

## FACTORES PERSONALES, COGNITIVOS, PSICOSOCIALES Y AFECTIVOS BASADOS EN EL MODELO DE SAAVEDRA DE RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR

---

TÁNORI BERNAL ANA DOLORES/ CECILIA IVONNE  
BOJÓRQUEZ DÍAZ/ MARÍA ISABEL ZÚÑIGA  
ELIZALDE  
Instituto Tecnológico de Sonora

**RESUMEN:** La resiliencia es la resistencia frente a la adversidad y la capacidad para construir conductas vitales positivas, de modo de alcanzar niveles de calidad de vida adecuados (Vanistendael, 1995, citado por Saavedra, 2005). El objetivo de este estudio consistió en describir los factores personales, cognitivos, psicosociales y afectivos del modelo de Saavedra sobre resiliencia en estudiantes de una institución de educación superior. Este estudio se llevó a cabo en una institución de educación superior participando un total de 100 estudiantes de los cuales 46 fueron mujeres y 54 son hombres. Se diseñó una Escala de resiliencia con 31 ítems formado por cuatro factores basados en el modelo de Saavedra, con respecto a las propiedades psicométricas del instrumento se obtuvo un índice de consistencia interna alpha de

cronbach de .894 y una KMO de .790 con una varianza acumulada de 51.792%. Los resultados más significativos fueron que en factor cognitivo el 72% de los estudiantes casi siempre utilizan un pensamiento crítico con respecto a sus actitudes; en factor psicosocial el 37% comenta que casi siempre tiene el apoyo familiar y social de las personas; en el factor afectivo el 64% de los estudiantes casi siempre utilizan el humor y optimismo cuando se enfrenta ante un problema y por último en el factor personal el 51% de los estudiantes mencionan que frecuentemente tienden a tener iniciativa, independencia y flexibilidad en ciertas situaciones en contraste con lo que plantea Estefó en el 2011, en su estudio sobre factores resilientes en estudiantes universitarios.

**PALABRAS CLAVE:** Resiliencia, factores personales, factores, cognitivos, factores psicosociales, factores afectivos.

### Introducción

La resistencia frente a la adversidad y la capacidad para construir conductas vitales positivas, de modo de alcanzar niveles de calidad de vida adecuados, es lo que se conoce como resiliencia (Vanistendael, 1995 citado por Saavedra, 2005).

Una persona con características resilientes, es aquella que es capaz de establecer relaciones sociales constructivas, tiene un sentido de sí mismo positivo, dimensiona los problemas, tiene sentido de esperanza frente a las dificultades, extrae significado de las situaciones de estrés, desarrolla iniciativa y se fija metas posibles de alcanzar (Saavedra, 2005).

Las personas resilientes son flexibles, se adaptan rápidamente a las circunstancias nuevas y sobreviven al cambio constantemente. Lo más importante es que esperan responder y confían en poder hacerlo. Tienen un truco para encontrar la buena suerte en circunstancias en las que otros solo saben ver mala suerte (Siebert, 2007).

El modelo de Saavedra sobre la resiliencia, distingue tres factores: a) Factores personales: Nivel intelectual alto en el área verbal, disposición al acercamiento social, sentido del humor positivo y un equilibrio en el estado biológico; b) Factores cognitivos y afectivos: Son la empatía, una óptima autoestima, la motivación de logro, el sentimiento de autosuficiencia y la confianza en que se resolverán los problemas y c) Factores psicosociales: Un ambiente familiar agradable, madres que apoyan a sus hijos, una comunicación abierta, una estructura familiar estable, buenas relaciones con los pares (Saavedra, 2005).

La perspectiva de Saavedra recoge el carácter histórico de la constitución de la resiliencia, proyectando sus posibilidades más allá de la acción y sus resultados para postular la reorganización de los diversos factores que describen los diversos estudios, en ámbitos de menor a mayor profundidad en la reflexión de la acción (Saavedra, 2005).

En un estudio llevado a cabo sobre la medición de características resilientes, en una muestra chilena de 15 a 65 años, se encontró que no existían diferencias significativas entre los niveles de resiliencia de hombres y mujeres, sin embargo, se describió un perfil resiliente para cada tramo de edad, concluyendo que el nivel de resiliencia no está asociado a tramos de edad ya que los resultados son similares en las diferentes etapas de vida (Saavedra y Villalta, 2008).

Por otro lado, en un estudio llevado a cabo en la Universidad Central de Venezuela Venezuela, sobre factores de resiliencia asociados al rendimiento académico en

estudiantes de contextos de alta vulnerabilidad, pone en evidencia que el 70% de la población, ha vivido al menos una situación adversa (Saavedra y Villalta, 2008).

Estefó en el 2011, realizó un estudio sobre factores resilientes en una muestra de 100 adultos jóvenes de 25 a 30 años pertenecientes a la Universidad Abierta Interamericana, donde encontró que el 18% de la misma utilizaba el factor de interacción, que es el que más se presenta a la hora de emplear la resiliencia en esta muestra, mientras que en menor medida utiliza la iniciativa con un 14%, mientras que en un nivel más bajo, utilizan los factores como el humor, la creatividad y el pensamiento crítico en un 10%.

La resistencia frente a la adversidad y la capacidad para construir conductas vitales positivas, de modo de alcanzar niveles de calidad de vida adecuados, es lo que se conoce como resiliencia (Vanistendael, 1995, citado por Saavedra, 2005). Es importante saber que cuando se vea arrastrado por un evento adverso, nunca volverá a ser el mismo. O se adapta o sucumbe; se transforma en una persona mejor o en una persona más amargada; sale reforzado o debilitado (Siebert, 2007).

La Asociación Americana de Psicología (APA) en su promoción de la Resiliencia habla de la importancia de dotar a las personas de herramientas y formación necesaria para poder sobrevivir ante las adversidades; básicamente dicen que la resiliencia es un proceso y que puede aprenderse (Riezu, 2013).

Las personas reaccionan a los golpes duros de la vida de modos muy distintos, algunos sufren una sacudida emocional, se enfurecen y se revuelven, tienen rabietas emocionales en las que desean herir a los demás, unos pocos incluso se vuelen físicamente violentos. A otros les sucede lo contrario, se paralizan, quedan atontados, se sienten tan desesperados y sobrepasados que ni siquiera son capaces de intentar hacer frente a lo que les ha sucedido. Algunas personas se comportan como víctimas, culpan a los demás de haberles arruinado la vida, entran en una espiral de pensamientos y sensaciones infelices (Siebert, 2007), por ello es importante conocer cómo reaccionan los estudiantes de educación superior cuando se enfrentan a situaciones adversas y si cuentan con la capacidad de enfrentar ante una problemática en su vida. Es por ello que el objetivo del presente trabajo consistió en describir los factores personales, cognitivos,

psicosociales y afectivos que comprende el modelo de Saavedra sobre la resiliencia en estudiantes de una institución de educación superior.

## Contenido

La presente investigación corresponde a un diseño no experimental transeccional descriptivo (Hernández, Fernández y Baptista, 2010), ya que los datos se recolectaron en un solo momento, para identificar factores personales, cognitivos, psicosociales y afectivos en los estudiantes con respecto a la resiliencia.

Este estudio se llevó a cabo en el Instituto Tecnológico de Sonora, participando un total de 100 estudiantes de los cuales 46 fueron mujeres y 54 son hombres, la media de edades fue de 22 años además pertenecen a diferentes programas educativos (Ing. en software, Ing. industrial y de sistemas, Lic. en administración de empresas, Lic. en administración de empresas turísticas y Lic. En ciencias de la educación) y cursaban al menos una materia del sexto semestre.

Se diseñó una Escala de resiliencia con 31 ítems, formado por cuatro factores basados en el modelo de Saavedra de resiliencia: personales, cognitivos, psicosociales y afectivos. A continuación se especifica cómo se constituyó cada uno de ellos.

- *Factores personales:* se conformó por 7 presuntas que tienen que ver con la iniciativa, independencia y flexibilidad.
- *Factores cognitivos:* esta parte se conformó por 13 que tiene que ver con actitudes y pensamiento crítico.
- *Factores psicosociales:* se conformó por 5 preguntas con respecto al apoyo familiar y apoyo social.
- *Factores afectivos:* se conformó por 6 preguntas que tiene que ver con el humor y optimismo.

Con respecto a las propiedades psicométricas del instrumento de resiliencia se obtuvo un índice de consistencia interna alpha de cronbach de .894 y una KMO de .790 con una varianza acumulada de 51.792%.

El procedimiento consistió en diseñar el instrumento sobre resiliencia, después realizar la validación de expertos, después llevar a cabo las modificaciones pertinentes para su aplicación a la muestra elegida por el investigador. Posteriormente se llevó a cabo

la base de datos para realizar los análisis estadísticos correspondientes: alpha de cronbach, análisis factorial, estadística descriptiva.

## Conclusiones

La resiliencia es la resistencia frente a la adversidad y la capacidad para construir conductas vitales positivas, de modo de alcanzar niveles de calidad de vida adecuados (Vanistendael, 1995, citado por Saavedra, 2005).

Con respecto al factor cognitivo el 72% de los estudiantes casi siempre utilizan un pensamiento crítico con respecto a sus actitudes; el 24% frecuentemente y solamente un 4% casi nunca lo maneja.

De acuerdo al factor psicosocial el 37% comenta que casi siempre tiene el apoyo familiar y social de las personas; el 27% siempre a tenido apoyo; el 23% frecuentemente; el 9% casi nunca y un 4% nunca a tenido el apoyo de su familia o de otras personas cuando se enfrenta ante un problema y salir adelante.

En el factor afectivo el 64% de los estudiantes casi siempre utilizan el humor y optimismo cuando se enfrenta ante un problema; el 26% frecuentemente; el 6% casi nunca y solamente el 4% de los estudiantes siempre utiliza el humor y optimismo ante alguna adversidad

Por último en el factor personal el 51% de los estudiantes mencionan que frecuentemente tienden a tener iniciativa, independencia y flexibilidad en ciertas situaciones; el 45% casi siempre lo hace; el 3% casi nunca lo realiza y solamente un 1% siempre ha tenido la iniciativa, ha sido independiente y flexible cuando se enfrenta y sale adelante ante una adversidad.

Estefó en el 2011, en su estudio sobre factores resilientes afirma que el 18% de estudiantes utilizaba el factor de interacción, que es el que más se presenta a la hora de emplear la resiliencia, mientras que en menor medida utiliza la iniciativa con un 14%, mientras que en un nivel más bajo, utilizan los factores como el humor, la creatividad y el pensamiento crítico en un 10%, en contraste con lo observado en esta investigación ya que el 51% de los estudiantes frecuentemente tienden a tener iniciativa; el 72% casi

siempre un utiliza pensamiento crítico y el 64% de los estudiantes casi siempre utiliza el humor.

Actualmente los estudiantes de educación superior se enfrentan a situaciones adversas en su vida que si en su momento no tienen las herramientas necesarias para enfrentar esos acontecimientos podrían llegar a tener consecuencias emocionales, los cuales afectan en su rendimiento escolar y en su vida personal por lo que es importante seguir realizando más estudios sobre resiliencia y llevar a cabo programas de intervención para dotarlos de esas habilidades para que salgan adelante.

## Bibliografía

- Estefó, M. (2011). *Factores resilientes en adultos jóvenes de 25 a 30 años pertenecientes a la universidad abierta interamericana en Rosario, Santa Fé*. Tesis de licenciatura. Universidad Abierta Interamericana.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. México, D.F: McGraw-Hill.
- Riezu, M. (2013). *Del ojo clínico a la mirada humana*. España: Bobok Publishing.
- Saavedra, E. (2005). Resiliencia: La historia de Ana y Luis. *Liberabit. Revista de Psicología*. 1(11), 91-101.
- Saavedra, E. y Villalta, M. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. *Liberabit. Revista Psicológica*. 14, 31-40.
- Siebert, A. (2007). *La resiliencia: Construir en la adversidad*. Barcelona, España: Alienta Editorial.