

Rendimiento académico, calidad de vida y resiliencia en estudiantes universitarios de titulaciones de ciencias sociales

Raquel Suriá Martínez

Dpto de Comunicación y Psicología Social. Universidad de Alicante  

Esther Villegas Castrillo

Dpto de Trabajo Social y Servicios Sociales. Universidad de Alicante  

<https://dx.doi.org/10.5209/cuts.96143>

ES Resumen: El objetivo de este trabajo pretende identificar si existe una combinación de las dimensiones que constituyen la resiliencia en función de la intensidad que cobran en los perfiles resilientes de una muestra de estudiantes. A su vez, trata de analizar si los perfiles obtenidos influyen en el rendimiento académico y la calidad de vida de los estudiantes. Finalmente, se estudió si existen diferencias en los perfiles resilientes en función de variables sociodemográficas y académicas. La Escala de Resiliencia (Resilience Scale, 1993) y la versión española del WHOQO (2009) se administró a 516 estudiantes con diferentes titulaciones en ciencias sociales de dos universidades de Alicante, con edades comprendidas entre los 20 y los 45 años ($M = 22,25$; $DT = 4,33$). El análisis de conglomerados reconoció tres perfiles resilientes: un primer perfil elevado en resiliencia, un perfil con baja resiliencia y un tercer perfil con bajas puntuaciones en competencia personal, alta aceptación personal y de vida y baja autodisciplina. Asimismo, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los perfiles en cuanto al rendimiento académico y la calidad de vida del alumnado, y se observó que los estudiantes con alta resiliencia tuvieron mayor éxito académico y mayor calidad de vida. Esto muestra la necesidad de trabajar con la resiliencia y diseñar y desarrollar cursos con este potencial para promover el éxito académico y la calidad de vida de los estudiantes.

Palabras clave: Calidad de Vida; Ciencias Sociales; intervención; rendimiento académico; resiliencia

ENG Academic performance, quality of life and resilience in university students of social sciences degrees

Abstract: The aim of this study is to identify whether there is a combination of dimensions constituting resilience based on their intensity within resilient profiles of a student sample. It also aims to analyze whether the obtained profiles influence students' academic performance and quality of life. Finally, differences in resilient profiles based on sociodemographic and academic variables were studied. The Resilience Scale (1993) and the Spanish version of the WHOQOL (2009) were administered to 516 students with different social science majors from two universities in Alicante, aged between 20 and 45 years ($M = 22,25$; $SD = 4,33$). Cluster analysis identified three resilient profiles: a first profile with high resilience, a profile with low resilience, and a third profile with low scores in personal competence, high personal and life acceptance, and low self-discipline. Additionally, statistically significant differences were found between profiles regarding students' academic performance and quality of life, with students exhibiting high resilience showing higher academic success and better quality of life. This highlights the need to work with resilience and design and develop courses with this potential to promote students' academic success and quality of life.

Key words: Quality of Life; Social Sciences; intervention; academic performance; resilience.

Sumario: Introducción. Método. Participantes. Instrumentos. Procedimiento. Análisis estadístico. Resultados. Objetivo 1. Tipificación de perfiles de resiliencia. Objetivo 2. Rendimiento académico y calidad de vida del alumnado en función del perfil de resiliencia. Objetivo 3. Diferencias en los perfiles de resiliencia en función de las variables personales y académicas. Discusión. Referencias.

Como citar: Suriá Martínez, R. & Villegas Castrillo, E. (2026). Rendimiento académico, calidad de vida y resiliencia en estudiantes universitarios de titulaciones de ciencias sociales. *Cuadernos de Trabajo Social* 39(1), 103-114. <https://dx.doi.org/10.5209/cuts.96143>

Introducción

Durante décadas, el enfoque de la universidad en brindar una enseñanza de calidad ha significado tener en cuenta todos los factores que pueden estar relacionados con el proceso de enseñanza. En este sentido, es importante determinar los obstáculos y factores facilitadores que encuentran los estudiantes al completar las tareas, así como su relación con el rendimiento académico de los estudiantes. Por tanto, la literatura muestra que entre otros factores influyentes, la sobrecarga de trabajo académico (Cabanach et al., 2018), la concentración de exámenes durante un período específico del curso (García-Peña, 2020), los niveles de exigencia (Silva-Ramos et al., 2020) años), así como la incertidumbre sobre como los docentes evaluarán su desempeño y aprendizaje (Chacín et al., 2020), son cuestiones que pueden afectar la calidad de vida de los estudiantes (De Vincenzi, 2020; Lavalle et al., 2020).

En este sentido, según la Organización Mundial de la Salud (2008), la calidad de vida se vincula a la percepción que una persona tiene del lugar donde reside, en el contexto de la cultura y el sistema de valores de las personas, y en relación con sus metas, expectativas y estándares. Para esta organización, la calidad de vida se ve afectada por la salud física y el estado mental del individuo, el grado de independencia, las relaciones sociales y la interrelación con el entorno. Esto significa que existe variabilidad de variables externas e internas, que son las determinantes del proceso de calidad de vida (Bronfenbrenner, 1987; Cummins, 2005; Trujillo et al., 2004; Yancha y Guachamboza, 2023).

Dada la variabilidad de factores influyentes, se han diseñado variedad de herramientas de valoración orientadas a la población en general (por ejemplo, el cuestionario "World Health Organization Quality of Life" de Power et al., 1999), a población clínica ("Quality of Life Questionnaire", Aaronson et al., 1993), así como a diferentes colectivos específicos como personas en edad avanzada ("Cuestionario Breve de Calidad de Vida", Fernández-Ballesteros et al., 2007; "Older People's Quality of Life Questionnaire", Bowling et al., 2013), o población infantoyjuvenil ("Quality of Life in Care Questionnaire", Upton et al., 2013), entre otros.

Si nos centramos en el ámbito académico, diferentes aportaciones han ido dirigidas al estudio de la calidad de vida de los estudiantes, relacionadas con diferentes variables sociodemográficas como la edad (Yuing et al., 2021), género (Paro et al., 2014), o nivel socioeconómico (Banda y Morales, 2012), así como variables relacionadas con el contexto académico como ocurre con el curso académico (Chambers et al., 2024) y la titulación (Bechhofer y Paterson, 2012). En este sentido, parece que existe peor calidad de vida en estudiantes más mayores, de género femenino. Del mismo modo, el ciclo de Educación Superior y especialmente, en estudiantes vinculados a titulaciones relacionadas con las ciencias humanas son los que más van a ver afectados sus niveles de calidad de vida (Barragán y Villalba 2008; George, 2006; Muñoz-Cantero y Losada Puente, 2017). Asimismo, parece que los estudiantes que cursan los primeros años de carrera universitaria también van a encontrar niveles inferiores en su calidad de vida (Araoz y Uchasara, 2020; Mitchell y Kemp, 2000; Suriá Martínez y Villegas Castrillo, 2022).

Además de factores académicos y demográficos, lo planteamientos de la Psicología positiva, pretenden profundizar en variables de personalidad asociadas al incremento de calidad de vida (Morales y González, 2014; Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). Así, variables como la inteligencia emocional (Castrillón y Cala, 2020), la conducta prosocial (Morales, 2020), las estrategias de afrontamiento activo (Vargas y Lanuque, 2021), el empoderamiento (Martínez, 2020) o la autodeterminación (Verdugo y Martín, 2002), han sido relacionados con el incremento de la calidad de vida.

Una variable que está especialmente asociada a la capacidad de afrontar y superar las situaciones difíciles es la resiliencia.

Aunque existen numerosas definiciones de este constructo, una de las más citadas en la literatura es la formulada por Grotberg (1995), el cual la define como la posibilidad de los individuos para superar las situaciones adversas, restablecerse y salir reforzados de ella, a pesar de estar expuesto a situaciones difíciles y estresantes. Por tanto, existe consenso en la literatura que la resiliencia se puede definir como una serie de procesos psicológicos sociales e internos de una persona y su entorno, incluida la sociedad y la cultura, en los que interactúan diferentes dimensiones subyacentes para conformar este constructo.

Si se atiende a las dimensiones de la resiliencia establecidas por la literatura, no parece existir acuerdo sobre el número de dimensiones que componen su estructura. Así, por ejemplo autores como Cabello et al. (2017), Heilemann et al. (2003), Vara y Rodríguez (2011), o Wagnild y Young (1993), comparten una estructura de este constructo de tres dimensiones. Autores como Grotberg, (1995), Gómez y Kotliarenco, (2010), Ruiz-Román et al. (2020), o Palomar et al. (2012), establecen cuatro dimensiones, incluso algunos otros (Gaxiola et al., 2011), establecen la resiliencia en siete componentes.

A pesar de la discrepancia y, con independencia del número de componentes que conforman la resiliencia, la literatura está de acuerdo en la afirmación de que las personas con esta fortaleza se caracterizan por unas adecuadas habilidades sociales, con una identidad bien definida, actitud positiva y un afrontamiento activo para solucionar los problemas de una manera exitosa.

En este sentido, existe evidencia de que la resiliencia se relaciona directamente con la mejora en el funcionamiento de la persona, tanto en la niñez (Grotberg, 1995), como en la adolescencia (Chávez-Hinostroza, 2020) y en la adultez (Joyce et al., 2018). Así, se ha observado una asociación positiva entre los factores resilientes y las habilidades sociales (Suriá et al., 2015), la autoestima (Gómez y Gundín, 2018), la inteligencia emocional (Banerjee et al., 2019), y el bienestar subjetivo (Joyce et al., 2018). Por el contrario, se ha puesto de manifiesto una relación negativa con diferentes problemas de ajuste emocional, como, por ejemplo, con problemas de depresión (Luthans et al., 2019), estados de ansiedad (Abiola y Udoña, 2011), e índices bajos de calidad de vida (Carmona-Halty et al., 2019).

A pesar de que históricamente se ha abordado el estudio de la resiliencia desde una perspectiva clínica (Carmona-Halty et al., 2019), su interés se ha abordado en diferentes ámbitos como el familiar (Gómez y Kotliarenco, 2010), laboral (Guo et al., 2018), y el contexto académico (Banerjee et al., 2019), encontrándose en éste último, que los estudiantes de alto rendimiento presentan mayores puntuaciones de resiliencia que los de bajo rendimiento (Luthans et al., 2019; Yancha y Guachamboza, 2023). En referencia a esto, la evidencia empírica sobre las implicaciones de la resiliencia en población estudiantil revela que una escasa resiliencia deriva con frecuencia en, altos índices de estrés, baja resistencia y mayor vulnerabilidad de fracaso y abandono académico (Gómez y Gundín, 2018).

Si bien es cierto que el éxito académico se relaciona con factores de diferente índole social (Lei et al., 2018), familiar (Clark, 2015) y pedagógico (Afzal et al., 2010), diferentes autores (Ayala y Manzano, 2018; Banerjee et al., 2019; Gómez y Gundín, 2018; Soldevilla et al., 2018; Trigueros et al., 2020), señalan que fortalezas como la resiliencia pueden pasar a ser determinantes en el desarrollo académico.

En referencia al análisis de la resiliencia y calidad de vida en población universitaria, la literatura publicada se ha dirigido al estudio de la asociación de estos dos constructos en general, desconociéndose desde este trabajo, publicaciones que aborden esta relación en estudiantes universitarios de titulaciones específicas pertenecientes a Ciencias Sociales. A su vez, tampoco se han hallado investigaciones anteriores que examinen las combinaciones de resiliencia que categoricen diferentes perfiles de resiliencia en función de la intensidad que cada dimensión resiliente presenta dentro del perfil. A su vez, tampoco se han encontrado estudios sobre la calidad de vida relacionados con los perfiles de resiliencia de universitarios que analicen, no únicamente la calidad de vida como un constructo holístico, sino que se ajusten a cada uno de los dominios que conforman la calidad de vida (e.g., física, psicológica, social y ambiental). Por tanto, a raíz de esta reflexión, en este trabajo se bosquejan tres objetivos.

En primer lugar, se pretende identificar, si existen combinaciones de las dimensiones que conforman la resiliencia que den lugar a diferentes perfiles, los cuales podrían definirse en función de la relevancia que cobra cada una de las dimensiones dentro de cada perfil.

En segundo lugar y, una vez hallados y definidos los perfiles de resiliencia, se pretende analizar si existen diferencias estadísticamente significativas entre los perfiles obtenidos en cuanto al nivel de rendimiento académico y calidad de vida de los estudiantes.

Por último, se examina si existen diferencias en los perfiles de resiliencia en función de las variables sociodemográficas (sexo, edad) y académicas (titulación y rendimiento académico).

Método

Participantes

El tamaño de la muestra fue determinado atendiendo a criterios metodológicos y logísticos propios de estudios aplicados en contextos universitarios. Dado el carácter exploratorio del estudio y el interés por obtener una representación amplia del estudiantado de Ciencias Sociales, se optó por un muestreo no probabilístico de conveniencia, integrando a estudiantes matriculados en grados de la Universidad de Alicante y la Universidad Miguel Hernández (Elche). Se consideró adecuado trabajar con una muestra mínima de 500 participantes, cifra que se alinea con recomendaciones para análisis multivariados y técnicas de agrupamiento, asegurando estabilidad y fiabilidad en la identificación de perfiles (Hair et al., 2006). Finalmente, la muestra obtenida estuvo compuesta por 516 estudiantes, lo que permitió alcanzar una potencia estadística adecuada para los análisis realizados. Los estudiantes procedentes de diversas titulaciones de Ciencias Sociales de la Universidad de Alicante y de la Universidad Miguel Hernández (Elche). La diversidad de titulaciones dentro del área de Ciencias Sociales permite captar diferentes perfiles formativos, favoreciendo una mayor representatividad interna del contexto específico analizado. De los participantes, 355 eran mujeres y 161 hombres, con edades comprendidas entre los 17 y los 40 años ($M = 23.90$; $DT = 4.31$). Esta distribución refleja la composición habitual de los estudios universitarios en Ciencias Sociales, donde la presencia femenina tiende a ser mayoritaria. Asimismo, la amplitud del rango de edad posibilita la inclusión tanto de estudiantes recién incorporados a la vida universitaria como de aquellos con trayectorias académicas más prolongadas, enriqueciendo la heterogeneidad de la muestra. La Tabla 1 detalla la distribución completa de los participantes según edad, sexo, titulación y curso académico.

Tabla 1. Datos sociodemográficos

Variables		N	%
Sexo	Mujer	355	68.8
	Hombre	161	31.2
Titulación	Trabajo Social	202	39.1
	Psicología	138	26.7
	Criminología	87	16.9
	Educación Social	36	6.8
	Sociología	53	10.3

Variables		N	%
Edad	17-22	197	38.2
	23-28	141	27.3
	29-34	136	26.4
	35-40	42	8.1
	Total	516	100.0

Instrumentos

El cuestionario estaba dividido en tres partes. La primera se correspondía con cuestiones vinculadas a las variables sociodemográficas de los participantes (sexo, edad), así como a las variables relacionadas con su perfil académico (titulación y rendimiento académico).

- En lo que respecta al *Rendimiento académico*, éste se determinó a través de la evaluación media de las calificaciones académicas acumuladas desde el ingreso a la universidad hasta la cumplimentación del cuestionario. Este estándar se utiliza de acuerdo con el criterio establecido por Allen (2005), en el cual indica que la calificación académica es el método más práctico y habitual para examinar el grado de logro de rendimiento escolar o académico. Por tanto, al final del primer apartado de datos sociodemográficos, se incluyó este ítem para que los alumnos puntuasen, en una escala del 1 al 10 (0 a 4.9 era no apto, de 5 a 6.9 aprobado, de 7 a 8.9 notable y de 9 a 10 sobresaliente).
- Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993), y validada en su traducción española por Heileman et al. (2003). Este instrumento está compuesto por tres factores diferenciados: 1. *Competencia personal*, en cuanto comprobación de características que indican: creencias en la capacidad personal para conseguir el éxito, perseverancia, afrontamiento activo, orientación hacia la meta, etc., 2. *Aceptación de sí mismo y de la vida*, que se relaciona con: adaptarse a la situación, equilibrio emocional, sentimientos positivos frente a las situaciones complicadas, etc., y un tercer factor obtenido en diferentes versiones (Rodríguez-Pereyra et al., 2009; Suriá et al., 2015; Vara y Rodríguez, 2011), 3. *Autodisciplina*, caracterizada por tener autocontrol, constancia, independencia, voluntad, etc., La escala incluye 25 elementos que se responden en el cuestionario, en formato tipo Likert, compuesto por una escala de siete puntos (desde 1= “totalmente en desacuerdo” hasta 7= “totalmente de acuerdo”). Las puntuaciones más elevadas indican mayor resiliencia, encontrándose el rango de apreciación entre 25 y 175 puntos. Con respecto a las características psicométricas del instrumento, éstas son adecuadas tanto en su adaptación original como en la transcripción adaptada al castellano, quedándose explicada la varianza total de ésta última en un 82.60% (35.40% para Aceptación de uno mismo y de la vida, 23.40% para Competencia personal y 22.8% para Autodisciplina). En referencia al presente estudio, se ha obtenido una consistencia interna adecuada a través del alfa de Cronbach ($\alpha = .82$).
- Versión española del WHOQO, propuesto por la World Health Organization, (2009) y validada por Lucas-Carrasco (WHOQoL, 2012). Esta herramienta atiende a cuatro dominios de la salud: salud física, salud psicológica, relación social y salud ambiental. El sondeo se construye con 26 ítems en escala de 5 puntos (1=nunca; 5=siempre). El instrumento evalúa la calidad de vida, oscilando la puntuación total entre 5 a 130 (puntuaciones inferiores a 44 indicarían escasa calidad de vida, de 44 a 85 moderada calidad de vida y puntuaciones mayores de 85, elevada calidad de vida). Al igual que la versión original del cuestionario, la versión adaptada al castellano muestra propiedades psicométricas indican que el test discrimina entre los diferentes grupos (Lucas-Carrasco, 2009), mostrando una consistencia interna del 91% la escala general y entre .69 y .90 para los dominios específicos. También se observa una adecuada validez discriminante, de contenido. En relación a la consistencia interna obtenida para el presente estudio, ésta indicó ser adecuada ($\alpha = .84$).

Procedimiento

Para recopilar la información el procedimiento fue ofreciéndoles a los estudiantes de amas universidades su colaboración para que cumplimentasen los cuestionarios, a los cuales se accedía por medio de un enlace alojado en internet (Google forms). La muestra fue seleccionada deliberadamente entre enero de 2021 y abril de 2021. El contacto inicial fue proponerles directamente participar en la investigación, explicando el objetivo del estudio en la página virtual. Se aseguró el anonimato y previo a su cumplimentación debían indicar un acuerdo con el consentimiento informado para el tratamiento de los datos. El siguiente es el proceso de recopilación de datos. El trabajo de recogida de cuestionarios duró 4 meses.

Análisis estadístico

La obtención de los datos sociodemográficos se realizó mediante frecuencias y porcentajes. Para evidenciar si se producen diferencias estadísticamente significativas en resiliencia, calidad de vida y rendimiento académico con relación a las variables independientes se utilizó la *t* de Student para el sexo y el análisis de varianza (ANOVA) para la edad y titulación.

Con el propósito de identificar perfiles diferenciados de resiliencia en la muestra, se empleó un análisis de conglomerados utilizando el procedimiento *quick cluster analysis* del paquete estadístico SPSS (v. 23.0).

Se optó por un método no jerárquico (*k-means*), dado que constituye una estrategia eficiente y recomendada para la segmentación de grandes muestras y para la identificación empírica de patrones homogéneos dentro de los datos (Hair et al., 2006). Este enfoque resulta especialmente adecuado cuando el objetivo es establecer perfiles psicológicos basados en dimensiones previamente definidas, como es el caso de la resiliencia.

Los perfiles se determinaron a partir de las puntuaciones obtenidas en las tres dimensiones de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993): Competencia Personal (CP), Aceptación de uno mismo y de la vida (AV) y Autodisciplina (AU). Para definir el número óptimo de clústeres, se siguió un procedimiento sistemático que incluyó la revisión de soluciones alternativas y la evaluación de diversos criterios estadísticos y teóricos. Inicialmente, se exploraron soluciones entre dos y cinco conglomerados. Posteriormente, se valoraron indicadores como la reducción de la suma de cuadrados dentro de los grupos (inertia intracluster), la estabilidad de los centroides, la interpretabilidad teórica de los perfiles y su coherencia con la literatura previa en resiliencia. Se seleccionó finalmente la solución que ofreció el mejor equilibrio entre parsimonia, diferenciación significativa entre grupos y solidez conceptual en términos de perfiles resilientes.

Tras la conformación de los conglomerados, se realizaron análisis de varianza (ANOVA) para examinar la existencia de diferencias estadísticamente significativas entre los clústeres en las variables calidad de vida y rendimiento académico. Dado el tamaño desigual entre grupos, se emplearon pruebas post hoc mediante el método de Scheffé, adecuado para comparaciones múltiples en muestras no homogéneas. Asimismo, se calculó el tamaño del efecto mediante el índice *d* de Cohen (1988), con el fin de valorar la magnitud práctica de las diferencias observadas.

Finalmente, con el objetivo de explorar las asociaciones entre los perfiles de resiliencia y variables sociodemográficas y académicas (sexo, edad, titulación y rendimiento académico), se aplicó la prueba de chi cuadrado (χ^2). Este enfoque permitió determinar la existencia de relaciones significativas entre la pertenencia a cada clúster y las características personales y formativas de los participantes, complementando así la interpretación de los patrones identificados.

Resultados

Objetivo 1. Tipificación de perfiles de resiliencia

El método clúster, intentando conseguir la máxima uniformidad en cada grupo y las mayores discrepancias entre ellos, arrojó como resultados 3 grupos con distintas combinaciones resilientes. Un primer grupo diferenciado por altas puntuaciones medias en las 3 dimensiones (clúster 1: ECP-EAV-EAU) dispuesto por 201 participes (38.76%). El siguiente clúster, el cual estuvo compuesto por 173 participantes (33.33%) y el que destacó por un predominio de puntuaciones bajas en las tres dimensiones (Grupo 2: BCP-BAV-BAU). Por último, el Grupo 3 (clúster 3: BCP-EAV-BAU) formado por 142 estudiantes (26.74%), distinguido por puntuaciones bajas en Competencia personal, altas en Aceptación de sí y de la existencia e inferiores en Autodisciplina.

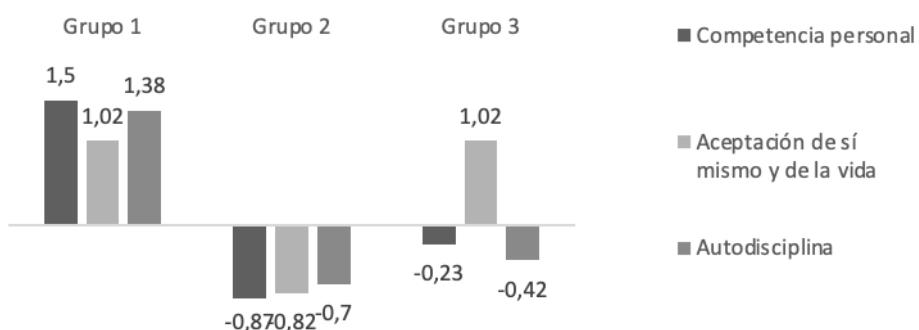


Figura 1. Representación gráfica del modelo de tres clústeres: Clúster 1 (Elevada resiliencia: ECP-EAV-EAU), Clúster 2 (Baja resiliencia: BCP-BAV-BAU), Clúster 3 (Baja Competencia personal, Alta Aceptación de sí mismo y de la vida y Baja Autodisciplina: BCP-EAV-BAU)

Objetivo 2. Rendimiento académico y calidad de vida del alumnado en función del perfil de resiliencia

Al explorar las calificaciones medias en rendimiento académico en función de los perfiles obtenidos, los resultados revelaron discrepancias estadísticamente significativas, $[F_{(2, 513)} = 6.39, p < .05]$, con un tamaño del efecto elevado ($d=0.87$). Tras examinar los estudios post hoc, se observaron esas diferencias en el grupo 1 (ECP-EAV-EAU), al compararlo con el grupo 2 (BCP-BAV-BAU), y con el grupo 3 (BCP-EAV-BAU).

En cuanto a la calidad de vida, también se hallaron diferencias estadísticamente significativas tanto en la puntuación total como en sus dimensiones. En la escala global de calidad de vida se identificó un efecto significativo, $F(2, 513) = 31.04, p < .001$, con un tamaño del efecto alto ($d = 0.81$). A nivel de dimensiones, se observaron diferencias en salud física, $F(2, 513) = 41.15, p < .001$ ($d = 0.64$); salud psicológica, $F(2, 513) = 75.26, p < .001$ ($d = 0.68$); salud social, $F(2, 513) = 5.93, p < .001$ ($d = 0.32$); y salud ambiental, $F(2, 513) = 19.48, p < .001$ ($d = 0.40$).

El patrón general reflejó que el grupo 1 (ECP-EAV-EAU) obtuvo las puntuaciones medias más elevadas tanto en la escala total de calidad de vida como en los factores salud física, salud psicológica y salud ambiental,

en comparación con el grupo 2 (BCP-BAV-BAU) y el grupo 3 (BCP-EAV-BAU). Por su parte, el grupo 2 alcanzó puntuaciones más altas que el grupo 3 en salud física, salud psicológica y salud social, lo que sugiere que, aun cuando su perfil muestra menor competencia personal y autodisciplina que el grupo 1, mantiene un nivel de adaptación superior al grupo 3 en estas dimensiones.

Tabla 2. Rendimiento académico y calidad de vida de los estudiantes en función del perfil de resiliencia

	Grupo 1 ECP-EAV-EAU		Grupo 2 BCP-BAV-BAU		Grupo 3 BCP-EAV-BAU		Significación estadística	
	M	D.T	M	D.T	M	D.T	F_(1, 230)	η²
Rendimiento académico	3.86	.91	2.58	.87	3.30	.92	6.39*	.21
CV Escala global	99.83	8.50	87.88	9.00	92.72	9.60	31.04**	.29
Factor 1 Salud Física	25.64	2.03	20.73	2.51	25.11	2.91	71.15**	.26
Factor 2 Salud Psicológica	27.10	3.01	21.71	2.49	23.58	2.79	75.26**	.31
Factor 3 Salud Social	12.72	1.85	11.03	0.67	12.57	1.98	5.93*	.05
Factor 4 Salud Ambiental	34.57	3.58	31.51	3.40	31.86	3.96	19.48**	.14

Objetivo 3. Diferencias en los perfiles de resiliencia en función de las variables personales y académicas

Al examinar los perfiles conseguidos con relación a las variables sociodemográficas, se observan discrepancias estadísticamente significativas entre los perfiles en función del sexo. Así, al atender al perfil 1 (ECP-EAV-EAU), se refleja un predominio de chicas [$\chi^2(2) = 38.94$, $p < .001$], mientras que en el clúster 2 (BCP-BAV-BAU), se observa un porcentaje más elevado de chicos, no apreciándose diferencias en el grupo 3 (BCP-EAV-BAU). Con respecto a los perfiles según el grupo de edad, las resultas indican contrastes estadísticamente significativos entre los grupos [$\chi^2(6) = 80.91$, $p < .001$], observándose que el grupo de estudiantes de más edad se encuentran en mayor medida, en el grupo 1 (ECP-EAV-EAU), mientras que los estudiantes más jóvenes indican situarse en el perfil 2 (BCP-BAV-BAU) y 3 (BCP-EAV-BAU). Finalmente, al examinar la relación entre los perfiles y la titulación [$\chi^2(8) = 49.79$, $p < .001$], se observa que los participantes de titulaciones de Psicología, Trabajo Social y Educación Social conforman en mayor medida el perfil 1 (ECP-EAV-EAU), mientras que los estudiantes de Sociología y de Criminología son más predominantes al grupo 2 (BCP-BAV-BAU) y grupo 3 (BCP-EAV-BAU).

Tabla 3. Perfiles de resiliencia en función de las variables personales y académicas

		Grupo 1 ECP-EAV-EAU		Grupo 2 BCP-BAV-BAU		Grupo 3 BCP-EAV-BAU		Total		Sig estadística
		N	%	N	%	N	%	N	%	χ^2
Sexo	Mujer	156	46.8	98	27.6	101	25.6	355	100	38.94**
	Hombre	45	21.7	44	27.3	72	50.9	161	100	
Edad	17-22	52	26.2	59	30.2	86	43.7	197	100	80.91**
	23-28	42	41.1	50	38.4	29	20.6	141	100	
	29-34	41	36.2	16	28.1	15	35.7	42	100	
	35-40	66	48.5	27	19.9	43	31.6	136	100	
Titulación	Trabajo Social	77	38.1	55	27.2	70	34.7	202	100	49.79**
	Psicología	61	44.2	33	23.9	44	31.9	138	100	
	Criminología	26	29.9	31	35.6	30	34.5	87	100	
	Educación Social	16	45.7	9	25.7	10	28.6	35	100	
	Sociología	21	36.6	14	26.4	18	34.0	53	100	
Total		201	197.5	142	138.9	172	163.6	516	100	

Discusión

El presente estudio ahonda en la relación entre la calidad de vida y los diversos perfiles de resiliencia en una muestra de alumnado universitario de titulaciones de Ciencias Sociales. Tal y como se ha pretendido reflejar en la introducción del presente trabajo, queda demostrada la implicación que tiene la calidad de vida y su vinculación con variables personales como la resiliencia y el rendimiento académico en el espacio social de

los estudiantes y en concreto, en el alumnado de Ciencias Sociales (Barragán y Villalba, 2008; George, 2006; Muñoz-Cantero y Losada-Puente, 2017).

Con relación al *primer objetivo*, explorar las combinaciones posibles de las dimensiones resilientes (Competencia personal y social: CP, Aceptación de uno mismo y de la vida: AV, y Autodisciplina: AU), en los estudiantes con objeto de identificar diferentes perfiles de este constructo.

En este sentido, los resultados exteriorizaron la presencia de perfiles con diferentes composiciones en función del protagonismo que cada uno de los componentes que conforman el constructo resiliente en la muestra de estudiantes. Así, se reconocieron tres combinaciones o grupos resilientes diferentes (Grupo 1: ECP-EAV-EAU, Grupo 2: BCP-BAV-BAU y Grupo 3: BCP-EAV-EAU).

Al tener en cuenta el número de miembros que se incluyen en el primer clúster en contraposición con el resto de los grupos se infiere en primer lugar, la existencia de un porcentaje alto de estudiantes (38.76%), que mostraron altos niveles de resiliencia en las tres dimensiones (Grupo 1: ECP-EAV-EAU). Esto sigue la misma dirección que los resultados de otros estudios (Gómez-Díaz y Jiménez-García, 2018; Villalta-Páucar, 2010), lo que indicaría la presencia de un perfil de elevada resiliencia generalizada. A su vez, el segundo grupo (33.33% participantes), indicó niveles bajos de resiliencia en los tres componentes de resiliencia. Esto sugeriría que no todos los estudiantes tienen ese buen ajuste y adaptación académica (Barcia Briones et al., 2018; Banerjee et al., 2019; Yancha y Guachamboza, 2023). Finalmente, los resultados señalaron que el tercer grupo (compuesto por 26.74%), reflejó unos patrones diferentes en los que resaltó un nivel bajo de Competencia social, elevado en Aceptación de uno mismo y de la vida y bajo en Autodisciplina. Por tanto, estos datos manifiestan que no todas las dimensiones de resiliencia predominan con la misma intensidad en los estudiantes (Barcia Briones et al., 2018; Gómez y Gundín, 2018; Luthans et al., 2019).

Estos patrones diferenciados evidencian que la resiliencia en población universitaria no constituye un rasgo homogéneo, sino un recurso psicológico multidimensional que puede expresarse de forma diversa según el equilibrio entre sus componentes. La elevada proporción de estudiantes con una resiliencia global alta evidencia la presencia de recursos adaptativos sólidos que favorecen la estabilidad emocional y el rendimiento académico. No obstante, la presencia de grupos con resiliencia baja o perfiles mixtos subraya la necesidad de desarrollar estrategias institucionales enfocadas en la detección temprana y el acompañamiento psicoeducativo de estudiantes con menor capacidad adaptativa. Además, la identificación de un perfil con alta autoaceptación pero baja competencia y autodisciplina destaca que ciertos estudiantes mantienen una actitud positiva hacia sí mismos y la vida, pero carecen de habilidades sociales y ejecutivas necesarias para enfrentar eficazmente las exigencias académicas. En conjunto, estos resultados refuerzan la importancia de diseñar intervenciones diferenciadas y personalizadas que atiendan las necesidades específicas de cada grupo, promoviendo así el desarrollo equilibrado de las distintas dimensiones de resiliencia en el contexto universitario.

En relación al *segundo objetivo*, analizar si existen diferencias estadísticamente significativas entre los diferentes perfiles de resiliencia obtenidos en cuanto al nivel de rendimiento académico y calidad de vida de los estudiantes, los resultados reflejan al atender al rendimiento académico que, éste fue superior en el grupo 1 (ECP-EAV-EAU), al compararlo con el grupo 2 (BCP-AUV-BAU), y con el grupo 3 (BCP-EAV-BAU). Esto respalda los resultados de diferentes autores que enfatizan en la importancia de resiliencia en el rendimiento académico (Brewer et al., 2019; Gómez y Gundín, 2018; Trigueros et al., 2020).

A su vez, se observa que el grupo 1 (ECP-EAV-EAU), también difiere en rendimiento académico con mayor rendimiento que el grupo 3 (BCP-EAV-BAU). Estos resultados sugieren que, en el éxito académico, cobra un protagonismo fundamental dos de las tres dimensiones, esto es, Autodisciplina y Competencia personal, y en menor medida la dimensión de Aceptación de uno mismo y de la vida. Así, aunque se observan puntuaciones elevadas en el grupo de altas puntuaciones en las tres dimensiones (grupo 1: ECP-EAV-EAU), el hecho de que el tercer grupo (BCP-EAV-BAU), el cual únicamente puntúa alto en Aceptación de uno mismo y de la vida, no indique diferencias estadísticamente significativas al compararlo con el grupo 2 (BCP-BAV-BAU), sugiere que son las tres dimensiones las que son relevantes si se presentan de forma unificada, no obteniéndose la misma relevancia si no se presentan las tres dimensiones de manera conjunta (grupo 2: BCP-AUV-BAU, y grupo 3: BCP-EAV-BAU). Estos hallazgos se alinean con la literatura previa que destaca el papel central de la resiliencia en el bienestar y el desempeño académico en estudiantes universitarios. Desde la perspectiva de la psicología positiva, la resiliencia ha sido entendida como un recurso psicológico protector que favorece la adaptación y el afrontamiento eficaz ante las demandas académicas (Wagnild & Young, 1993; Masten, 2014). Estudios empíricos han demostrado que los estudiantes con mayores niveles de resiliencia tienden a presentar un mejor ajuste emocional, mayor percepción de apoyo social y mejores resultados académicos (Hartley, 2011; Cassidy, 2016). Asimismo, investigaciones recientes han evidenciado que dimensiones como la competencia personal y la autoaceptación predicen niveles más altos de satisfacción vital y bienestar general (Martínez-Martí & Ruch, 2017), lo cual coincide con las diferencias observadas entre los perfiles identificados. De acuerdo con los modelos de afrontamiento de Lazarus y Folkman (1984), las estrategias adaptativas vinculadas a la resiliencia permiten a los estudiantes gestionar de manera más eficaz el estrés académico y preservar la salud física y psicológica, respaldando así la relevancia de la resiliencia como un recurso clave para el éxito universitario y el bienestar integral. Así, existe consenso entre la literatura sobre resiliencia en el contexto académico, en afirmar que la resiliencia se asocia significativamente con la autoestima, la autoeficacia, el bienestar psicológico y la capacidad para conseguir con éxito los logros académicos (Gómez y Gundín, 2018; Soldevilla et al., 2018), mientras que parece existir una relación inversa con el agotamiento y los problemas emocionales e incluso con el abandono académico (Banerjee et al., 2019; Ruiz-Román et al., 2020).

En referencia a la calidad de vida y a los factores o dominios que la conforman, esto es, salud física, salud psicológica, relación social y salud ambiental, se observa de nuevo que es el grupo de elevadas puntuaciones en resiliencia (Grupo 1: ECP-EAV-EAU), el que revela mayores niveles, tanto en la escala total, como en la mayoría de factores de calidad de vida, concretamente en el factor de salud física, salud psicológica y salud ambiental, al compararlo con el resto de grupos (Grupo 1: BCP-AUV-BAU y Grupo 3: BCP-EAV-BAU). En este sentido, las dimensiones resilientes de Competencia personal y social y de Aceptación de uno mismo y de la vida, implicarían que la persona se sienta capaz, fuerte, perseverante, se valore y respete a sí misma, que tenga relaciones positivas con otros, así como que tenga control sobre su entorno. Por tanto, puntuaciones elevadas en estas dos dimensiones estarían relacionadas con los factores de calidad de vida referentes a la salud psicológica, salud física y del entorno o ambiente. A su vez, la dimensión resiliente de Autodisciplina (caracterizada con calificativos como voluntad, autocontrol, resolución, determinación, diligencia y resistencia), es otro constructo relevante en el afrontamiento, fortaleza y superación de situaciones adversas y de la consecución de metas (Brewer et al., 2019; Gómez y Gundín, 2018; Joyce et al., 2018; Suriá et al., 2015).

Del mismo modo, y aunque en menor medida, los resultados reflejan diferencias estadísticamente significativas en los factores de calidad de vida relacionados con salud física, salud psicológica y salud social, observándose mayores puntuaciones medias en el grupo 3 (BCP-EAV-BAU), al compararlo con el grupo 2 (BCP-AUV-BAU). Por tanto, la dimensión de Aceptación de uno mismo y de la vida, dimensión elevada en el grupo 3 (BCP-EAV-BAU), es un componente fundamental en estos componentes de calidad de vida. En este aspecto de la investigación, los estudios sobre la relación entre las emociones positivas y la resiliencia indican que la vivencia de las emociones positivas está relacionada con la implementación de estrategias para regular eventos negativos o estresantes, y la existencia de recursos físicos, psicológicos y sociales con la finalidad de enfrentar las experiencias de infortunio y la mejora de la capacidad de resiliencia (Joyce et al., 2018; Tugade et al., 2004).

En referencia al tercer objetivo, examinar si existen diferencias en los *perfiles de resiliencia* en función de las *variables personales y académicas*, los resultados muestran que el género femenino es el que tiene mayor peso en el grupo de mayor resiliencia (grupo 1: ECP-EAV-EAU), mientras que el grupo 2 (BCP-BAV-BAU) y el 3 (BCP-EAV-BAU), reflejó mayor presencia de chicos. Tal y como apuntan diversos autores, las mujeres se caracterizan por ser, con frecuencia, más competentes socialmente, más afectivas y con respuestas que se adaptan más adecuadamente a circunstancias difíciles (Barcia Briones et al., 2018; Luthans et al., 2019; Grotberg, 1995). Del mismo modo, se reflejó que los estudiantes de mayor edad predominaban más en el grupo de alta resiliencia (grupo 1: ECP-EAV-EAU). En este sentido, es lógico que, si la experiencia ayuda al desarrollo de la capacidad resiliente, sean los estudiantes de más edad, los que reflejen mayor desarrollo de esta capacidad (Barcia Briones et al., 2018; Chambers et al., 2024; Suriá et al., 2019).

Finalmente, al examinar los grupos de resiliencia y su relación con las titulaciones de los estudiantes los datos muestran que fueron los estudiantes procedentes de las titulaciones de Psicología, Educación Social y Trabajo Social los que conformaron en mayor medida el grupo 1 (ECP-EAV-EAU). En este sentido, no se han encontrado trabajos en los que se realice una comparativa entre la calidad de vida y los estudiantes de diferentes titulaciones. La mayoría de los estudios están vinculados a examinar la resiliencia en una titulación específica (Mikulic et al., 2010), Educación Social (López Jiménez y Rosa Gregori, 2014), o en estudiantes universitarios en general (Banerjee et al., 2019; Ruiz-Román et al., 2020; Yancha y Guachamboza, 2023). Una explicación posible que podría dar respuesta a los mayores niveles de resiliencia en los participantes de estas titulaciones concretas, esto es, a Psicología, Educación Social y Trabajo Social, y no a estudiantes de otras titulaciones (Criminología y Sociología), podría sustentarse en el contenido de las materias de estas titulaciones. Si se atiende a los objetivos, contenidos y competencias, todas éstas están más vinculadas al desarrollo de fortalezas personales y con ello, a que se refuerce de algún modo el crecimiento personal, la empatía y los comportamientos prosociales (Coll, 1994; Pacheco y Berrocal, 2004; Suriá Martínez et al., 2019; Suriá Martínez y Villegas Castrillo, 2022).

A partir de los resultados obtenidos del presente trabajo, se deduce que la resiliencia se asocia con las diferentes dimensiones que conforman la calidad de vida de los estudiantes de Ciencias Sociales. Del mismo modo, niveles elevados en los tres componentes de resiliencia guardan relación con el rendimiento académico. Finalmente, ciertas titulaciones específicas están más vinculadas al desarrollo de resiliencia. Por tanto, incrementar programas que potencien la capacidad resiliente podría cobrar relevancia a la hora de mejorar la calidad de vida y el rendimiento académico de los estudiantes.

Sin embargo, este trabajo muestra algunas limitaciones que en futuras exploraciones se deberían enmendar. En primer lugar, el manejo de autoinformes como procedimiento de recogida en la investigación, puesto que los resultados podrían estar sesgados. En referencia a la muestra, se reconoce la existencia de posibles sesgos derivados del muestreo utilizado. En concreto, la utilización de un muestreo de conveniencia puede limitar la capacidad de generalización de los resultados a otros contextos educativos o poblaciones universitarias. Asimismo, existe una importante diferencia entre la muestra femenina y masculina, ya que el alumnado de Trabajo Social pertenece en su mayoría al género femenino, aunque coherente con la realidad demográfica del ámbito de estudio, podría influir en la interpretación de determinadas variables sensibles al género. Del mismo modo, la selección basada en la accesibilidad de los cursos y grupos académicos puede dar lugar a un sesgo institucional o de cohortes. En este sentido, la cantidad de estudiantes podría ser susceptible de extenderse, con la finalidad de conseguir una caracterización mucho más exacta. También sería relevante explorar las variables trabajadas en estudiantes de otras titulaciones, con el fin de comparar los resultados y diseñar programas que refuercen la capacidad resiliente de los estudiantes, así como su rendimiento académico y calidad de vida.

A pesar de estas limitaciones, este trabajo refleja la necesidad de profundizar en la relación entre rendimiento académico, calidad de vida y resiliencia en estudiantes universitarios de titulaciones de ciencias sociales. Así, estos resultados, no solo subrayan la relevancia de la resiliencia para el bienestar y el rendimiento académico, sino que también ofrecen una base sólida para el desarrollo de intervenciones prácticas orientadas a mejorar la calidad de vida de los estudiantes universitarios. Considerando que los perfiles con mayor competencia personal, aceptación de la vida y autodisciplina mostraron mejores resultados en bienestar y rendimiento, las universidades podrían implementar programas sistemáticos de fortalecimiento de la resiliencia, integrando estrategias como entrenamiento en habilidades de afrontamiento, mindfulness, psicoeducación emocional, establecimiento de metas académicas realistas, y desarrollo de habilidades de autorregulación y disciplina personal. Talleres grupales dirigidos por psicólogos educativos, tutorías académicas con enfoque en habilidades socioemocionales, y seminarios de gestión del estrés y del tiempo podrían incorporarse dentro de los servicios de orientación universitaria. Asimismo, la integración de contenidos sobre resiliencia y bienestar psicológico en asignaturas transversales o actividades curriculares complementarias contribuiría a promover entornos educativos más saludables y protectores. Se recomienda, además, el diseño de intervenciones adaptadas a perfiles específicos, priorizando a estudiantes con niveles más bajos de resiliencia, e incorporando herramientas digitales como aplicaciones de entrenamiento emocional o plataformas de apoyo entre pares para facilitar el acceso y sostenibilidad de los programas.

En cuanto a futuras líneas de investigación, sería pertinente explorar longitudinalmente la evolución de los perfiles de resiliencia y su relación con el bienestar, a fin de identificar patrones de cambio y factores que contribuyan a su fortalecimiento. Asimismo, sería valioso ampliar la muestra a otras universidades y áreas formativas para aumentar la generalización de los resultados, así como considerar variables adicionales como apoyo social, estrategias de afrontamiento, niveles de estrés académico y características culturales. Investigaciones experimentales que evalúen la eficacia de programas específicos de promoción de resiliencia, así como estudios cualitativos que profundicen en la experiencia subjetiva de los estudiantes en cada perfil, también contribuirían a consolidar el conocimiento sobre los mecanismos que explican la relación entre resiliencia, bienestar y rendimiento académico. Estos enfoques permitirían avanzar hacia modelos más integrales y personalizados de intervención en el contexto universitario.

Referencias

- Aaranson, N. K., Ahmedzai, S., Bergman, B., Bullinger, M., Cull, A., Duez, N. J. y Takeda, F. (1993). The European Organization for Research and Treatment of Cancer QLQ-C30: a quality-of-life instrument for use in international clinical trials in oncology. *JNCI: Journal of the National Cancer Institute*, 85(5), 365-376.
- Abiola, T. y Udoфia, O. (2011). Psychometric assessment of the Wagnild and Young's resilience scale in Kano, Nigeria. *BMC Res Notes* 4, 509. <https://doi.org/10.1186/1756-0500-4-509>.
- Afzal, H., Ali, I., Aslam Khan, M. y Hamid, K. (2010). A study of university students' motivation and its relationship with their academic performance. *International Journal of Business and Management*, 5, 80-88. <https://doi.org/10.5539/ijbm.v5n4p80>.
- Allen, J. D. (2005). Grades as valid measures of academic achievement of classroom learning. *The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, 78(5), 218-223. <https://doi.org/10.3200/tchs.78.5.218-223>.
- Araoz, E. G. E. y Uchásara, H. J. M. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes universitarios*, 10(4), 56-68. DOI:10.17711/au.10.4.2020.56-68
- Ayala, J. C. y Manzano, G. (2018). Academic performance of first-year university students: The influence of resilience and engagement. *Higher Education Research & Development*, 37(7), 1321-1335. DOI: 10.1080/07294360.2018.1475057
- Banda Castro, A. y Morales Zamorano, M. (2015). Psychological Empowerment: a systemic model with individual and community components. *Revista de Psicología (PUCP)*, 33(1), 3-20.
- Banerjee, Y., Akhras, A., Khamis, A. H., Alsheikh, A. y Davis, D. (2019). Investigating the relationship between resilience, stress-coping strategies, and learning approaches to predict academic performance in undergraduate medical students: protocol for a proof-of-concept study. *JMIR research protocols*, 8(9), 146-177. Doi: 10.2196/13501
- Barcia Briones, M. F., Meza Intriago, H. A. y Lino Ruiz, M. E. (2018). Resiliencia en estudiantes universitarios con discapacidad motora. *Caribeña de Ciencias Sociales*, (marzo). Recuperado de: <Https://Www.Eumed.Net/Rev/Caribe/2018/03/Estudiantes-Discapacidad-Motora.Html>.
- Bechofer, F. y Paterson, L. (2012). *Principles of research design in the social sciences*. Routledge.
- Bowling, A., Hankins, M., Windle, G.O, Bilotta, C. y Grant, R. (2013). A short measure of quality of life in older age: The performance of the brief Older People's Quality of Life questionnaire (OPQOL-brief). *Archives of gerontology and geriatrics*, 56(1), 181-187. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2012.08.012>.
- Brewer, M. L., Van Kessel, G., Sanderson, B., Naumann, F., Lane, M., Reubenson, A. y Carter, A. (2019). Resilience in higher education students: A scoping review. *Higher Education Research & Development*, 38(6), 1105-1120. <https://doi.org/10.1080/07294360.2019.1626810>.
- Bronfenbrenner, M. (1987). Japan and Two World Economic Depressions. In *Japan and World Depression* (pp. 32-51). Palgrave Macmillan: London.
- Cabanach, R. G., Souto-Gestal, A., González-Doniz, L. y Taboada, V. F. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 421-433. <https://doi.org/10.6018/rie.36.2.290901>.

- Cabello, H. C., Sucacahua, J. C., Lazo, A. B., Najarro, M. M. y Palomino, M. B. (2017). Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia (Scale Resilience) en una muestra de estudiantes y adultos de la Ciudad de Lima. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 4(2), 121-136. DOI:10.24265/rpptss.v4i2.123201
- Carmona-Halty, M., Salanova, M., Llorens, S. y Schaufeli, W. B. (2019). How psychological capital mediates between study-related positive emotions and academic performance. *Journal of Happiness Studies*, 20(2), 605-617. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-9963-5>.
- Castaño-Castrillón, J.J. y Paez-Cala, M. L. (2020). Calidad de vida laboral percibida y competencias emocionales asociadas en profesionales jóvenes. *Informes Psicológicos*, 20(2), pp. 139-153. <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v20n2a10>.
- Chacín, A. J. P., González, A. I. y Peñaloza, D. W. (2020). Educación superior e investigación en Latinoamérica: Transición al uso de tecnologías digitales por Covid-19. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(3), 98-117. DOI:10.1016/j.raci.2020.10.006
- Chambers, K. M. C., Zapata, J. A. V., Murillo, G. A. M. y Vera, I. Y. Z. (2024). Estado emocional en estudiantes universitarios: aproximación a los riesgos psicosociales desde una perspectiva pedagógica. *Revista Conrado*, 20(96), 648-658. DOI:10.5281/zenodo.6261927
- Chávez, L. J. T., Chávez, Y. V., Santoyo, F. y Javier-Juárez, S. P. (2022). El efecto de los sucesos vitales, el estrés percibido, la resiliencia y el sexo sobre la calidad de vida de estudiantes universitarios: procesos condicionales. *Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, 30(3), 827-842. DOI:10.1026/1618-3169/a000625
- Chávez-Hinostroza, E. F. (2020). Relación entre la resiliencia y la calidad de vida en estudiantes universitarios de Cajamarca. *Avances en Psicología*, 28(1), 61-74. DOI:10.33544/avances.v28i1.1543
- Clark, R. M. (2015). *Family life and school achievement*. University of Chicago Press. <https://doi.org/10.7208/chicago/9780226221441.001.0001>.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2.^a ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-179060-8.50006-2>
- Coll, C. (1994). *Psicología y currículum*. Madrid: Paidós.
- Cummins, R. A. (2005). Moving from the quality-of-life concept to a theory. *Journal of Intellectual disability research*, 49(10), 699-706. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2005.00738.x>.
- De Vincenzi, A. (2020). Del aula presencial al aula virtual universitaria en contexto de pandemia de CO-VID-19. *Debate universitario*, 8(16), 67-72.
- Fernández-Ballesteros, R., Zamarron, M. D., López Bravo, M. D., Molina, M., Montero, P. y Schettini, R. (2010). *Envejecimiento con éxito: criterios y predictores*. <http://hdl.handle.net/10261/83676>.
- Flores, N. L., Balmori, Y. S., Vera, N. F. y Gutiérrez, H. J. D. (2015). Salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública. *Revista hacia la promoción de la salud*, 20(2), 102-117. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2015.20.2.8>.
- García-Peña, F. J. (2020). Modelo de referencia para la enseñanza no presencial en universidades presenciales. *Campus Virtuales*, 9(1), 41-56.
- Gaxiola, J. C., Frias, M., Hurtado, M. F., Salcido, N. L. y Figueroa, F. (2011). Validación del Inventory de Resiliencia (IRES) en una población del noroeste de México. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16, 73-83.
- George, L. K. (2006). Perceived quality of life. In *Handbook of aging and the social sciences* (pp. 320-336). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/b9-78-012088-3/88250-0213>
- Gómez Díaz, M. y Jiménez García, M. (2018). Inteligencia emocional, resiliencia y autoestima en personas con discapacidad física y sin discapacidad. *Enfermería Global*, 17(50), 263-283. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.17.2.291381>.
- Gómez, E. y Kotliarenco, M.A. (2010). Resiliencia Familiar: un enfoque de investigación e intervención con familias multiproblemáticas. *Revista de Psicología*, 19(2), 103-131.
- Gómez, C. M. V. y Gundín, O. A. (2018). Resiliencia, optimismo y burnout académico en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 11(1), 47-59. <https://doi.org/10.30552/ejep.v11i1.185>.
- Grotberg, E. H. (1995). The International Resilience Project: Research and application. Recuperado de: <https://eric.ed.gov/?id=ED423955>.
- Guo, Y. F., Luo, Y. H., Lam, L., Cross, W., Plummer, V. y Zhang, J. P. (2018). Burnout and its association with resilience in nurses. A cross-sectional study. *Journal of clinical nursing*, 27(1-2), 441-449. <https://doi.org/10.1111/jocn.13952>.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. y Tatham, R. L. (2006). *Multivariate data analysis* (6th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall.
- Heileman, M. V., Lee, K. y Kury, F. S. (2003). Psychometric properties of the Spanish version of the Resilience Scale. *Journal of nursing measurement*, 11(1), 61-72. <https://doi.org/10.1891/jnum.11.1.61.520>.
- Joseph, R. P., Royse, K. E., Benitez, T. J. y Pekmezi, D. W. (2014). Physical activity and quality of life among university students: exploring self-efficacy, self-esteem, and affect as potential mediators. *Quality of life research*, 23(2), 659-667. DOI: 10.1007/s11136-013-0482-z
- Joyce, S., Shand, F., Tighe, J., Laurent, S. J., Bryant, R. A. y Harvey, S. B. (2018). Road to resilience: a systematic review and meta-analysis of resilience training programmes and interventions, *BMJ Open*, 14e017858. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-017858>.
- Lavalle, M. I. H., Rivero, M. O., Lavalle, N. M. J., Gutierrez, M. C. M. y Portillo, L. D. T. (2020). Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. *Revista Cuidarte*, 11(1), 11-11. <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.953>.

- Leil, H., Cui, Y. y Zhou, W. (2018). Relationships between student engagement and academic achievement: A meta-analysis. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 46(3), 517-528. DOI: 10.2224/sbp.7017
- López Jiménez, P. y Rosa Gregori, G. (2014). El desarrollo de competencias para la promoción de la resiliencia: buenas prácticas y procesos formativos en Educación social. *Edetania*, (45), 145-163.
- Losada-Puente, L. y Baña-Castro, M. (2017). Calidad de vida del alumnado con alteraciones del desarrollo individual: Apoyos familiares desde la perspectiva profesional. *Revista De Estudios E Investigación En Psicología Y Educación*, (11), 001-005. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.11.2112>
- Lucas-Carrasco, R (2012). The WHO quality of life (WHOQoL) questionnaire: Spanish development and validation studies. *Qual. Life Res.* 21, 161-165.
- Luthans, K. W., Luthans, B. C. y Chaffin, T. D. (2019). Refining grit in academic performance: The mediational role of psychological capital. *Journal of Management Education*, 43(1), 35-61. <https://doi.org/10.1007/s11136-011-9926-3>.
- Mikulic, I. M., Crespi, M. C. y Cassullo, G. L. (2010). Evaluación de la inteligencia emocional, la satisfacción vital y el potencial resiliente en una muestra de estudiantes de psicología. *Anuario de investigaciones*, 17, 169-178. DOI:10.1515/ai-2010-1715
- Mitchell, J.M., Bryan, J. y Kemp, J. (2000). Quality of Life in Assisted Living Homes: A Multidimensional Analysis, *The Journals of Gerontology*, 55 (2), 117-127, <https://doi.org/10.1093/geronb/55.2.P117>
- Morales, M. y González, A. (2014). Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 40(1), 215-228. <https://doi.org/10.4067/s0718-07052014000100013>.
- Muñoz-Cantero, J. M. y Losada-puente, L. (2017). Calidad de vida en adolescentes: Evaluación de necesidades basada en factores personales. *Revista De Estudios e Investigación En Psicología y Educación*, 2,6-12. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.11.2113>.
- OMS (2008). Subsanar las desigualdades en una generación: alcanzar la equidad sanitaria actuando sobre los determinantes sociales de la salud. Informe final de la Comisión sobre determinantes sociales de la salud. Ginebra: OMS; 2008. Recuperado de: http://www.who.int/social_determinants/es/.
- Pacheco, N. E. y Berrocal, P. F. (2004). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clínica y salud*, 15(2), 117-137.
- Palomar, J., Matus, G. L. y Vicyorio, A (2012). ¿De qué está hecha la resiliencia de pobres extremos del centro de México? *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 8, 59-74. DOI:10.1016/S1130-5274(12)70007-7
- Paro, H. B., Silveira, P. S., Perotta, B., Gannam, S., Enns, S. C., Giaxa, R. R., ... y Tempski, P. Z. (2014). Empathy among medical students: is there a relation with quality of life and burnout? *PloS one*, 9(4), e94133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0094133>.
- Pekmezovic, T., Popovic, A., Tepavceviv, D.K., Gazibara, T. y Paunic, M. (2011). Factors associated with health-related quality of life among Belgrade University students. *Qual Life Res*, 20(3), 391-397. DOI:10.1007/s11136-010-9751-9
- Power, M., Bullinger, M. y Harper, A. (1999). The World Health Organization WHOQOL-100: Tests of the universality of quality of life in 15 different cultural groups worldwide. *Health Psychology*, 18(5), 495-505. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.18.5.495>.
- Ribeiro, I. J., Pereira, R., Freire, I. V., De Oliveira, B. G., Casotti, C. A. y Boery, E. N. (2018). Stress and quality of life among university students: A systematic literature review. *Health Professions Education*, 4(2), 70-77. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>.
- Rodríguez, M., Pereyra, M. G., GIL, E., Jofré, M., De Bortoli, M. y Labiano, L. M. (2009). Propiedades psicométricas de la escala de resiliencia versión argentina. *Revista Evaluar*, 9(1), 72-82. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v9.n1.465>.
- Ruiz-Román, C., Pérez-Cea, J. J. y Cuesta, L. M. (2020). Evolución y nuevas perspectivas del concepto de resiliencia: de lo individual a los contextos y relaciones socioeducativas. *Educatio Siglo XXI*, 38, 213-232. <https://doi.org/10.6018/educatio.432981>.
- Salcedo Barragán, M., & Villalba, A. M. (2008). El rendimiento académico en el nivel de educación media como factor asociado al rendimiento académico en la universidad. *Civilizar Ciencias Sociales y Humanas*, 8(15), 163-186.
- San Juan Bosch, M.A., García Nuñez, R.D., Mur Villar, N., Falcón Hernández, A. y Díaz Brito, A. (2020). Experiencias y alternativas académicas de la Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos durante la COVID-19. *MediSur*, 18(3), 410-415. DOI:10.4114/medisur-2020-3003
- Seligman G. y Csikszentmihalyi, (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.5>.
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J. y Columba Meza-Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83. DOI: 10.22201/ib.20078706e.2020.79.2203
- Soldevilla, A. R., Hernández, J. A. D. y Rodríguez, P. E. (2018). Resiliencia y rendimiento académico en estudiantes de educación superior. *Revista Educretam*, 1, 45-55. DOI:10.25061/25007387.1687
- Suriá Martínez, R., García, J. M. y Ortigosa, J. M. (2015). Perfiles resilientes y su relación con las habilidades sociales en personas con discapacidad motora. *Behavioral Psychology*, 23, 35-49. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2015.01.016>.
- Suriá Martínez, R, Villegas, E. y Escartín, M. J. (2019). Relación entre la conducta prosocial y el sexo y edad en estudiantes de Trabajo Social. En: Roig-Vila, Rosabel (ed.). *Investigación e innovación en la Enseñanza Superior. Nuevos contextos, nuevas ideas* (pp. 417-423). Barcelona: Octaedro.

- Suriá Martínez, R. y Villegas-Castrillo, E. (2022). Relationship between academic goals and prosocial behaviour in social work university students. <https://doi.org/10.5209/cuts.78721>
- Trigueros, R., Magáz, A. M., García-Tascón, M., Alias, A. y Aguilar, J. M. (2020). Validation and adaptation of the academic-resilience scale in the spanish context. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 3779. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113779>.
- Trujillo, S., Tovar, C. y Lozano, M. (2004). Formulación de un modelo teórico de la calidad de la vida desde la Psicología. *Universitas Psychologica*, 3(1), 89-98.
- Tugade, M. M., Fredrickson, B. L. y Feldman, L. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of personality*, 72(6), 1161-1190. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00294>.
- Upton, P., Maddoks, A., Barnes, P. y Meeuwsen, M. (2013). The Quality of Life in Care Questionnaire: An assessment of feasibility, test-retest reliability and responsiveness in a clinical sample. *Vulnerable Children and Youth Studies*, 8(1), 10-17. <https://doi.org/10.1080/17450128.2012.729871>.
- Vara, M. C. y R, Rodríguez, J. M. A. (2011). Validación psicométrica de la Escala de resiliencia (RS) en una muestra de adolescentes portugueses. *Psicopatología Clínica Legal y Forense*, 11(1), 51-65. DOI: 10.5093/pslc2021a3
- Vargas, E. y Lanuque, A. (2021). Afrontamiento del estrés en alumnos universitarios de tecnociencias, una revisión sistemática. *Perspectivas Metodológicas*, 21, 18-18. <https://doi.org/10.18294/pm.2021.3436>
- Veenhoven, R. (2000). Freedom and happiness: A comparative study in forty-four nations in the early 1990s. *Culture and subjective well-being*, 257-288. DOI: 10.1007/978-94-015-9241-9_11
- Veramendi V., Nancy G., Portocarero, E. y Espinoza, F.E. (2020). Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(6), 246-251. DOI:10.22199/issn.0717-9707-2020-0012-0006
- Verdugo, M. A. y Martín, M. (2002). Autodeterminación y calidad de vida en salud mental: dos conceptos emergentes. *Salud mental*, 25(4), 68-77.
- Villalta, M. A. (2010). Factores de resiliencia asociados al rendimiento académico en estudiantes de contextos de alta vulnerabilidad social. *Revista de pedagogía*, 31(88), 159-190.
- Wagnild, G. M. y Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of nursing measurement*, 1(2), 165-17847.
- Yancha, P.A. T. y Guachamboza, D. A. C. (2023). Dependencia emocional y su relación con la resiliencia en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinaria*, 7(1), 3189-3206. DOI: 10.5377/cl.v7i1.12123
- Yuing, T. A., Soto-Espíndola, C., Valdés-Valdés, N. A., Méndez-Rebolledo, G. y Guzmán-Muñoz, E. (2021). Autopercepción de la condición física, funcionalidad y calidad de vida en estudiantes universitarios. *Revisita Cubana de Medicina Militar*, 50(2). DOI: 10.51588/rcmm.2021.502.04