosa a los retos educativos y no se dejan vencer debido a vivencias académicas desfavorables. “Estos estudiantes se animan más fácilmente tras los reveses y en general consideran los eventos negativos como superables” (Meneghel, 2014, párr. 2).

Al contextualizar la situación en el ámbito en el que se llevó a cabo la investigación y considerando que la pandemia por COVID- 19 dejó varios retos que vencer, en cuanto a la educación, retos relacionados con la calidad y secuencia de la formación brindada, entonces los estudiantes de la licenciatura en psicología tienen la habilidad para ver de forma positiva esos retos educativos buscando ayuda u orientación, viendo la situación como una oportunidad de crecimiento y considerando que es una oportunidad para mejorar sus habilidades.

Se puede decir que los resultados encontrados coinciden con los reportados por Ocampo-Eyzaguirre y Correa-Reynaga (2023) en su investigación titulada Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos- pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia. En ella se encontró que la mayoría de los estudiantes universitarios (57%) presentan un nivel medio en cuanto a la capacidad de superación ante situaciones adversas. El autor y la autora concluyen que la comunidad universitaria entrevistada por medio del cuestionario “practican la resiliencia como una forma de aceptarse y sobreponerse a las situaciones de la crisis sanitaria en la etapa de pos- pandemia del Covid-19” (p. 28).

Es interesante mencionar que antes de la pandemia por Covid- 19 existían ya varias investigaciones con respecto a la resiliencia en los estudiantes universitarios. Tal es el caso de la investigación realizada por Estrada y Cardoso (2023) quienes en el año

2018 aplicaron la Escala de Resiliencia Mexicana en estudiantes universitarios de nuevo ingreso y los resultados que obtuvieron caracterizaban a la población “como sujetos capaces de relacionarse de forma adecuada con su ambiente y con la habilidad de satisfacer sus necesidades, sin embargo, presentan un déficit con respecto al apoyo que le podría brindar la familia” (p. 140).

La capacidad de resiliencia que presenta la comunidad universitaria estudiada, se compone en mayor medida por el factor de reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda ($m = 4.0335$), lo que indica que la muestra tiene un buen nivel en cuanto al reconocimiento de sus fortalezas y debilidades, y en función de ello busca ayuda y aliento. Es un “reconozco lo que tengo y lo utilizo para afrontar la adversidad, pero si me doy cuenta de que necesito algo para poder lograrlo, puedo buscar, sin problema, quien me ayude a lograrlo”.

En este aspecto, es importante resaltar que la ayuda que busca un estudiante con resiliencia académica es constructiva; es decir acude a esas fuentes de apoyo que él considera como positivas y que tiene la certeza que podrán brindarle los recursos necesarios para sobreponerse a la situación vivida. Aquí se pueden identificar dos elementos clave en el desarrollo de este elemento de la resiliencia académica: la familia y los docentes.

Con respecto al papel de la familia en el desarrollo de la resiliencia académica, se puede identificar una investigación realizada por Li (2017) con aspirantes de ingreso al nivel universitario, en la cual encontró que la supervisión de los padres y la participación y el reconocimiento en la escuela están asociados de forma significativa y negativa con el bajo compromiso escolar y una actitud de conflicto individual, que son

factores protectores que promueven la resiliencia académica. Este ejemplo, también es significativo debido a que el estudio fue realizado en dos provincias de China, donde los ambientes académicos universitarios son sumamente competitivos y las exigencias son muchas y a pesar de eso los estudiantes tienen un buen desempeño académico.

Entonces, el hecho de que el universitario perciba que sus padres están presentes y atentos a sus actividades académicas, en ocasiones a pesar de la distancia, y que les den un valor positivo a las actividades académicas podrá ser garantía de que cuando el universitario necesite apoyo no dude en acudir con sus padres.

Sin embargo, también es significativo mencionar que esa actitud de apoyo parental no se tiene que desarrollar solo hasta que el alumno se encuentre en nivel superior, sino que más bien es un proceso que debe iniciar desde la incorporación de la persona al ámbito educativo. Existe evidencia significativa, que para que la resiliencia académica se desarrolle, esta debe iniciar desde los primeros ciclos educativos de la persona. Una investigación que aporta al respecto es la realizada por Salvo- Garrido et al. realizada en el año 2021. En esta investigación el objetivo fue comprender las relaciones familiares que favorecen la resiliencia académica en estudiantes de enseñanza básica, provenientes de contextos vulnerables;

los resultados indican que las relaciones familiares basadas en la comunicación, confianza, normas académicas estrictas combinadas con apoyo emocional parental favorecen la resiliencia académica. De la misma forma, altas expectativas académicas y compromiso escolar, caracterizado por un

componente de afectividad de los padres y madres hacia el colegio, contribuyen a promover la resiliencia académica. (Salvo- Garrido et al., 2021, p. 1)

Esta investigación muestra que, si la familia tiene altas expectativas académicas, como el que el estudiante llegue a integrarse en una universidad reconocida o mejore sus condiciones económicas a través del estudio, existe mayor posibilidad de que el estudiante desarrolle resiliencia académica y por tanto sea capaz de superar las adversidades en el plano educativo.

De estas dos posturas mencionadas se puede concluir que la familia tiene un papel sumamente importante en el desarrollo de la resiliencia académica, principalmente en el aspecto de proporcionar ayuda y apoyo, que no solo es económico sino también emocional.

En tiempo de posconfinamiento donde muchos de los alumnos se encuentran, aun, en proceso de duelo por pérdidas emocionales e incluso económicas, resulta fundamental que los universitarios consideren a su familia como primera fuente de apoyo y principalmente a los padres; ya que ellos son los que conocen la realidad personal del alumno, y por tanto, pueden proporcionar el apoyo necesario para que las situaciones de riesgo presentadas en el contexto académico posconfinamiento, aunadas a lo personal, no terminen siendo un factor que contribuya a la deserción escolar.

Continuando con el análisis de los resultados encontrados en el factor de reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda, la segunda fuente de apoyo para los estudiantes universitarios podrían ser los docentes; considerando que los docentes con

su actitud también pueden aportar al desarrollo de la resiliencia académica, principalmente si ellos mismos son los portadores de esta.

Benítez y Martínez (2017) en su investigación titulada “La resiliencia en profesores de educación superior para descubrir factores que fortalecen su enseñanza” mencionan que los profesores universitarios, al descubrir su habilidad como tutor resiliente, son capaces de generar en el aula ambientes que susciten el desarrollo de resiliencia en el alumnado “para enseñarlos a enfrentar problemas cotidianos, a pensar de forma crítica y a establecer una comunicación asertiva con sus pares y otros profesores” (p. 1).

La resiliencia, es un proceso que necesariamente se desarrolla a través de la interacción con el otro. El sentido de vida del individuo emerge cuando es reconocido, aceptado, independientemente de su forma de ser. En el aula el profesor se relaciona con diferentes formas de ser y pensar por lo mismo se destaca la importancia de establecer escenarios que promuevan resiliencia a través de considerar al estudiante en todo momento como una persona que necesita la compañía de alguien que le enseñe a enfrentar y vencer problemas; alguien que le muestre como tener esperanza y fe en sí mismo, alguien que destaque sus fortalezas y comprenda sus debilidades. (Benítez y Martínez, 2017, p. 13)

Considerando que el docente vivió la situación de confinamiento y está viviendo el posconfinamiento a la par del alumno, su papel cobra aún más relevancia, pues conoce el contexto de dificultades a las que ambos se enfrentaron en el plano educativo; y también tiene la obligación de reconocer la importancia de su papel como

guía en las dificultades académicas que el estudiante enfrenta en el periodo de posconfinamiento. Si los docentes presentan una actitud empática, ante ellos, habrá mayores posibilidades de que los estudiantes los consideren como fuente de apoyo y ayuda, y por tanto como agente educativo, pueda apoyar al estudiantado en el desarrollo de resiliencia académica.

Por otro lado, lo que caracteriza en menor medida a la resiliencia académica de la muestra estudiada es el factor de afectación negativa y respuesta emocional ($m=3.4940$) que hace referencia tanto a temas de ansiedad y desesperanza, como a conductas adaptativas ligadas al optimismo. En este factor se hace alusión a la capacidad que puede tener el estudiante para evitar emociones y pensamientos negativos ante una situación problemática.

Las situaciones complicadas que llegan a pasar en este periodo de posconfinamiento pueden generar que el estudiante, en cierta medida se sienta triste, se decepcione y llegue a pensar que no tiene las capacidades necesarias para lograr el éxito; sin embargo, las demás características los mitigan y el estudiante es capaz de sobreponerse a la situación. Ser un estudiante resiliente no quiere decir que se sea inmune a experimentar pensamientos negativos con respecto a las dificultades académicas, sino más bien hace referencia a que se experimentan, pero se sabe qué hacer con ellos para transformarlos y lograr que esos pensamientos contribuyan a superar la adversidad.

En la investigación se planteó el objetivo de analizar la resiliencia académica y los factores que la componen de acuerdo al sexo. El objetivo es netamente descriptivo, por lo que no se pretende comprar lo obtenido.

En este sentido, en la investigación se reporta que la mayor frecuencia tanto de mujeres (78) como de hombres (19) se encuentran en un nivel medio de resiliencia académica, y la menor frecuencia tanto de hombres (5) como de mujeres (35) presentan un nivel alto de resiliencia académica. Resultados similares a lo encontrado de forma general, tanto hombres como mujeres contribuyeron en igual medida para definir a los estudiantes universitarios como individuos que poseen resiliencia académica, pero que aun tienen la posibilidad de elevar esa capacidad de enfrentarse de forma positiva a las situaciones complicadas generadas en el ámbito educativo durante el periodo de posconfinamiento.

Sin pretender realizar un análisis con enfoque de género, ya que no se cuenta con los resultados estadísticos comparativos que lo pudieran respaldar, se puede decir, que estos resultados alcanzan a evidenciar que hombres y mujeres podrían tener la misma posibilidad de desarrollar a resiliencia académica durante el posconfinamiento, posiblemente, porque en el ámbito educativo estudiado, las actividades se asignan sin diferenciación de sexo y la mayoría de los estudiantes que participaron en el estudio fueron solteros, pudiendo esto último contribuir a que los roles de género que generan el desarrollo diferenciado de la resiliencia académica, no se evidencien en ésta investigación.

Con respecto a los factores que componen la Resiliencia académica, se pudo observar que, para el caso de los hombres, la mayor media (4.0028) se encuentra en el factor de perseverancia y para las mujeres en el de reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda ($m=4.0555$). Los resultados de la muestra de hombres nos indican que su resiliencia académica se encuentra compuesta en mayor medida por el compromiso y

coordinación en aspectos como la formulación efectiva de objetivos, manejo de estrategias de estudio y persistencia ante las dificultades y en el caso de las mujeres por el reconocimiento de sus propias capacidades y en función de ellas, la búsqueda de ayuda cuando la situación académica de riesgo sobrepasa esas capacidades.

Los resultados coinciden con lo mostrado por González Arratia et al. (2008) quienes observaron que “los hombres muestran mayor resiliencia, con rasgos a ser más independientes, mientras que las mujeres logran ser resilientes siempre y cuando exista un mayor apoyo externo significativo de amigos, maestros y familia” (p. 50).

Sin duda alguna, la investigación realizada presenta un panorama alentador con respecto a la resiliencia académica durante el periodo de posconfinamiento, pues a pesar de ser una situación complicada para los universitarios, cuentan con esta habilidad que les permitirá sobreponerse al escenario y concluir su educación superior de forma exitosa.

Finalmente, y retomando a Salvo- Garrido et al. (2021), se debe recordar que la superación de la adversidad tiene un significado dicotómico, es negativa pero también es positiva pues supone entender que una situación familiar o personal que se pudiera considerar como un obstáculo para el desempeño escolar “puede transformarse en la oportunidad de adquirir herramientas para ser más tolerantes al sufrimiento y enfrentar con actitud positiva los problemas educativos que, en términos comparativos, son menos graves que los acontecidos en sus trayectorias de vida” (p. 9).

Conclusiones

Una vez analizados los resultados y discutidas las implicaciones que tienen a la luz de las teorías e investigaciones revisadas en fuentes de consulta, se llega a las siguientes conclusiones:

- El proceso metodológico aplicado, contribuyó al logro de los objetivos de investigación, generando información significativa en torno al nivel de resiliencia académica en estudiantes universitarios.
- La mayoría de los alumnos de la licenciatura en psicología de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, poseen la capacidad de enfrentarse de forma positiva a las adversidades académicas inherentes a su formación profesional y las derivadas por el posconfinamiento, pero aún tienen la posibilidad de elevar esa capacidad.
- Es importante el apoyo de la familia y actores educativos para el desarrollo de la resiliencia académica, sobre todo en este periodo de posconfinamiento, que ha llevado al estudiante universitario a sentirse doblemente vulnerado en lo que respecta al escenario académico.
- Los estudiantes universitarios que presentan resiliencia académica no son seres excepcionales, sino que son estudiantes que han sabido sobrellevar la situación académica de riesgo derivada del posconfinamiento, utilizando sus recursos, pero también sabiendo esquivar pensamientos y sentimientos negativos derivados.

- La resiliencia académica de los hombres participantes se caracteriza por estar basada en la lucha constante para lograr sus objetivos, considerando la situación de riesgo como una oportunidad de crecimiento; y en el caso de las mujeres en la habilidad que han desarrollado para utilizar sus recursos de forma eficiente y en caso de no contar con lo necesario buscarlo hasta lograr lo que desea.
- La resiliencia académica es una habilidad que todo estudiante universitario debe desarrollar, ya que su presencia le ayudará a sobreponerse a las situaciones de riesgo inherentes a su proceso de formación académica, pero también a aquellos que se pudieran presentar en el transcurso de su licenciatura, tal es el caso de los derivados por el posconfinamiento por la Covid-19.
- El posconfinamiento es una oportunidad para que los alumnos universitarios reconozcan y eleven su capacidad de resiliencia.

Sugerencias

Finalmente, una vez concluido el trabajo de investigación y en función de las situaciones identificadas durante éste, se sugiere:

- Realizar investigaciones en torno a la resiliencia académica considerando algunos otros instrumentos, que midan mayor cantidad de factores relacionados a su incidencia; ya que el empleado, solo se limita a considerar tres.
- Continuar realizando investigaciones desde el enfoque de la resiliencia, ya que los aportes son mayores de los que se dan desde el enfoque de riesgo o patología.
- Debido a que la resiliencia académica no es una característica que la gente tiene o no tiene, se sugiere realizar una intervención para desarrollar la resiliencia académica en los diferentes actores educativos (alumnos, docentes, administrativos y personal operativo).

Referencias

- Álvarez, H., Arias, E., Bergamaschi, A., López, A., Noli, A., Ortiz, M., Pérez, M., Rieble-Aubourg, S., Rivera, M. C., Scannone, R., Vásquez, M. & Viteri, A. (2020). La educación en tiempos del coronavirus: Los sistemas educativos en América Latina y el Caribe ante COVID 19. *Banco Interamericano de Desarrollo*.
<https://dx.doi.org/10.18235/0002337>
- Álvarez, L. Y. & Cáceres, L. (2010). Resiliencia, rendimiento académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de Bucaramanga (Colombia). *Psicología Iberoamericana*, 18(2), 37-46.
https://www.redalyc.org/pdf/1339/Resumenes/Resumen_133915921005_1.pdf
- Aretio, L. G. (2021). COVID-19 y educación a distancia digital: preconfinamiento, confinamiento y posconfinamiento. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 24(1), 9-32.
<https://www.redalyc.org/journal/3314/331464460001/331464460001.pdf>
- Ballena, C. L., Cabrejos, L., Dávila, Y., Gonzales, C. G., Mejía, G. E., Ramos, V. & Barboza, J. J. (2021). Impacto del confinamiento por COVID-19 en la calidad de vida y salud mental. *Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, 14(1), 87-89.
<https://dx.doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2021.141.904>
- Barranco, C. (2009). Trabajo Social, Calidad de vida y Estrategias resilientes. *Portularia*, 9(2), 133-145.
<https://www.redalyc.org/service/redalyc/downloadPdf/1610/161013165009/1>

- Bavel, J. J. V., Baicker, K., Boggio, P. S., Capraro, V., Cichocka, A., Cikara, M., Crockett, M. J., Crum, A. J., Douglas, K. M., Druckman, J. N., & Drury, J. (2020). Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response [Uso de las ciencias sociales y del comportamiento para respaldar la respuesta a la pandemia de COVID-19]. *Nature Human Behaviour*, 4(5), 460–471. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z>
- Benítez, L. & Martínez, R. del C. (2017). La resiliencia en profesores de educación superior para descubrir factores que fortalecen su enseñanza. Congreso Nacional de Investigación educativa- COMIE. San Luís Potosí. 1- 14. <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/2553.pdf>
- Caldera, J., Aceves, B. & Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios: Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19(36), 227-239. <http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>.
- Caldera Montes, Juan Francisco, Aceves Lupercio, Brenda Isabel, & Reynoso González, Óscar Ulises. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19 (36), 227-239. <https://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure [La escala de Resiliencia Académica (ARS-30): Una nueva medida constructiva multidimensional]. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>

Catasi, A. M. & Mamani, E. (2022). *Resiliencia y procrastinación ante las clases virtuales en estudiantes de la carrera de fisioterapia y rehabilitación de un instituto superior privado 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/14091/PScahuam_maluem.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Delgado, P. (2021). Los estudiantes universitarios están exhaustos emocionalmente y necesitan ayuda. <https://observatorio.tec.mx/edu-news/estudiantes-universitarios-salud-mental-encuesta/>

Estrada, L. & Cardoso, D. (2023). Resiliencia en Estudiantes Universitarios de Nuevo Ingreso de la Licenciatura en Psicología (2019). En M. T. Rivera, B. M. Lazalde, A. G. Molina & M. L. Sánchez (Comp.), *Psicología Educativa* (pp. 139- 155). Comité Editorial CNEIP. https://editorialcneip.org/libroscneip/index.php/editorial_cneip/catalog/view/1/1/3

García Aretio, L. (2021). COVID-19 y educación a distancia digital: preconfinamiento, confinamiento y posconfinamiento. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 24(1), pp. 09-32. doi: <http://dx.doi.org/10.5944/ried.24.1.28080>

Gil, G. E. (2017). La resiliencia: conceptos y modelos aplicables al entorno escolar. *El Guiniguada*, (19), 27- 42. <https://ojsppdc.ulpgc.es/ojs/index.php/EIGuiniguada/article/view/421/360>

Gobierno de México (30 de marzo de 2020). Acuerdo por el que se declara como emergencia sanitaria por causa de fuerza mayor, a la epidemia de enfermedad

generada por el virus SARS-CoV2 (COVID-19).

<https://www.gob.mx/cjef/documentos/se-declara-como-emergencia-sanitaria-la-epidemia-generada-por-covid-19?idiom=es>

Godoy, J. & Adasme, R. (2020). Introducción al análisis cuantitativo de datos.

https://www.researchgate.net/publication/343188494_Introduccion_al_analisis_cuantitativo_de_datos

González Arratia López Fuentes, N. I., Valdez Medina, J. L., & Zavala Borja, Y. C.

(2008). Resiliencia en adolescentes mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13(1), 41-52. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29213104.pdf>

González, M. A. (2013). *La resiliencia y el engagement y su asociación con el*

rendimiento académico en los estudiantes de la licenciatura de médico cirujano de la Facultad de medicina de la Universidad Autónoma del Estado de México,

2011. [Tesis de especialidad, Universidad Autónoma del Estado de México].

Repositorio institucional Universidad Autónoma del Estado de México.

<http://hdl.handle.net/20.500.11799/13947>

González, M. C. & Artuch, R. (2014). Perfiles de Resiliencia y Estrategias de

Afrontamiento en la Universidad: Variables Contextuales y Demográficas. *Garde Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 12(3), 621-648.

<http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.34.14032>

Gómez, G. & Rivas, M. (2017). Resiliencia académica, nuevas perspectivas de

interpretación del aprendizaje en contextos de vulnerabilidad social. *Calidad en*

la educación, (47), 215-233. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-45652017000200215>

Hsiang, S., Allen, D., Annan-Phan, S., Bell, K., Bolliger, I., Chong, T., Druckenmiller, H., Huang, L. Y., Hultgren, A., Krasovich, E., Lau, P., Lee, J., Rolf, E., Tseng, J. & Wu. T. (2020). The effect of large-scale anti-contagion policies on the COVID-19 pandemic [El efecto de las políticas anticontagio a gran escala en la pandemia de COVID-19]. *Nature*, 584(7820), 262-267. <https://www.nature.com/articles/s41586-020-2404-8>

Hernández Rodríguez, José. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594. Epub 01 de julio de 2020. Recuperado en 23 de junio de 2023, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es&tlng=es

Hernández- Sampieri, R. & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill.

Instituto del Seguro Social. (2020). Reactivación de la economía mexicana de forma responsable y segura. <https://www.gob.mx/covid19medidaseconomicas/acciones-y-programas/nueva-normalidad-244196>

Instituto Nacional de Transparencia Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (2021). Línea del Tiempo COVID-19 en México. https://micrositios.inai.org.mx/conferenciascovid-19tp/?page_id=8432

- Kim, M. C., Cui, C., Shin, K.-R., Bae, J.-Y., Kweon, O.-J., Lee, M.-K., Choi, S.-H., Jung, S.-Y., Park, E.-C., & Kim, Y.-K. (2020). Duration of culturable SARS-CoV-2 in hospitalized patients with Covid-19 [Duración del SARS-CoV-2 cultivable en pacientes hospitalizados con Covid-19]. *The New England Journal of Medicine*, 384(7), 671–673. <https://doi.org/10.1056/NEJMc2033369>
- León-Hernández, A., González-Escobar, S., González-Arratia, N. I. & Barcelata-Eguiarte, B. E. (2019). Estrés, autoeficacia, rendimiento académico y resiliencia en adultos emergentes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 17(1), 129-148. <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/105081/Art%20Estres%20Rev%20Electronica%20de%20Educacion.pdf;jsessionid=5C02AB4BA9463FA2280932360C484845?sequence=1>
- Li, H. (2017). The ‘secrets’ of Chinese students’ academic success: Academic resilience among students from highly competitive academic environments [Los ‘secretos’ del éxito académico de los estudiantes chinos: resiliencia académica entre estudiantes de entornos académicos altamente competitivos]. *Educational Psychology*, 37(8), 1001-1014. <https://doi.org/10.1080/01443410.2017.1322179>
- Lino, C., Ureta, L. & Taipe, K. L. (2022). Resiliencia y procrastinación en estudiantes de contabilidad de un instituto de la ciudad de Huancayo- 2021. [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11090/1/IV_FHU_501_TE_Lino_Ureta_Taipe_2022.pdf

- Martin, A.J. & Marsh, H. W. (2009). Academic resilience and academic buoyancy: Multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes, correlates, and cognate constructs [Resiliencia académica y optimismo académico: marco conceptual multidimensional y jerárquico de causas, correlatos y construcciones afines]. *Oxford Review of Education*, 35(3), 353-370. <https://doi.org/10.1080/03054980902934639>
- Meneghel, I. (2014). El rol de la resiliencia en el ámbito académico. <https://www.want.uji.es/el-rol-de-la-resiliencia-en-el-ambito-academico/#:~:text=Nos%20referimos%20a%20la%20resiliencia,positivos%20en%20situaciones%20de%20estr%C3%A9s>.
- Morales Bonilla, Yadira, & Bustamante Peralta, Karen Edith. (2021). Retos de la enseñanza en la pandemia por COVID 19 en México. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores, 8(spe4), 00021. Epub 20 de septiembre de 2021. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2772>
- Morán, C., & Menezes dos Anjos, E. (2016). La motivación de logro como impulso creador de bienestar: su relación con los cinco grandes factores de la personalidad. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 31-40. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851777004.pdf>
- Noriega, G., Angulo, B. & Angulo, G. (2015). La resiliencia en la educación, la escuela y la vida. *Perspectivas docentes*, (58), 42-48. <http://revistas.ujat.mx/index.php/perspectivas/article/view/1199>

Ocampo-Eyzaguirre, D. & Correa-Reynaga, A. M. (2023). Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos- pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia. *Revista Sociedad & Tecnología*, 6(1), 17-32. <https://doi.org/10.51247/st.v6i1.322>.

Organización Mundial de la Salud (2022). Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19): orientaciones para el público. https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public?gclid=CjwKCAjwhdWkBhBZEiwA1ibLmG8qdKleikDLItFPqgZvuqNIVy3IFCdQQ-3n0OkOyBui7KtJ8hosxRoCK7kQAvD_BwE

Palomar, J. & Gómez, N. E. (2010). Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). *Interdisciplinaria*, 27(1), 7-22. <https://www.redalyc.org/html/180/18014748002/>

Peralta S., Ramírez, F. & Castaño H. (2006) Factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre (Colombia). *Psicología desde el Caribe*, (17), 196-219. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21301709>

Rieble, S., Viteri, A., Vásquez, M. & Arias, E. (2020). COVID-19 y la gran apuesta del aprendizaje desde casa: ¿funcionará para todos? <https://blogs.iadb.org/educacion/es/aprendizajedesdecasa/>

Rodríguez, A. M. (2009). Resiliencia. *Revista Psicopedagogía*, 26(80), 291-302. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v26n80/v26n80a14.pdf>

- Rodríguez, A. & Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v26n1/0121-5469-rcps-26-01-00045.pdf>
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations [Resiliencia: algunas consideraciones conceptuales]. *Journal of Adolescent Health*, 14(8), 626-631. [https://doi.org/10.1016/1054-139X\(93\)90196-V](https://doi.org/10.1016/1054-139X(93)90196-V)
- Salvo- Garrido, S. I., Gálvez- Nieto, J. L. & San Martín-Parihuen, S. (2021). Resiliencia académica: Comprendiendo las relaciones familiares que la promueven. *Revista Electrónica Educare*, 25(2), 365-382. <https://www.redalyc.org/journal/1941/194168388020/html/#B19>
- Salvo- Garrido, S. I., Gálvez- Nieto, J. L. & Martín-Parihuen, S. (2021). Resiliencia académica: Comprendiendo las relaciones familiares que la promueven. *Revista Electrónica Educare*, 25(2), 365-382. [https://www.redalyc.org/journal/1941/194168388020/html/#:~:text=La%20resiliencia%20acad%C3%A9mica%20se%20define,educativo%20\(Martin%2C%202013\)](https://www.redalyc.org/journal/1941/194168388020/html/#:~:text=La%20resiliencia%20acad%C3%A9mica%20se%20define,educativo%20(Martin%2C%202013))
- Santiago, R. (2012). En torno a la estrategia metodológica. En Cabrera, J., Chacón, K., Chávez, R., Ordaz, E., Hernández, N., Lara, F., Madrigal, J., Pons, L., Santiago, R. (2012). *El Protocolo de Investigación: Paradigmas, Métodos y Técnicas en Ciencias Sociales y Humanas; UNACH, facultad de humanidades: programa integral de fortalecimiento Institucional*. CeCol Editorial.
- Secretaría de educación & Secretaría de Salud. (2021). Guía para el regreso responsable y ordenado a las escuelas ciclo escolar 2021- 2022.

<https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2021/08/GuiaAperturaEscolar-SEP-20agosto202119hrs.pdf>

Secretaría de Salud. (2020). Consejo de Salubridad General declara emergencia sanitaria nacional a epidemia por coronavirus COVID-19. <https://www.gob.mx/salud/prensa/consejo-de-salubridad-general-declara-emergencia-sanitaria-nacional-a-epidemia-por-coronavirus-covid-19-239301>

Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-79. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17510206>

Uriarte, J. (2013). La perspectiva comunitaria de la resiliencia. *Psicología Política*, (47), 7-18. <https://www.uv.es/garzon/psicologia%20politica/N47-1.pdf>

Velasco, V. M., Suárez, G. G., Córdova, S. P., Luna, L. E. y Mireles, S. A. (2015). Niveles de resiliencia en una población de estudiantes de licenciatura y su asociación con variables familiares y académicas. *Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa*, 2(3), 1-23. <http://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/490>

Velázquez, G. (2017). La resiliencia en estudiantes universitarios de las Licenciaturas en Ciencias de la Educación de la Universidad Autónoma de Tlaxcala y la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo en México. *Revista semestral Acción y reflexión educativa*, (41), 76-96. https://revistas.up.ac.pa/index.php/accion_reflexion_educativa/article/view/143

Vidal, M., Barciela, M., & Armenteros, I. (2021). Impacto de la COVID-19 en la Educación Superior. *Educación Médica Superior*, 35(1).

<https://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/2851/1224>

World Health Organization (WHO). (2020). Coronavirus disease (COVID-19) pandemic.

<https://www.who.int/europe/emergencies/situations/covid-19>

Yncera Hernández, N., Lorenzo Ruiz, A., & Peña, L. D. (2021). Proyecto para el desarrollo y fortalecimiento del proceso de resiliencia en una comunidad educativa ante la pandemia de COVID-19. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 8 (1).

<https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2559>