



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

“RELACIÓN ENTRE
FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
CON LA ADAPTACIÓN
UNIVERSITARIA EN JÓVENES
ESTUDIANTES DE TRUJILLO”

TESIS PARA OPTAR EL GRADO DE
MAESTRA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

SANDRA ISABEL SALAZAR CONCEPCION

LIMA – PERÚ
2024

ASESOR

Dr. Giancarlo Ojeda Mercado

JURADO DE TESIS.

Mg. Elena Esther Yaya Castañeda

PRESIDENTE

Mg. Melania Katy Gutierrez Yopez

VOCAL

Mg. Rita Selene Orihuela Anaya

SECRETARIA

DEDICATORIA.

A mi hijo Enzo Stefano Valentino, quién es el motor y motivo para seguir creciendo y desarrollándome como persona y profesional, toda vez que le sea un modelo y guía en su camino.

A mi esposo Heinz, por ser mi compañero y apoyo total, en mis proyectos personales y construcción familiar.

A mi familia, mi madre Gregoria Haydee, en el cielo, quién desde su partida, se ha convertido en un ángel de protección y cuidado. A mi padre Enrique y su esposa Mercedes, a mis hermanos Diana y Enrique, quiénes son el soporte emocional y de motivación para hacer frente a las adversidades

AGRADECIMIENTOS.

Al ser divino, por brindarme la sapiencia y la salud, ser mi soporte y fortaleza,
para concluir este propósito en mi vida.

Al Dr. Giancarlo Ojeda, por su confianza y disposición permanente en la asesoría
de este estudio.

A las autoridades académicas y estudiantes universitarios, por brindar las
facilidades respectivas y consentimiento para participar voluntariamente en la
investigación.

FUENTE DE FINANCIAMIENTO.

Tesis autofinanciada

RELACIÓN ENTRE FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO CON LA ADAPTACIÓN UNIVERSITARIA EN JÓVENES ESTUDIANTES DE TRUJILLO

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	2%
2	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	1%
3	repositorio.ucaldas.edu.co Fuente de Internet	1%
4	repositorio.usil.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
6	core.ac.uk Fuente de Internet	<1%
7	dspace.unitru.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	Submitted to Pontificia Universidad Catolica del Peru Trabajo del estudiante	<1%

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN

ABSTRACT

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del Problema	6
1.1.1. Identificación del Planteamiento del Problema	6
1.1.2. Justificación del Estudio	14
1.1.3. Limitaciones de la Investigación	16

II. OBJETIVOS

2.1. Objetivo General	17
2.2. Objetivos Específicos.	17

III. HIPÓTESIS

3.1. Hipótesis General	18
3.2. Hipótesis Específicas.	18

IV. MARCO TEÓRICO

4.1. Aspectos conceptuales pertinentes	19
4.1.1. Tipo de Funcionamiento Familiar	19
4.1.2. Estrategias de Afrontamiento	38
4.1.3. Adaptación a la vida universitaria	48
4.2. Investigaciones en torno al Problema investigado, a nivel Nacional e Internacional	59
4.3. Definiciones conceptual y operacional de variables	64
4.3.1. Definición Conceptual de variables	64
4.3.2. Definición operacional de variables	65

V. METODOLOGÍA	
5.1. Nivel y tipo de Investigación	68
5.2. Diseño de la Investigación	68
5.3. Naturaleza de la Población	69
5.3.1. Descripción de la Población	69
5.3.2. Muestra y Método de muestreo	69
5.3.3. Criterios de Inclusión	71
5.3.4. Criterios de exclusión	71
5.4. Instrumentos	72
5.5. Procedimientos	78
5.6. Consideraciones éticas	78
5.7. Plan de Análisis de datos	79
VI. RESULTADOS	81
VII. DISCUSIÓN	89
VIII. CONCLUSIONES	103
IX. RECOMENDACIONES	104
X. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	106
XI. ANEXOS:	

1. Escala de Cohesión y Adaptación familiar
2. Cuestionario de Modos de afrontamiento al estrés
3. Cuestionario de Vivencias académicas (QVA-r)
4. Consentimientos informados.

LISTA DE TABLAS

Tabla N° 1: Distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según Escuela Académica	69
Tabla N° 2: Distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según Ciclo Académico.	70
Tabla N° 3: Distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según el Género.	70
Tabla N° 4: Distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según la Edad.	71
Tabla N° 5: Correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.	81
Tabla N° 6: Frecuencias por tipo de Funcionamiento familiar en jóvenes estudiantes de una Universidad de Trujillo.	83
Tabla N° 7: Frecuencias por Estrategia de afrontamiento con mayor uso, en jóvenes estudiantes de una Universidad de Trujillo	84
Tabla N° 8: Distribución según el nivel de las dimensiones de la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo	86
Tabla N° 9: Correlación entre el tipo de Funcionamiento familiar y la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una Universidad de Trujillo.	87
Tabla N° 10: Correlación entre las estrategias de afrontamiento y la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una Universidad de Trujillo.	88

RESUMEN.

El presente estudio de tipo descriptivo y diseño correlacional, tuvo como objetivo conocer la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo. La muestra estuvo constituida por 249 universitarios, matriculados en el I y II ciclo de una Facultad de Educación e Idiomas, a quienes se les aplicó la Escala de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III), el Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento (COPE), y el Cuestionario de Adaptación Universitaria (QVA-R). Los resultados evidenciaron que existe correlación moderada entre el tipo de funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en los participantes. Se discute los resultados de la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y adaptación universitaria, siendo esta muy baja, por lo que se recomienda ampliar la investigación, sobre todo, en torno a la temática Familia y Universidad.

PALABRAS CLAVES:

TIPO DE FUNCIONAMIENTO FAMILIAR, ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO, ADAPTACIÓN UNIVERSITARIA.

ABSTRACT

The present study of descriptive type and correlational design, had as objective to know the correlation between the family functioning type and coping strategies with university adaptation in young students of a university from Trujillo. The sample consisted of 249 university students, enrolled in the I and II cycle of a Faculty of Education and Languages, to whom the Family Cohesion and Adaptability Scale (FACES III), the Multidimensional Inventory of Coping Estimation (COPE), and the University Adaptation Questionnaire (QVA-R) were applied. The results showed that there is a moderate correlation between the type of family functioning and coping strategies with college adjustment in the participants. The results of the correlation between the type of family functioning and university adaptation are discussed, being very low, so it is recommended to expand the research, especially around the theme of Family and University.

KEYWORDS: TYPE FUNCTIONING FAMILY, COPING STRATEGIES,
UNIVERSITY ADAPTATION

I. INTRODUCCIÓN

Hoy en día, es una necesidad imperiosa que los jóvenes se involucren y participen activamente en los diferentes entornos en los que se desenvuelven, académicos, laborales, sociales, económicos, políticos y de investigación, teniendo en cuenta que, las decisiones que toman no sólo tendrá un impacto en su vida personal, sino también, en el bienestar, crecimiento y desarrollo sostenible del país. Es por ello que, el ingreso a la universidad y permanecer dentro de ella con éxito, se convierte en uno de los proyectos con mayor significado en sus vidas a consolidar, por los cambios y transformaciones que en esta etapa se derivan.

De acuerdo a los resultados del Censo Nacional de Población y Vivienda del año 2017, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018) dio a conocer que la población peruana joven incluida en los grupos de edades de 15 a 29 años, suman 7 millones 317 mil 534, lo que significaría casi el 25% de la totalidad de la población, y la tercera parte de la población en edad de trabajar; además, indicó que sólo el 22% de este grupo contó con la oportunidad de alcanzar estudios de nivel superior universitaria.

Asimismo, el Diario GESTIÓN, publicó un artículo en julio de 2017, en el que señala que, según los resultados de Penta Analytics, compañía líder en soluciones analíticas, de los jóvenes que ingresan a una universidad particular en nuestro país, el 27% desertan sólo en el primer año de carrera, siendo cuatro los posibles principales factores causantes del abandono de sus estudios: dudas vocacionales, problemas emocionales, bajo rendimiento académico y problemas financieros. Francisco Rojas, representante de la empresa, asegura que el detectar oportunamente los móviles, permite disponer de alertas tempranas y recomendar

estrategias específicas para disminuir la deserción; además, señaló que, debido a que en la actualidad se evidencia un crecimiento de ofertas académicas y una menor resistencia y prejuicio social frente a un cambio de carrera, ello también estaría relacionado al incremento de este fenómeno.

Ingresar a la Universidad de por sí va a significar el inicio de un periodo crítico de adaptación, con nuevos retos y desafíos, que cambiarán el modo y estilo de vida del estudiante, la relación consigo mismo y con su entorno. La adaptación universitaria hace referencia al proceso de acomodación y ajuste, complejo y multidimensional, dentro del cual implica la confrontación del joven a múltiples tareas y desafíos, tanto en los dominios académico e institucional como socioemocional, y donde interactúan tanto variables personales, interpersonales y contextuales, repercutiendo en el desarrollo y desempeño del estudiante (Almeida, et. al., 2000; Soares, et. al., 2011).

Es por ello que, algunos autores, como se citaron en Soares et. al. (2014), señalan que la transición e integración en el nivel superior, exige madurez y autonomía en las relaciones interpersonales, ajuste emocional y rendimiento académico, así como, el manejo de mecanismos de estrategias de afrontamiento efectivas (Gibson y Bronw, 1992; Freitas, 2004, como se citó en Vieira, 2015); implica, los recursos personales disponibles en el estudiante, y las acciones que realiza como respuesta a las exigencias académicas, y que le resultan positivas para la integración o afiliación a la universidad (Pérez, 2016, como se citó en Tejada, 2020). En tal sentido, es necesario no sólo el desarrollo de competencias intelectuales sino también socioafectivas, que le permita al estudiante hacer frente a las situaciones estresantes y ser tolerantes a la frustración, responder a los nuevos

requerimientos de enseñanza-aprendizaje, favorecer a la convivencia con compañeros y académicos de diferentes procedencias escolares y culturales, costumbres, valores e intereses, así como fortalecer su identidad, autocuidado, autonomía, gestión de emociones y resolución de problemas.

En este proceso de afrontamiento, el estudiante utiliza diferentes estrategias a nivel de pensamiento y conducta, que le permiten gestionar adecuadamente las exigencias internas o externas que se van presentando en el camino, valoradas como muy estresantes o desbordantes a sus recursos; dicho proceso es individual, ya que tiene relación con su experiencia previa, la autoapreciación de sus capacidades y motivaciones que presente, intentando regularse emocionalmente (Lazarus y Folkman, 1984; Carver et. al, 1994, citados en Ayca, 2016.). Además, en este proceso de adaptación universitaria, y las consecuencias a las que puede llevar, se debe tener en cuenta tanto las características personales que influirán en la percepción de sus vivencias académicas y cómo actúa en este medio, así como las características de este nuevo contexto (Almeida, et. al., 2000).

Por su parte, la familia desempeña funciones importantes en la vida universitaria, siendo el soporte vital básico que estabiliza y contiene al joven en el proceso académico, como apoyo afectivo, social y moral; siendo fundamental que los padres a través de un diálogo abierto, sincero, respetuoso y sobre todo empático, acompañen a sus hijos(as) en el proceso de conocerse a sí mismos, ser autónomos y tomar decisiones responsables, manteniendo la motivación y determinación en el logro de sus objetivos y metas, haciéndoles sentir pertenecientes y respaldados por su seno familiar, ante los cambios y crisis evolutivos propios de su etapa en la vida universitaria. Del modelo circumplejo de Olson, se deriva que las familias

funcionales tienden a ser más felices y exitosas, interaccionan con un estilo comunicativo positivo, y a lo largo del tiempo, modifican eficazmente sus niveles de cohesión y adaptabilidad para hacer frente al estrés y a los cambios de desarrollo; así mismo, describe a la cohesión como el vínculo afectivo que se tienen unos a otros, y, la adaptabilidad como la capacidad de equilibrar la estabilidad con el cambio, reorganizando su liderazgo, rol y reglas de relación, y la comunicación como la habilidad que permite a los integrantes compartir sus necesidades en relación con las dos primeras (Olson, 1999; 2019).

Por otro lado, en el Perú y en otros países, algunas universidades se han preocupado por ofrecer servicios o programas, como sistemas de tutoría, coaching o mentoría universitaria, estableciendo alianzas con padres de familia, estudiantes de últimos ciclos, delegados de aulas, psicólogos, trabajadores sociales, médicos, entre otros; con el fin de acompañar al estudiante y brindarle el soporte necesario en su proceso de adaptación. Estos servicios buscan fortalecer la salud física y psicológica, las competencias de enseñanza-aprendizaje, así como el proceso de maduración de la identidad personal e institucional, contribuyendo en la formación integral y la consecución del proyecto de vida vocacional-profesional que se plantearon.

Asimismo, las investigaciones en el ámbito universitario han demostrado resultados significativos en relación a problemas de salud mental en universitarios, tales como ansiedad, episodios depresivos, estrés crónico, bullying, consumo de alcohol y drogas, intento de suicidio, entre otros; los cuales podrían estar relacionados con dificultades en su adaptación; sin embargo, muy poco o nada se ha tratado estudios sobre la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y

estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria; frente a ello, es importante conocer cómo el estudiante está afrontando estas situaciones de estrés generados por la vida universitaria misma o por las propias de su edad, qué estrategias está utilizando, si son las más adecuadas, y sobre todo si cuenta con el soporte de una familia funcional, donde se sienta respaldado ante cualquier circunstancia difícil de la vida, toda vez que, estos factores podrían estar involucrados en la adaptación exitosa en la universidad y/o el no abandono de sus estudios.

Frente a lo expuesto, nace la necesidad de investigar: ¿Cuál es la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo?, y a partir de los resultados aportar significativamente a los conocimientos de la profesión.

En el capítulo uno, se desarrolla la introducción, que incluye el planteamiento del problema y justificación del estudio, marco teórico y antecedentes de la investigación, además de las limitaciones que se han encontrado, aspectos conceptuales pertinentes, así como la definición operacional y conceptual de las variables del estudio. El capítulo dos y tres, hacen referencia a las hipótesis planteadas y los objetivos del estudio, respectivamente. En el capítulo cuatro, se detalla la metodología que se efectuó, describiendo el nivel y tipo de Investigación, población y muestra, los instrumentos de evaluación, procedimiento, consideraciones éticas y plan de análisis de los datos. Finalmente, los resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones de la investigación, lo encontraremos en los capítulos cinco, seis, siete y ocho, respectivamente.

1.1. Planteamiento del Problema:

1.1.1. Identificación del Problema:

Al finalizar los estudios del nivel secundario, el o la joven se enfrenta a una serie de interrogantes acerca de su futuro, evaluando no sólo sus capacidades intelectuales, sino también características personales, preparación escolar previa, intereses vocacionales, además del apoyo familiar, económico y social con el que cuenta, así como las oportunidades de centros de estudios y mercado laboral que ofrece la carrera a elegir, con el afán de seleccionar la alternativa más acertada y decisión responsable, que permita satisfacer sus expectativas y la de las personas significativas que confían en él. Tal como lo expone Vieira (2015), esta situación a la que enfrentan podría generar dificultades y crisis de desarrollo, llevándoles a posibles estados de estrés, ansiedad, e inestabilidad emocional, ante la preocupación de fracasar y/o defraudar a sus seres queridos.

Si bien es cierto, el ingreso a la universidad, puede significar una de las metas más anheladas, que conducirá a la realización de un proyecto profesional y desarrollo personal, tanto para el joven estudiante como para sus seres queridos, con comportamientos y actitudes mucho más autónomos e independientes, que les permitirá mejorar su situación actual y por ende, lograr una calidad de vida mucho más satisfactoria; la vida universitaria también exige saber gestionar adecuadamente su autonomía y las múltiples demandas y desafíos que con ella trae, ya que al no hacerlo podría inestabilizarlo y afectar su rendimiento académico (Freitas, et.al., 2007), lo mismo que, cuando las expectativas del estudiantes son muy altas o poco realistas, pueden generarles decepción o frustración, y debilitar también sus emociones, no encontrando las herramientas necesarias para hacer

frente a las exigencias de la educación superior, disminuyendo la implicación, rendimiento y éxito académico (Howard, 2005, como se citó en Soares et al, 2014); ya que estas expectativas pueden haberse visto influenciadas por la experiencia escolar previa, factores familiares, sociales y económicas, incluso hasta por la información que brindó la Institución al momento de su registro sobre los servicios y recursos disponibles (Kuh et. al., 2005b, citados en Soares et. al., 2014).

Almeida, et. al. (2000), señalan que la transición y adaptación a la educación superior es un proceso complejo y multidimensional, el cual implica variables intra e interpersonales y contextuales, donde el estudiante no sólo afronta cambios evolutivos propios de edad, sino también desafíos que demandan las exigencias de un nuevo marco educativo. Estos desafíos a los que se enfrentan los jóvenes parten de la adaptación a la institución y carrera, y derivan de la nueva relación que establecerán con compañeros y docentes, de las exigencias académicas y hábitos de estudio que requiere el nuevo sistema de enseñanza-aprendizaje y de evaluación al que acceden, el grado de autonomía que les ofrece su nuevo estilo de vida, la salida del hogar y la consiguiente separación de amigos y familiares, la capacidad de gestión del tiempo y del dinero, perspectivas de carrera y compromisos vocacionales con oportunidades de aprendizaje y capacitación, entre otros (Freitas, et. al., 2007) para lo que no siempre están preparados, surgiendo dificultades interpersonales, que afectan a las relaciones con amigos, la pareja y los padres, y/o intrapersonales, que se exteriorizan en sentimientos de soledad, aislamiento social, conflictos en el proceso de individuación y desapego de los padres (Ferreira, 2003, citado por Vieira, 2015). Este proceso puede ser mucho más complejo si se suma las dificultades económicas, ya que muchos de ellos se ven

obligados a trabajar y estudiar, lo cual incrementa el cansancio físico, descuido en hábitos alimenticios y de sueño, así como el disfrute de tiempo libre, llevándoles en muchos casos a la deserción y fracaso sólo en el primer año de estudios.

En relación a ello, se evidencia en algunas investigaciones que, las situaciones que mayor estrés les genera a los estudiantes universitarios serían la sobrecarga, organización y los límites de tiempo para realizar actividades académicas, la preparación y resultados en las evaluaciones, problemas de integración grupal, dificultades en la relación con el sexo opuesto, relación con el docente, la falta de dinero, la combinación de trabajo y estudio, la responsabilidad y presión por lograr altas calificaciones, preocupación por su futuro y por sí mismo; y temas relacionados con la familia, tales como la separación o poco tiempo para estar juntos, conflictos y violencia familiar, el poco interés e involucramiento de los padres en sus estudios y la falta de apoyo instrumental para su desempeño académico (Silva et. al., 2020; Valdivieso et. al 2020; Castillo et. al., 2018; Padilla y Figueroa, 2015; Díaz et. al., 2014; Barraza y Silerio, 2007, Chau y Van de Broucke, 2005, Cassaretto et. al., 2003); siendo esperable que ante las diferentes exigencias y desafíos que se presentan en esta nueva etapa, en donde pondrán a prueba sus habilidades y competencias para la consecución de sus objetivos, aparezcan sintomatología clínica, como consecuencia de un desequilibrio o valoración de que la situación ha sobrepasado a sus recursos, tal como lo demuestran algunos estudios, donde se advierte mayor incidencia de trastornos adaptativos, seguidos de trastornos del ánimo (o episodios depresivos), trastorno de ansiedad (o ansiedad generalizada, fobia social, angustia, desesperación), trastorno alimentarios, baja autoestima, trastorno de personalidad, abuso y dependencia al

alcohol, antecedentes, ideación y conductas suicidas, reacciones físicas y fisiológicas (dolores de cabeza, alteraciones en el sueño, onicofagia) y otros problemas psicosociales o ambientales relacionados con el grupo primario, la enseñanza e interacción social; así como mayor probabilidad de abandono o deserción estudiantil. (Silva et. al., 2020; Castillo et. al., 2018; Micín y Bagladi, 2011; Cova et. al., 2007; Vargas et. al., 2008; Barraza y Silerio, 2007). Por lo que es de gran importancia identificar las posibles situaciones estresantes, las condiciones en que se van desarrollando y los modos en que el estudiante los está afrontando, previniendo cualquier desequilibrio en su desenvolvimiento académico y salud integral, que le lleve al abandono de sus estudios, ya que la deserción existe en todos los contextos sociales, sin importar la carrera profesional o universidad.

Asimismo, la percepción y el análisis que hacen los educandos a sus vivencias académicas después de su ingreso a la universidad, influenciará de cierta forma sobre la permanencia y la deserción en su carrera; abandonar o continuar en un programa de estudio va a depender de las conductas previas, actitudes y normas subjetivas, que conllevarán a una intención conductual y manifestación de comportamiento como tal, el mismo que modificará la idea y normativas subjetivas sobre las consecuencias de esta conducta (Fishbein y Ajzzem, 1975; Attinasi, 1986, citados en Himmel, 2002). Righi, Jorge, y Dos Santos (2006) señalan que la percepción sobre su satisfacción de toda la experiencia formativa influenciará en su involucramiento con la institución, lo que se evidenciará en sus decisiones de continuar o no en la universidad.

En tal sentido, la vida universitaria va acompañada por un conjunto extenso e integrado de cambios, que implican aspectos de índole cognitivo, afectivo, social

y profesional, exigiendo un desenvolvimiento autónomo, identidad consolidada, así como el uso de estrategias de afrontamiento efectivas, siendo importante que las instituciones conozcan la variedad de características de sus estudiantes, para que así colaboren con el fortalecimiento y desarrollo a nivel personal, cognitivo, afectivo, social, profesional y cultural en el alumno (Righi, Jorge, y Dos Santos, 2006; Marquez, Ortiz y Rendón, 2009).

En España, Valdivieso et al (2020), realizó una investigación sobre las estrategias de afrontamiento al estrés académico, demostrando en sus hallazgos que los jóvenes universitarios utilizaban con mayor frecuencia el pensamiento desiderativo, la expresión emocional, la resolución de problemas y la retirada social. Lo mismo que en Perú, Cassaretto et. al. (2003), identificó en sus resultados a las estrategias reinterpretación positiva, búsqueda de apoyo social emocional y planificación; Fontenla (2017), encontró que las más empleadas por los universitarios serían el afrontamiento activo, seguido de postergación del afrontamiento, enfocar y liberar emociones; asimismo, Olivera (2018), al estudiar la misma temática advirtió que sería la reinterpretación positiva y crecimiento, búsqueda de soporte social por razones emocionales, planificación y afrontamiento activo; esta autora, además encontró diferencias significativas por el sexo en toda la muestra de estudiantes migrantes, ya que las mujeres serían tendientes a apearse a lo religioso, y los varones recurrirían al humor y uso de sustancias con el fin de disminuir el estrés ante las dificultades en la vida universitaria; igualmente, Salinas (2019), dio como resultados que la planificación, desentendimiento cognitivo, conductual, negación y supresión de actividades serían las más utilizadas por los estudiantes universitarios que trabajan. Del mismo modo, en Uruguay, Scafarelli y

García (2010), también se interesaron por el tema, señalando que, en cuanto al sexo, las féminas son tendientes a utilizar mucho más que los hombres, el buscar apoyo y compartir sus problemas con los demás, sentirse perteneciente a un grupo y que se interesen por ellas, son preocupadas por su felicidad a largo plazo, y recurren a actividades divertidas y relajantes ante situaciones de estrés.

Al respecto, Cova et. al (2007), consideran importante fortalecer los recursos personales y estrategias de afrontamiento en los estudiantes, de tal manera que favorezca el afronte a los estímulos estresores a los cuales están expuestos dentro y fuera del contexto universitario; más tarde, Morales (2018), sigue reforzando esta idea, ya que considera que el uso de estrategias de afrontamiento funcionales o productivas favorecerá a una mejor calidad de vida, mayor bienestar, adaptación o ajuste en el entorno universitario, por lo que es fundamental la evaluación de estas, tanto desde la perspectiva clínica como educativa.

Por otro lado, de acuerdo con Fallon y Bowles (citado por Macías, et. al.2013), la familia actuaría como factor protector para la adaptación funcional de los adolescentes cuando la perciben como organizada, expresiva, cohesiva, y los anime a la independencia; siendo un ambiente de unión y comunicación afectiva, donde se tiene la libertad y respeto de expresar opiniones e inquietudes, interés en los proyectos e ideales de los integrantes, así como aceptación de las diferencias individuales, siendo flexibles en la organización en las reglas y roles; por lo contrario, las dificultades en el grupo primario, estarían relacionadas con el origen y mantenimiento de cuadros clínicos en estudiantes universitarios (Vargas, et. al., 2008), obstaculizando posiblemente en su proceso de integración y adaptación al entorno universitario.

Almeida, et. al. (2000), señalan que, si bien los estudiantes en la época universitaria se vuelven más autónomos e independientes, mantienen proximidad social y afectiva en sus relaciones familiares, siendo importante el apoyo y soporte recibido, el sentido de pertenencia, la relación con sus padres y la comunicación para compartir sus proyectos personales y profesionales, aun cuando es un adulto joven; asimismo, Soares, et. al. (2007), señala que investigadores han demostrado en sus estudios que los jóvenes provenientes de sistemas familiares disfuncionales, manifestarían dificultades en la adaptación a la universidad.

Asimismo, es sabido que, muchos de los jóvenes estudiantes se ven obligados a migrar a la capital de cada región para alcanzar sus estudios superiores, alojándose en habitaciones de alquiler o en el mejor de los casos, en casas de familiares; situación que afectaría transitoriamente la organización y funcionalidad de su familia, debilitando el diálogo, la expresión afectiva y la confianza, el tiempo para estar juntos y compartir actividades, la eficacia de normas y reglas disciplinarias, así como el cumplimiento de roles, la percepción de unión, compromiso y apoyo familiar, lo que aumentaría la situación estresante, con sentimientos de soledad, ansiedad y desmotivación académica, sumándose la exigencia de adaptarse a un nuevo estilo de vida individual o al clima y cultura de un nuevo marco familiar que lo acoge. Esto, además de tener en cuenta, que de por sí cada estudiante ya viene con su historia y dificultades personales y familiares al inicio de sus estudios.

Es por ello que, Chau y Saravia (2014), recomiendan que se amplíe la investigación sobre el estudio de variables relacionadas con la adaptación universitaria, entre ellas cita al ambiente familiar y las estrategias que emplean los

estudiantes para afrontar escenarios adversos, como factores que desempeñarían un rol significativo en este proceso, y que amerita ser investigado. Del mismo modo, Díaz et. al. (2014), consideran que el entorno de la familia puede influir en el proyecto de vida académica, siendo importante la participación y los espacios compartidos en familia para socializar y retroalimentar las experiencias vividas en la etapa universitaria, convirtiéndose en un aliado de apoyo social y afrontamiento frente a las situaciones estresantes.

El estudiante requiere por ende, de un conjunto de recursos, que favorezcan la adaptación universitaria, con un estilo más autónomo y responsable, estable emocionalmente, que le permita tomar decisiones asertivas, resolver conflictos, pensar crítico y reflexivamente, convivir en un medio social y culturalmente diverso, exponer y argumentar sus ideas, reafirmando su identidad, manejar las diferentes situaciones de estrés académico, y participar en actividades culturales, tecnológicas, de investigación e innovación. En esa línea, Soares, et. al. (2018) cita a autores que coinciden en la necesidad de fortalecer diversos recursos personales, académicos, emocionales, familiares y sociales, para la permanencia y el éxito académico. Así mismo, algunas investigaciones consideran que los cambios y exigencias que conlleva ingresar a la universidad, no sería del todo negativo para el estudiante, pues favorece a la madurez y desarrollo de mecanismos de afrontamiento que le serán útiles para adaptarse este nuevo contexto tanto a nivel personal, académico y profesional (Seco et. al., 2005, citado por Vieira, 2015); siendo relevante los recursos y red de apoyo con los que disponen para diferenciarse en la percepción de la situación, si se considera un reto a lograr o una situación amenazante incontrolable.

Actualmente, el interés por fomentar el bienestar universitario como protección de la salud del estudiante ha tomado gran importancia en las entidades de educación superior. Consorcio de Universidades (2013), enfatiza en crear políticas y acciones que contribuyan al bienestar general y mejora de la calidad de vida del estudiante, motivándoles a ser conscientes y responsables en la edificación de un estilo de vida saludable, a nivel físico, mental, como en el cuidado del medio ambiente; es por ello que se está incrementando estudios que permitan de acuerdo a los resultados tomar medidas preventivas – promocionales, para así junto con el apoyo de especialistas, colaborar en el proceso de adaptación universitaria, y salud mental en general.

Por lo descrito anteriormente, es que se formula la pregunta de investigación de la siguiente manera: ¿Cuál es la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo?,

1.1.2. Justificación del estudio:

Este mundo globalizado y altamente competitivo, exige cada vez más que los estudiantes universitarios demuestren habilidades no sólo cognitivas e intelectuales, sino también competencias socio afectivas, que favorezca a la toma de decisiones autónomas y responsables, afrontar situaciones difíciles, adaptarse y liderar su vida, en los aspectos personal, familiar, social y académico, logrando concretar satisfactoriamente el proyecto de vida que se plantearon inicialmente, evitando frustraciones académicas o la deserción.

Al demostrar la “Relación entre el tipo de funcionamiento familiar y estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes

de una universidad de Trujillo”; los resultados serán revalorados por las razones expuestas a continuación:

- **Aporte teórico:**

- Frente al aumento de la incidencia de deserción o retraso en la culminación de la carrera, y problemas emocionales clínicamente significativos en universitarios, los cuales podrían estar relacionados con la inadaptación universitaria, se justifica como necesario ampliar, reflexionar y contrastar la investigación psicológica relacionada a un tema de indudable impacto socioeconómico.

- El trabajo servirá de antecedente y aporte teórico-conceptual científico para futuras investigaciones y planes de intervención que enriquezcan la información adquirida en esta tesis, que comparte una temática novedosa,

- Los resultados permiten conocer el perfil de cada variable y la relación entre ellas, en el ámbito universitario.

- **Aporte práctico**

- Los resultados de la investigación ayudará a detectar tempranamente áreas problemáticas y diseñar políticas de acción en pro de la calidad educativa y bienestar estudiantil, involucrando a personal administrativo, académico y de Bienestar universitario, así como a los profesionales del sector salud; de tal manera que permita atender sus diferentes necesidades emocionales, familiares, sociales y vocacionales, convirtiéndose en mediadores para brindar soporte y contención en este proceso de cambios y adaptaciones, conduciendo al éxito, bienestar y satisfacción personal, social y académico.

1.1.3. Limitaciones de la Investigación:

Posterior a la búsqueda y revisión de estudios previos, que involucran a poblaciones universitarias, se hallaron variables relacionadas con el rendimiento académico, estilos de aprendizaje, depresión, ansiedad, estrés académico, entre otros; sin embargo, poco se ha investigado con referencia a la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar, y estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria, lo cual es propósito de esta tesis. En lo que respecta al tipo de funcionamiento familiar, los estudios se han centrado mayormente en la población de educación básica regular, y en cuanto a estrategias de afrontamiento, se enfocan en los estilos y no específicamente en las estrategias como tal. En consecuencia, el presente estudio tiene como principal limitación a la escasa información publicada o falta de registros actualizados sobre este tema en la región La Libertad, a nivel Nacional e Internacional.

II. OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

- 2.1.1. Conocer la correlación entre el tipo de Funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.

2.2. Objetivos específicos:

- 2.2.1. Identificar la distribución de las frecuencias por el tipo de funcionamiento familiar en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.
- 2.2.2. Identificar la distribución de las frecuencias por el uso de las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una universidad de Trujillo.
- 2.2.3. Identificar la distribución de las frecuencias por niveles de las dimensiones de adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.
- 2.2.4. Identificar la correlación entre el tipo de Funcionamiento familiar con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.
- 2.2.5. Identificar la correlación entre las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.

III. HIPÓTESIS

3.1. Hipótesis general:

- 3.1.1. El tipo funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento se correlacionan altamente con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.

3.2. Hipótesis específicas:

- 3.2.1. Existe una alta correlación entre el tipo de funcionalidad familiar y la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.
- 3.2.2. Existe una alta correlación entre las estrategias de afrontamiento y la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.

IV. MARCO TEÓRICO

4.1. Aspectos Conceptuales Pertinentes:

4.1.1. Tipo de Funcionamiento Familiar:

A. Concepto de Familia:

En el transcurrir del tiempo, con mayor énfasis a mediados del siglo XX, se han dado diferentes cambios y transformaciones económicos, políticos, socioculturales, religiosos, demográficos y de ideologías de género, que han influenciado de cierta forma en la organización y evolución de las familias tradicionales; sin obviar la creación de normas o leyes, los valores y patrones de conducta, así como las políticas que en cada país personalizan a su sociedad, teniendo en cuenta que aunque la familia sigue siendo la institución fundamental de la sociedad han dado lugar a nuevos modelos familiares. Desde lo tradicional, el término familia, era tener en mente a un grupo de personas unidas por vínculo sanguíneo que compartían una convivencia, principalmente conformado por un padre, madre, hijos e hijas; sin embargo, actualmente, los especialistas intentan dar un concepto más inclusivo y respetuoso de las diferencias, desde perspectivas y con finalidades distintas, haciendo la tarea más amplia y compleja. (Benitez,2017)

Benitez (2017) reconoce que, la familia siempre ha existido, cumple funciones vitales para la conservación del genoma humano, su bienestar y desarrollo, además, dispone de gran capacidad para ajustarse a los cambios; universalmente, es el núcleo básico y primordial de la sociedad, mediador entre el individuo y su medio social, donde se transmite modos de comunicación, valores, normas conductuales, deberes y derechos, sirviendo como apoyo al sostén social,

dando lugar a una variedad de formas en su estructura y organización, marcando una diferencia entre lo que fue antes y los nuevos modelos familiares que van apareciendo a través del tiempo y espacio.

En el Plan de Fortalecimiento de Familias 2016-2021 del MIMP, se hace referencia en su marco conceptual sobre familia, algunas definiciones de acuerdo a la Organización de las Naciones Unidas (ONU), planteando que esta sería el primer espacio y medio natural donde las personas crecen y se desarrollan, con diferentes formas de organización familiar, y que los Estados le deben reconocimiento, aceptación y protección.

Teniendo en cuenta estas definiciones reconocidas internacionalmente y conforme a la Constitución Política del Perú de 1993, es que el Plan en mención considera a la familia desde sus diferentes enfoques teóricos:

- **Como unidad natural**, es la más antigua e importante organización social, responsable de la conservación humana y su supervivencia, por lo que el Estado y la sociedad deben atender su derecho a ser protegida, sin discriminación alguna.
- **Como unidad demográfica**, es donde ocurren los cambios poblacionales, ya que las decisiones que se toman individualmente como de forma colectiva entre sus integrantes, repercuten a los índices de fecundidad, migración y mortalidad.
- **Como unidad social**, se convierte en el primer espacio donde se socializa las normas y valores culturales, contribuyendo en la construcción de identidades en sus miembros, asegurando así la convivencia en sociedad.

- **Como unidad económica**, donde sus integrantes con edad productiva realizan actividades laborales para la manutención y la adquisición de recursos y bienes; evitando que estas actividades afecten a su función y rol dentro de la familia.

De esta forma, el PLAN FAM, propone que la familia peruana sería definida como institución natural y social, conformada por personas vinculadas por lazos consanguíneos, afinidad o adopción, asimismo, estas actuarían por pautas de interacción guiados por su organización familiar, atendiendo las necesidades básicas, sociales y económicas que se presenten. En ese sentido, las familias son plurales (diversas formas de organización), históricas (se redefinen en el tiempo manteniendo su funcionalidad), y funcionales (apunta a una convivencia social democrática e igualitaria).

Por otro lado, autores como De La Revilla, en su aporte sobre conceptos e instrumentos de la atención familiar, sostiene que, ante situaciones estresantes, la familia pone a prueba sus funciones básicas, tales como su capacidad para comunicarse, expresar sus afectos, adaptarse, establecer reglas y normas, y su autonomía para tomar decisiones; y que de la calidad de su respuesta frente a estos cambios o adversidades, dependerá lograr los objetivos, metas y equilibrio sobre la experiencia vivida, o por el contrario, el desequilibrio del sistema en su totalidad, con el tiempo afectará particularmente a cada uno de sus integrantes. (Galán, 2010).

De igual forma, Carrillo (2009) reconoce a la familia como un ambiente de fortalecimiento del autoestima y personalidad, para ello, considera vital que los padres se involucren en la educación de sus hijos desde edades tempranas, brindándoles el amor, comprensión, apoyo, valores y orientación, lo que les

permitirá tener las herramientas necesarias para adaptarse y mejorar ante cualquier desafío de la vida, evitando caer en la copia de comportamientos no adecuados para ellos.

La familia, es considerada por los autores Minuchin y Fishman (2004), como un medio natural, donde el funcionamiento, las conductas y modo de interacción de los miembros, están sujetas a reglas y pautas transaccionales que conforman la estructura familiar, que fortalecerá un sentimiento de pertenencia y al mismo tiempo favorecerá la individuación de los integrantes.

Louro (2003) hace hincapié en que la familia actuaría como factor relevante en el desarrollo biopsicosocial de sus integrantes; donde se encuentra el amor, bienestar, apoyo y satisfacción; convirtiéndose en el primer y más eficaz soporte social que la persona puede sentir y percibir ante los cambios y dificultades en el trayecto de su vida dentro de su entorno social, protegiendo y promoviendo un desarrollo saludable en sus integrantes. Sin embargo, concibe que la disfuncionalidad familiar puede generar perturbación emocional, inestabilidad y descompensación del estado de salud, causadas por la insatisfacción, malestar, estrés y descontrol de la enfermedad.

Finalmente, Ares (2002, citado en Valladares, 2008), señala que la familia es un escenario puente entre la persona y su entorno social, donde se fortalece el desarrollo de su identidad y socialización, con niveles de autoestima adecuados y sentido de sí mismo, adquiriendo una identidad de género, personal, familiar y social, valores sociales, éticos y morales, y concepción del mundo. Además, sus integrantes están unidos por sentimientos de pertenencia, compromiso y proyecto

de vida en común, con relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia (Ares, 2002, como se citó en Alvites, 2021).

B. Diversas formas de Organización familiar.

El MIMP en su PLANFAM 2016 – 2021, señala que cualquier familia, sea el tipo de su organización, ya que estas pueden haberse visto afectadas por los procesos de cambios y adaptación a circunstancias internas, propias de su ciclo vital y decisiones individuales, como externas, en relación a los hechos históricos, sociales y culturales; el Estado deberá garantizar sus derechos, fortalecerlas y protegerlas, para que cumpla adecuadamente con sus funciones de seguridad afectiva y económica, cuidado, socialización y formación. De acuerdo a su estructura y composición, se han organizado de diversas formas, entre ellas:

- El tipo de familia nuclear, conformadas, por la unión de una pareja por matrimonio o unión de hecho, o familias monoparentales, ambos tipos, con hijos(as) o sin hijo(as).
- Las familias extensas que incluyen otros tipos de familias, conformadas por uno, dos o más familias nucleares, y otros familiares, emparentados entre sí.
- Las familias compuestas, que incluye una madre o padre, o ambos, con o sin hijos(as), con o sin parientes, y otros no familiares.

En este plan también indican que las personas que pasaron por rupturas, divorcios o viudez, podrían rehacer su vida de pareja y convivir o no con los(as) hijos(as) tenidos anteriormente, así como, estos(as) podrían ser criados por los(as) abuelos(as) o un pariente cercano. De igual manera, se han adquirido derechos

legales en algunas naciones protegiendo a familias cuya base es la unión de personas homosexuales.

C. Funcionamiento familiar

El PLANFAM 2016-2021, busca que las familias peruanas logren concretar sus funciones y favorecer el desarrollo pleno de sus miembros, sobre todo de los más vulnerables:

- Seguridad Afectiva, contribuye al fortalecimiento de la autoestima, la confianza en sí mismo y realización personal.
- Socialización, fortalece el sentido de pertenencia e identidad.
- Formación, educa y empodera hacia su desarrollo integral.
- Proteger los derechos de cada integrante.
- Seguridad económica, satisface las necesidades básicas de salud, alimentación, vestimenta y educación.

Nathan W. Ackerman, refiere que en la medida que una familia logre equilibrar el desempeño de sus roles y cuente con los recursos necesarios para adaptarse a los diferentes cambios evolutivos y los derivados de su medio histórico-social, tales como: lograr que las necesidades emocionales, físicas y de subsistencia de sus integrantes estén satisfechas, promover y facilitar el proceso de socialización, transmitir valores éticos y culturales, permita el desarrollo individual y establezca patrones de interacción social positivos en cada uno de sus miembros; se denominará familia funcional (Valladares, 2008).

Para Zaldivar (2007), el funcionamiento familiar saludable favorece la expresión afectiva y estilos comunicativos democráticos en sus interacciones,

contribuyendo a la armonía familiar, el sentimiento de pertenencia y seguridad, desarrollo de la personalidad y bienestar en general de sus miembros; por el contrario, la disfuncionalidad, estaría relacionado con la manifestación de patologías en la expresión afectiva en cada uno de ellos, afectando al sistema en su totalidad.

Por su parte, Friedeman refiere que la familia es un sistema social abierto, en donde se realizan interacciones intrafamiliares como con el ecosistema, establecidos por vínculo consanguíneo, afectivo y normativo, con responsabilidades individuales o comunes, incluyendo a toda persona que un integrante considere perteneciente a este sistema, ya sea porque se siente involucrado emocional o funcionalmente. Asimismo, representaría el ambiente de mayor significancia, que brinda estabilidad y congruencia personal, en el aspecto biológico, afectivo, social y cultural; conduciendo a sus integrantes a la consecución de sus metas de estabilidad, control, espiritualidad y crecimiento, a través de estrategias de cohesión, individuación, mantenimiento y cambio, con la finalidad de conservar el equilibrio y ajuste del sistema para llegar a la congruencia familiar y reducción del estrés frente a las exigencias ambientales. Esta autora, agrupa al conjunto de comportamientos que llevan al logro de las metas en cuatro dimensiones: mantenimiento del sistema frente los cambios amenazantes, cambios en el sistema que llevan a la toma de decisiones, coherencia e individuación (Galán, 2010; Mejía y Zavala, 2017).

Por su parte, Beavers y Hampson (1990, como se citó en Olson, 1999), consideran relevante dos dimensiones del funcionamiento familiar: las competencias y el estilo familiar, lo que según el modelo de Olson, el primero

estaría relacionado con la adaptabilidad, y el segundo, con la cohesión. Asimismo, sostiene que una familia funcional se caracteriza por el respeto hacia la intimidad e individualidad, con límites claros y reconocidos por sus miembros, expresión libre de afectos que favorece el clima y solución de problemas, la oportunidad de dialogar y la voluntad de confiar, apertura a negociar y ser flexibles; asimismo, el compromiso por cumplir sus roles y funciones, respetando las diferencias evolutivas individualidades, el apoyo para la consecución de proyectos personales además de promover decisiones autónomas y democráticas (Jurado, 2018).

Epstein, Baldwin y Bishop (1993, como se citó en Olson, 1999), hacen referencia a seis dimensiones del funcionamiento familiar: el control del comportamiento, solución de problemas, comunicación, roles, respuesta e involucramiento afectiva; Olson relaciona los primeros con la adaptabilidad y los últimos con la cohesión. Estos autores plantean que la disfunción de un miembro familiar es el síntoma de la disfuncionalidad del sistema como tal y no un problema aislado.

Finalmente, Olson, Russell y Dsprenkle, consideran que una familia funcional mantendrá el equilibrio en los niveles de cohesión y adaptabilidad, como respuesta a situaciones generadoras de estrés, ya sean estas como consecuencia de las crisis normativas o no-normativas, de tal manera que se garantice el bienestar de sus integrantes (Olson, 2019).

D. Modelos Teóricos

- **La Teoría General de Sistemas:**

Ludwing von Bertalanffy postuló por primera vez la concepción de esta teoría, la cual ha servido como sustento teórico en investigaciones sobre la familia,

considerándola como un sistema social complejo, abierto, integrador, estructurado, dinámico e interdependiente, conformada por otros subsistemas esenciales (individuo y subsistemas familiares: pareja, hermanos, padre-hijo.) que cumplen funciones específicas y se comunican con pautas de interacción, influyéndose entre sí; por lo que el cambio de uno de sus integrantes afecta a todo el sistema familiar, y viceversa. Asimismo, una red más amplia contiene a la familia (espacio vital o ambiente, como el barrio, la comunidad, la región, la nación, y el mundo), donde ambas tienen necesidades e impacto en la otra, siendo necesario, el establecimiento de límites y equilibrio de funciones para un funcionamiento adecuado; es fundamental, que la familia permita la diferenciación e individuación necesario de los miembros, con sentido de identidad y autonomía, sin llegar a evitar el compromiso de intercambio vital con su ambiente, es decir, fortalecer recursos y herramientas para comportamientos y actitudes adecuadas que aseguren un buen desenvolvimiento dentro del sistema como en el exterior. (Preister, 1981).

- **La Teoría del Desarrollo Evolutivo:**

Para este modelo, la familia es considerada como un todo, con sus propias dinámicas relacionales, que a lo largo del tiempo cambian en su forma y función en etapas secuenciales relativamente ordenadas, universales y predecibles. (Falicov, 1991, citado por Fuentealba, 2007).

Los autores Minuchin y Fischman (2004), lo asemejan a un sistema vivo y abierto, expuesto a constantes y diferentes variaciones y transformaciones, de origen interno o externo, normativos o no normativos, que incluye fluctuaciones y períodos de crisis, pero con una capacidad de adaptarse y cambiar, para mantener su equilibrio. Atraviesa por cuatro etapas, las cuales aparecen progresivamente con

una complejidad creciente, y dominio de tareas y aptitudes acordes a cada una. Asimismo, sus integrantes interaccionan regidos a las demandas funcionales que dan lugar a su organización familiar, tales como los límites, la jerarquía, alianzas, coaliciones, hijo parental, centralidad, y periferia. Estas etapas son: la conformación de pareja, la familia con hijos pequeños, la familia con hijos en edad escolar o adolescentes y la familia con hijos adultos.

Estos autores consideran importante que, en cada etapa, la familia tiene que elaborar nuevas pautas, negociar y modificar ciertas reglas y límites; como en las dos últimas, en donde los hijos buscan mayor autonomía y control de sí mismos, juzgan las normas y valores familiares, el grupo de pares se vuelve más significativo y de mayor influencia, iniciando el proceso de separación, hasta cuando son adultos jóvenes, y se crean compromisos con un nuevo estilo de vida, proyecto profesional, pares y pareja, cambios que impactan en todo el sistema.

- **El Modelo Circumplejo de Sistemas Familiares:**

Tiene sus raíces históricas, marco conceptual y sus dimensiones basados en la teoría de sistemas. Las dimensiones del modelo Circumplejo son sistémicas y, por lo tanto, se han aplicado a la comprensión de los sistemas de pareja y familia, así como los estilos de crianza, las aulas, el trabajo de grupos y otros sistemas en curso. El modelo también ha sido utilizado con diversos sistemas de pareja y familia en términos de etnia, raza, estado civil (casado), estilo de vida (cohabitación), estructura familiar (monoparental, familias reconstituidas), orientación sexual (gay y parejas de lesbianas), etapa del ciclo de vida familiar (de crianza a nido vacío), y clase social y niveles educativos. También se pueden usar el modelo frente a los cambios que las parejas y las familias, como experiencia en el desarrollo y en

reacción a los factores estresantes que viven a lo largo del tiempo. El modelo también puede revelar dónde está una pareja o una familia, en términos de cohesión y flexibilidad, ayudándoles a pensar dónde les gustaría estar en el futuro (es decir, establecer metas). (Olson, 2019)

El modelo Circumplejo se diseñó inicialmente para identificar las dimensiones de cohesión y adaptabilidad, las cuales fueron descubiertas por Olson, Sprenkle y Russell a fines de la década de 1970; posteriormente, se identificó la dimensión comunicación, considerada facilitadora para el movimiento de las otras dos dimensiones (Olson, 2019). Este modelo, llama familias “equilibradas”, cuando se colocan en los niveles centrales, y desequilibradas a las que se ubican a los extremos, siendo que las primeras funcionan más adecuadamente y son más saludables, en comparación con las segundas.

Para su marco teórico, reúne las concepciones de las dos primeras teorías expuestas, proponiendo que la composición de su estructura y el ciclo evolutivo familiar impactará significativamente en el tipo de sistema que conforme (Carter y McGoldrick, 1998, como se citó en Olson, 1999); además, se interesa en cómo la familia se presenta en situaciones de estrés o de un evento traumático. La familia cambia en el tiempo, se espera que cambie en respuesta a las crisis, se adapta a las necesidades de desarrollo y estrés situacional, se orienta hacia cualquier dirección que la situación, la etapa familiar, o la socialización de sus miembros pueda requerir (Olson, 1999, 2019).

En base a este modelo teórico, se creó el FACES (Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales) en 1980, que en su versión II y III, las dimensiones cohesión y adaptabilidad eran consideradas como lineales, ya luego se crea un

diseño tridimensional, observándose que las dimensiones cohesión y adaptabilidad estarían funcionando de forma curvilínea (demasiado o muy poco, es problemático), y la comunicación sería facilitadoras de estas. (Olson, 1999, 2019)

a) Funciones de la familia según el modelo Circumplejo:

Aguilar (2017), describe las siguientes funciones, teniendo en cuenta el modelo:

- Autonomía e independencia: Facilita el crecimiento personal y desarrollo de su identidad, con una personalidad propia e individualidad, que se extiende a otros grupos de pertenencia, cada integrante cumplirá roles dentro de un sistema como conjunto, pero también como ser diferente e individual.
- Apoyo mutuo: Se refiere al apoyo físico, emocional, social y financiero, lo que les genera sentimientos de pertenencia e inclusión familiar.
- Reglas: Rigen lo que es correcto o no, aceptable o no, en el funcionamiento familiar. Pueden ser explícitas o implícitas, firmes y flexibles dependiendo de las circunstancias que se presenten.
- Adaptabilidad a los cambios de ambiente: capacidad de adecuación de la familia como sistema cuando sea apropiado, y lograr el equilibrio ante situaciones de cambio, ya sean de origen interno o externo.
- Comunicación familiar: se expresa de manera verbal o no verbal, explícita o de forma implícita; es primordial para el cumplimiento de las funciones en su totalidad y de forma adecuada, al no hacerlo, los mensajes se verán alterados y confusos, sin llegar a un acuerdo mutuo.

b) Dimensiones del Modelo Circumplejo

La *cohesión* es definida como el vínculo emocional que los miembros de la familia se tienen unos a otros. Olson menciona algunos conceptos para identificar y medir la cohesión familiar: vínculos emocionales, coaliciones, límites, toma de decisiones e intereses, espacio, tiempo, amigos, y recreación. (Olson, 1999; 2019)

A continuación, se describe cuatro niveles (Olson, 1999; 2019)

a) Amalgamada: son familias donde prevalece el “nosotros”, se caracteriza por demasiado consenso o cercanía emocional y muy poca independencia. Son familias donde la lealtad es exigida, los miembros son muy dependientes unos de otros, con alta correspondencia afectiva y manipulación emocional, para tomar en cuenta se toma en cuenta la opinión de los demás, se permite poco tiempo y espacio de privacidad, el involucramiento es altamente simbiótico, hay pocos amigos fuera de ella, los intereses conjuntos son obligatorios y las actividades realizadas por sí mismo son vistos como deslealtad, además falta de límites entre generaciones.

b) Conectada: Familias donde prima el “yo” y la existencia de un “nosotros”. Aquí hay cercanía emocional y lealtad a la relación, hay un énfasis en la unión, el tiempo juntos es más importante que el tiempo a solas, sin embargo, el espacio y tiempo de privacidad es respetado, la participación y expresión de afectos son valoradas, las amistades personales rara vez son compartidas en familia, es posible que haya actividades y decisiones que se participe de manera

individual, no se descarta y se prefiere los compartidos en conjunto, los límites entre generaciones son claros con alta cercanía.

c) Separada: Familias donde prima el “yo” y la existencia de un “nosotros”. Se observa cierta separación emocional, pero no es tan extrema, la lealtad y correspondencia afectiva se da en ocasiones, si bien se prefiere el tiempo, espacios, actividades e intereses de manera personal, también es posible hacerlo juntos y compartir, las decisiones son individuales pero es posible en conjunto y hay apoyo entre los miembros, los amigos de cada miembro raramente son compartidos con el sistema familiar, el involucramiento y participación son aceptables, aunque hay cercanía los límites entre generaciones son claros.

d) Disgregada: Familias donde prima el “yo”, pues, los integrantes tienen un alto grado de independencia, poca participación o interacción, hacen sus propias cosas con apego limitado o poco compromiso con la familia; existe extrema separación emocional, correspondencia afectiva poco frecuente, límites generacionales rígidos, predominan los espacios, tiempos y amigos a solas con momentos de tiempo rara vez juntos, falta de lealtad familiar, las decisiones e intereses van de acuerdo a cada integrante, por lo que pueden ser diferentes al resto, los miembros son incapaces de buscar apoyo y solución de problemas entre sí.

La cohesión es una dimensión curvilínea (anteriormente considerada como dimensión lineal), es decir los puntajes muy altos y muy bajos

son considerados “desequilibrados”, y corresponderían a las familias “amalgamada” y “disgregada”, las cuales se caracterizan por ser problemáticas para el desarrollo individual y de las relaciones a largo plazo; mientras los puntajes en los niveles centrales se denominan “equilibrados”, correspondientes a las familias “conectada” y “separada”, las cuales serían facilitadoras del funcionamiento familiar, pues son capaces de lograr el equilibrio entre la separación (autonomía) y unidad (intimidad), los integrantes son capaces de ser independientes y conectados de una manera más funcional, con una mejor comunicación y satisfacción en sus relaciones (Olson, 2019).

La *adaptabilidad familiar* es la capacidad de ser flexible, de cambiar su liderazgo, reglas de relación y relaciones de rol cuando es necesario; los sistemas familiares necesitan estabilidad y cambio, eso lo que diferencia a una familia funcional o disfuncional. Los elementos que permiten evaluar y operacionalizar la adaptabilidad incluyen: liderazgo, estilos de negociación, disciplina, asertividad, reglas de relación y relaciones de rol. A continuación, se desarrollan sus niveles y características: (Olson, 1999; 2019)

a) Caótica: Familias que ejercen un liderazgo limitado y/o errático, las estrategias disciplinarias no son firmes, son muy indulgentes. el control por los padres es ineficaz y rechazado, las decisiones son impulsivas e interminables, las reglas y las normas cambian frecuentemente y no son firmes, los roles o funciones no son claros y estables de miembro a miembro.

b) **Flexible:** Familias que tienen un liderazgo igualitario, rara vez se disciplina con severidad y se negocia las consecuencias, las decisiones se toman democráticamente y en consenso, permitiéndose las negociaciones, acuerdos y la participación de hasta los niños, las reglas y las normas son acordes a la edad de cada integrante, los roles o funciones se comparten y se cumplen con flexibilidad.

c) **Estructurada:** Tienden a interactuar principalmente con un liderazgo autoritario, las decisiones son tomadas por los padres, aunque algunas veces es democrático, donde se permiten las negociaciones y pueden incluir a los niños, las consecuencias son predecibles y rara vez tolerantes, las reglas se aplican firmemente, los roles y funciones son estables, y se comparten algunos, con pocos cambios en el tiempo.

D) Rígida: El liderazgo es autoritario y altamente controlador, las decisiones son impuestas por los padres y las negociaciones son limitadas, los roles y las reglas son estrictamente aplicadas, siendo rígidas y no indulgentes; la disciplina es severa.

La adaptabilidad también es una dimensión curvilínea (anteriormente considerada como dimensión lineal), donde los puntajes extremadamente altos o bajos en flexibilidad, corresponde a las familias “caóticas” y “rígidas”, respectivamente, las cuales son desfavorables para el desarrollo de sus integrantes y sus relaciones, si permanecen en estos niveles en un tiempo prolongado; las de puntajes equilibrados, que serían las familias “estructuradas” y “flexibles”, caracterizadas por su capacidad de lograr

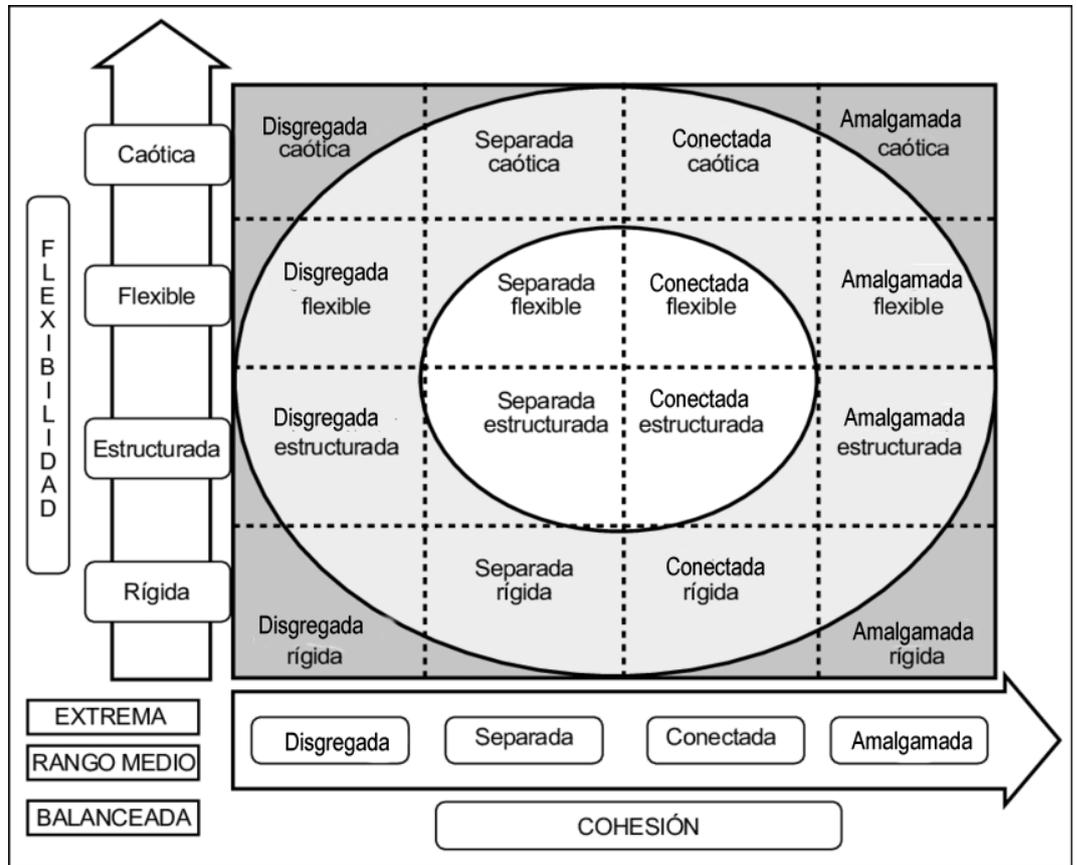
equilibrio entre el generar cambio y la estabilidad de una forma más funcional. (Olson, 2019).

La **comunicación**, facilita y mantiene el equilibrio entre la cohesión y adaptabilidad, permitiendo así, afrontar mejor las exigencias ambientales o las propias de su ciclo vital (Olson, 2019). Las habilidades comunicativas facilitan a los integrantes a expresar y compartir sus sentimientos, preferencias y necesidades de una manera constructiva y respetuosa, escuchar activamente y dar retroalimentación empática unos a otros, hablar por uno mismo y no por los demás, permitiendo expresar más claramente el tipo de relación que les gustaría tener sobre la vinculación emocional y la flexibilidad de las reglas o roles, haciendo posible afrontar de manera más adecuada al estrés y a los otros asuntos problemáticos a lo largo del tiempo. (Olson, 1999)

Olson (1999) asegura que un tipo de familia puede pasar a otro tipo, ya que, en situaciones de estrés y/o tensión normativa o no normativas, el cambio se hace evidente para adaptarse, siendo necesario modificar su sistema a medida que cambian sus necesidades y preferencias individuales; sin embargo, estancarse en los extremos sería manifestación de patrones menos funcionales en la familia.

Ferreira (2003), refiere que de la mixtura de los ocho niveles de cohesión y adaptabilidad, que se puede limitar del centro a la periferia, resultan 16 tipos de familia, agrupadas en tres niveles de funcionamiento familiar: familias balanceadas, medias y familias extremas.

Figura 1: Modelo Circumplejo de Olson FACES III. Elaboración propia, con base del Manual original FACES III de Olson, Portner y Lavee (1985)



- Familias Balanceadas:** Presentan niveles equilibrados de cambio en cohesión (separada y conectada) y adaptabilidad (estructurada y flexible), ubicándose en el centro del modelo; las familias permiten a sus integrantes la experiencia de ser independientes y conectados a ella, manteniendo cierto nivel de estabilidad con apertura a algún cambio oportunamente y cuando es necesario. Así tenemos: separada estructurada, conectada estructurada, separada flexible, conectada flexible. Estar equilibrado significa que la familia puede experimentar extremos en las dimensiones, por ejemplo, en momentos de trauma o estrés, pero normalmente no funcionan en

estos extremos durante largo tiempo, volverá a equilibrar los niveles de cohesión o adaptabilidad.

Según los datos obtenidos en investigaciones que aplicaron la Escala de Evaluación de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES), estas familias serían más funcionales (exitosas y felices), mantienen un estilo comunicativo positivo, y son capaces de articular y negociar más eficazmente sus niveles de cohesión y adaptabilidad frente a estímulos estresantes o cambios evolutivos de su ciclo de vida como sistema (Olson, 2019).

- **Familias de nivel medio:** Se puede evidenciar en ellas una dimensión con niveles hacia extremos, debido a los posibles cambios por situaciones de estrés o por demandas propias de su ciclo evolutivo. Son las de tipo: disgregada flexible, amalgamada flexible, separada caótica, conectada caótica, disgregada estructurada, amalgamada estructurada, separada rígida, conectada rígida.

- **Familias extremas:** Asumen a menudo posiciones extremas en las dimensiones, tienden a quedarse estancados en su patrón extremo, que a menudo puede generar más estrés, fluctúan entre extremos de amalgamada/disgregado y extremos de rigidez/caos. Son el tipo de familia menos funcional. Estas son: amalgamada rígida, amalgamada caótica, disgregada rígida, disgregada caótica.

4.1.2. Estrategias de Afrontamiento:

El inicio de la vida universitaria involucra necesariamente cambios y reajustes, donde el estudiante se ve expuesto a un conjunto de estímulos estresores que coexisten con los conflictos propios de su etapa de desarrollo, que generalmente es la adolescencia tardía o inicio de la vida adulta, afectando posiblemente su desenvolvimiento en los ámbitos personal, familiar, social, cultural y académico; siendo fundamental disponer de recursos necesarios que le beneficie en lograr un equilibrio y adaptarse exitosamente; asimismo, el significado que el universitario le dé a esta nueva experiencia y la apreciación de sus recursos y capacidades para hacerle frente, influenciará en su reacción emocional y conductual, de tal forma, que esta nueva etapa se convertirá en generadora de estrés y desbalance de emociones, o una oportunidad de aprendizaje y desarrollo.

Vieira (2015), define el término afrontamiento como el mecanismo intermediario entre una situación específica y las consecuencias generadas, influenciado por factores personales, sociales y cogniciones sobre el estímulo estresor, que tiene como finalidad gestionar y equilibrar el distress y las causas que lo originan, facilitando el proceso de ajuste o adaptación, que repercutirá en el bienestar psicofísico de la persona. Barraza (2006, como se citó en Ayca, 2016), plantea que esta población, se ve obligada a utilizar estrategias de afrontamiento para contrarrestar los diversos eventos estresantes en su vida académica, las cuales, al no ser adaptativas, podrían afectar su salud.

Por lo tanto, es de prioridad identificar las estrategias de afrontamiento que usan frecuentemente los jóvenes, pues, estarían relacionadas con el bienestar, calidad de vida y adaptación al sistema universitario. (Morales, 2018).

A. Diferencia entre estrategias y estilos de afrontamiento:

Fernández-Abascal (2001, como se citó en Ayca, 2014) precisa la diferencia entre los conceptos estrategias y estilos de afrontamiento, considerando que, las *estrategias de afrontamiento* serían como la acción en sí, que realiza la persona en cada situación de estrés, y que varían de acuerdo a los factores desencadenantes; mientras que los estilos de afrontamiento sería la predisposición personal para afrontar las situaciones difíciles, y los que determinan la elección de una u otra estrategia, además, de su estabilidad temporal y situacional.

Los autores, Moos y Schaefer (1993, como se citó en Vieira, 2015) los identificaron como conductas y recursos de afrontamiento respectivamente, refiriendo que las primeras son los esfuerzos cognitivos y conductuales que realiza un sujeto para manejar entornos de estrés, mientras que los segundos son los factores personales y sociales, relativamente estables, que intervienen en este proceso de intentar afrontar las transiciones y crisis vitales.

Por su parte, Carver y Sheier en 1994, señalaron que las estrategias de afrontamiento son las acciones cognitivas y conductuales que ejecuta la persona durante una experiencia estresante, y los estilos, son la tendencia a realizar una acción como respuesta al estrés o formas habituales que la persona desarrolla para enfrentarse a situaciones estresantes, las cuales tienen un impacto en sus reacciones en situaciones nuevas.

B. Clasificaciones de estilos y estrategias de afrontamiento:

Desde el modelo Transaccional del estrés, Lazarus y Folkman, sostienen que las reacciones fisiológicas, emocionales y conductuales frente a una situación

estresante están mediatizadas por la evaluación y cogniciones que realiza la persona sobre el contexto y los propios recursos personales y socioculturales disponibles para gestionar el estímulo estresor. Estos autores indican que el individuo y su entorno establecen una relación bidireccional, dinámica y causal recíproca, asimismo, que las respuestas en estas transacciones son de tipo automático e intuitivo, y no provienen de un pensamiento reflexivo (Lazarus y Folkman, 1986, Taylor, 1999, como se citaron en Cassaretto, et. al., 2003). Es así que este modelo, identifican dos elementos en el proceso de afrontamiento al estrés (Vieira, 2015):

La valoración cognitiva: el sujeto evalúa una situación específica, percibiéndola como irrelevante, benéfica a su bienestar o generadora de estrés; en caso de considerarla como una experiencia estresante, primero, valorará los riesgos que puede representar para su bienestar (valoración primaria): un daño ocurrido (pérdida), una anticipación de futura pérdida (amenaza) o la oportunidad de adquirir crecimiento y aprendizajes con capacidad de poder manejar las exigencias (desafío); segundo, en el caso de ser amenaza o desafío, evaluará sus recursos disponibles (que domina, aprendió o por hallazgo fortuito) y, su capacidad para afrontarla, con el propósito de evitar o disminuir los aspectos nocivos del estrés (valoración secundaria).

La capacidad de afrontamiento (coping) es un proceso psicológico que se activa en condiciones ambientales amenazantes, la persona busca el equilibrio entre las exigencias internas y/o externas percibidas como desbordantes o excesivas, y sus recursos disponibles percibidos como insuficientes, seleccionando las estrategias de afrontamiento, (adaptativas, que disminuyen el estrés y promueven la salud a largo plazo, o inadaptativas, que lo hacen sólo a corto plazo, deteriorando

la salud a largo plazo), que le ayudarán a generar cambios para mejorar la situación y la autorregulación emocional. Este proceso incluye esfuerzos cognitivos y comportamentales que la persona realiza para disminuir, tolerar o vencer el estímulo estresor, siendo potencialmente variable, ya que va a depender de las transacciones entre el individuo con el ambiente, resaltando así la diferenciación individual frente a un mismo generador de estrés.

De modo que, Lazarus y Folkman (1986, citados por Cassaretto et, al 2003), indican que la valoración primaria y secundaria son interdependientes, determinan el nivel de estrés, la calidad e intensidad de las reacciones emocionales; lo que significa que la calidad y la intensidad de una exigencia no será la misma para todos, incluso, en una misma persona puede percibirse distinta en diferentes etapas de su vida o frente a contextos diversos. (Lazarus y Folkman 1987, 1994, citados por Scafarell y García, 2010).

Carapinha (2008), menciona una tercera fase que plantea este modelo, la reevaluación, donde la persona hace un balance de los recursos utilizados contra el problema, del que dependerá o no el desarrollo del estrés, como las estrategias que utilizará como respuestas. Además, menciona que este modelo presenta aspectos relacionales (transacción persona/entorno), motivacionales (evaluación continua de objetivos que se traducen en acciones y nuevos objetivos) y cognitivos (reconocimiento y evaluación de situaciones).

Por otro lado, Lazarus y Folkman identifican otros aspectos que pueden manifestarse como recursos en este proceso de afrontamiento, la salud y energía, creencias, capacidad para resolver problemas, habilidades sociales y los recursos materiales. (Vieira, 2015).

Este modelo propone ocho estrategias de afrontamiento, agrupadas en dos estilos o tipos: (Macías et. al., 2013).

- a. Afrontamiento dirigido al problema: la persona percibe que sí es posible controlar y modificar las condiciones estresantes, por lo que dirige su atención a definir el problema y enumerar alternativas de solución, haciendo un balance según costo y beneficios, y luego elegir una acción. Incluye las estrategias de confrontación y planificación.

Se consideran estratégicos y más adaptativos. (Carapinha, 2008)

- b. Afrontamiento dirigido a la emoción: el individuo valora que nada o poco puede hacer para cambiar las condiciones estresantes, estas serían incontrolables, dirigiendo todos sus esfuerzos a restablecer el equilibrio de sus emociones frente al estímulo estresante. Incluye las estrategias de aceptación, autocontrol, distanciamiento, escape o evitación y reevaluación positiva.

La persona realiza una serie de maniobras cognitivas y busca cambiar el significado de la situación, ya sea de manera realista o distorsionando la realidad (Carapinha, 2008).

- c. Búsqueda de apoyo social: la persona se enfocaría en solucionar el problema y reducir el desequilibrio emocional, recurriendo al apoyo de terceros. (Ayca, 2014).

Finalmente, Carapinha (2008), indican que Lazarus y Folkman, defienden que los procesos de evaluación cognitiva dependen de la percepción e interpretación subjetiva de un evento, lo cual es la base para las acciones de afrontamiento,

determinando la calidad y la intensidad de una respuesta emocional. Siendo que cualquier esfuerzo por manejar la situación se considera afrontamiento, al margen de que tenga resultados exitosos o no, por lo que es necesario tener en cuenta la naturaleza del estresor, los recursos disponibles, y los resultados del esfuerzo.

Posteriormente, Endler y Parker, plantean un tercer estilo, el afrontamiento orientado a la evitación, en donde la persona busca evitar pensar, procesar y experimentar la situación estresante, redirigiendo su atención en actividades irrelevantes que podrían dominarlo, como la negación o el uso de sustancias psicoactivas. (Castillo, 2017).

Por su parte, Frydenberg y Lewis, refieren que el afrontamiento es el conjunto de esfuerzos cognitivos, afectivos y conductuales, que se manifiestan como reacción a los cambios y estímulos estresores, con el fin de recuperar el equilibrio o reducir el malestar, favoreciendo la transición y adaptación, el aprendizaje, desarrollo, y calidad de vida de una persona (Scafarell y García, 2010, Miyasato, 2014, Olivera, 2018). Frydenberg (1997, como se citó en Scafarell y García, 2010) enfatiza en la retroalimentación de los resultados, lo que determinará si las estrategias utilizadas resultaron eficaces o serán descartadas ante un nuevo evento. Estos autores, basados en el modelo de Lazarus y Folkman, plantearon dieciocho estrategias, agregando un estilo no productivo o disfuncional:

- a. Resolviendo el problema: Permite al individuo un afrontamiento directo, incluye las estrategias: Esforzarse y tener éxito, centrarse en resolver la problemática, enfocarse en lo positivo, distracción física, y buscar diversiones relajantes.

- b. Referencia hacia los otros: La persona busca ayuda y soporte en terceros, incluye: Buscar pertenencia, buscar apoyo social, buscar apoyo espiritual buscar ayuda profesional, acción social, e invertir en amigos íntimos.
- c. Afrontamiento no productivo: o disfuncional, la persona evita los problemas, incluye: ignorar el problema, no hacer frente, hacerse ilusiones, preocuparse, mantenerse en uno mismo, reducción de la tensión, autoculpabilización.

De igual forma, Carver et al (1989, Salazar y Sánchez, 1992 citados por Yauri y Vargas, 2016; Ayca, 2016), señala que la manera en que una persona responde a un evento estresor va a depender de sus experiencias previas, motivaciones para afrontarlo, y de la autoapreciación que tenga de sus capacidades, marcando así diferencias individuales en la adaptación a situaciones nuevas. Teniendo como base la teoría de Lazarus, estos autores reconocieron 13 modos o estrategias de afrontamientos incluidas dentro de los dos estilos ya mencionados y un nuevo estilo, separándolas de esta manera:

- a. Centradas en el problema:
 - Afrontamiento activo: La persona inicia acciones directas para eliminar o reducir los efectos nocivos del estímulo estresor.
 - Planificación: La persona organiza el cómo hará el proceso, los pasos a seguir y selección de las alternativas más ventajosas para resolver la problemática.
 - Supresión de otras actividades: La persona deja de lado otras diligencias, y se centra en afrontar el estímulo estresor.

- Postergación del afrontamiento: La persona espera las condiciones oportunas para tomar acción sobre el problema, tratando evitar actuar impulsivamente.
 - Búsqueda de apoyo social: El individuo busca consejos, información o asistencia en terceros, a quienes considera expertos y guías en hallar solución a los problemas.
- b. Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción:
- Búsqueda de soporte emocional: La persona busca empatía y apoyo moral en terceros, que lo fortalezcan ante la aparición de emociones inadecuadas que produce el estímulo estresor.
 - Reinterpretación positiva y desarrollo personal: El individuo se enfoca en el lado positivo de la experiencia, valorando los aspectos favorables de desarrollo y crecimiento personal.
 - Aceptación: El sujeto acepta la situación que está viviendo, y se resigna a convivir con ella sin poder cambiarlo.
 - Acudir a la religión: El sujeto se refugia en sus creencias religiosas, para fortalecerse y disminuir la tensión emocional.
 - Enfocar y liberar emociones: El individuo toma conciencia de su perturbación emocional, y valora la necesidad de expresar y soltar sus emociones.
- c. Otros estilos adicionales:
- Negación: La persona cree y actúa como si no existiese el estresor, se resiste y niega la situación.

- Desentendimiento conductual o conductas inadecuadas: La persona se siente derrotada al intentar controlar los estímulos estresores, y reduce sus esfuerzos para afrontarlos
- Desentendimiento cognitivo o distracción: La persona busca implicarse en actividades extras que le sirvan como distractores cognitivos sobre el problema.

C. Factores determinantes:

Skinner y Zimmer-Gembeck (citado por Orihuela, 2015) señalan que el temperamento, el desarrollo y la socialización son factores determinantes del afrontamiento.

Moreira (2000, como se citó en Vieira, 2015), analizó que la influencia de la vinculación y apoyo social parece condicionar el menor uso de estrategias desadaptativas.

Cassaretto et. al. (2003), cita a una lista de autores, entre ellos Freydenberg y col., que hacen referencia al factor género en la diferenciación de afrontamiento al estrés, siento que esta variable influenciaría no solo en el proceso cognitivo adaptativo y respuesta de afrontamiento, sino también en la construcción y utilización de las redes sociales.

Freydenberg y Lewis, citados por Scafarelli y García, (2010); realizaron diferentes estudios con adolescentes y estudiantes universitarios, hallando diferencias según el género en cuanto a sus modos de afrontar situaciones adversas; sus resultados reportan que las mujeres buscarían mayor soporte social, expresan sus emociones y recurren a hacerse ilusiones y a tener esperanzas en situación problemática, mientras que los varones, recurren más a la distracción física y a

ignorar el problema. Así también estos autores, señalan diferencias según la orientación profesional, pues las estrategias de búsqueda de apoyo social serían mucho más favorables para los estudiantes de carrera que demandan contacto con los demás, así como, el exceso de fantasía puede ser desfavorable para los estudiantes de carrera científica.

Asimismo, Cassaretto et. al. (2003), hace mención que, aunque no se han enfocado muchas investigaciones en la edad, este sería un factor muy influyente en el afrontamiento al estrés en adolescentes, así pues, los adolescentes de transición media y tardía, utilizarían más el estilo de afrontamiento centrado en resolver el problema y afrontamiento activo, especialmente, en aspectos relacionados consigo mismos, familia, estudios e inicio de relaciones de pareja.

Mayordomo (2013, citado por Salinas, 2019), hace mención a ciertas características psicológicas que estarían relacionadas con el desarrollo de las estrategias de afrontamiento; estas serían tener una personalidad resistente, coherencia, valores, autoeficacia, optimismo, y soporte social; por lo que es importante el tener una autoestima y confianza en sí mismo, el compromiso para pensar y actuar adecuadamente frente a situaciones adversas, siendo objetivos de la realidad pero con la motivación de lograr resultados positivos, y no limitarse a buscar ayuda y soporte psicosocial; todo ello, con el fin de lograr adaptarnos al entorno y lograr el bienestar psicológico.

4.1.3. Adaptación a la Vida Universitaria:

Actualmente, diversas investigaciones relacionadas con el ambiente universitario han tomado gran relevancia, probablemente porque la universidad ya no solo se centra en fomentar conocimiento e investigación, sino que se ha convertido en un espacio donde se busca el desarrollo de potenciales, bienestar general, y mejora de la calidad de vida del estudiante, respetando en todo momento su libertad, autonomía y pensamiento crítico, además de promover la toma de conciencia, responsabilidad y compromiso con prácticas saludables, lo que le llevará a alcanzar el éxito, convivir satisfactoriamente y experimentar felicidad. (Consortio de universidades, 2013)

A. Definición de Adaptación universitaria.

Es un proceso complejo y multidimensional, el cual implica la confrontación y ajuste a variados cambios en los dominios personal, social, académico e institucional en el entorno universitario, donde intervienen variables de naturaleza intra e interpersonal como contextuales, relacionados con características de los estudiantes, como también de las universidades y la calidad educativa que en ellas ofrecen (Almeida et al, 2000; Soares et al., 2011). Son las experiencias vividas por el estudiante en el escenario educativo, incluyendo su rendimiento cognitivo (razonamiento, conocimientos, habilidades), afectivo (creencias, valores, actitudes, autoconcepto, motivaciones, satisfacción) y social (relaciones interpersonales) (Almeida, Ferreira, y Soares 1999, citado por Righi, Jorge y Dos Santos, 2006).

B. Modelos que explican la Adaptación universitaria.

Algunos autores relacionan las dificultades de los estudiantes para adaptarse al nivel superior con los niveles de su desarrollo psicosocial. El modelo de

adaptación a la universidad, propuesto por Chickering (1969; Chickering & Reisser, 1993, como se citó en Almeida, et. al, 2000) propone siete vectores que intervienen en el desarrollo psicosocial del joven universitario.

1. Ser competente (a nivel intelectual, social e interpersonal).
2. Dirigir las emociones (identifica y acepta sus emociones, las expresa y gestiona adecuadamente).
3. Desarrollar la autonomía y la interdependencia (reconocer y aceptar la importancia de la interdependencia, desarrollo de la independencia emocional e instrumental).

Para estos autores, la autonomía refleja un sentido claro, seguro y estable de sí mismo en el estudiante; y la interdependencia, sería la capacidad por mantener y regular un equilibrio saludable entre la proximidad y el distanciamiento con los demás en general. (Chickering y Reisser, 1993, citado por Soares et. al, 2007)

4. Desarrollar relaciones interpersonales maduras (aceptación y tolerancia a las diferencias individuales, establecimiento de relaciones íntimas).
5. Desarrollar la identidad (mayor estabilidad e integración del self, aceptación personal).
6. Desarrollar objetivos de vida (objetivos vocacionales, proyectos de vida, realización de compromisos).
7. Desarrollar la integridad (congruencia entre creencias y comportamientos, sistema de valores que respeta los sistemas de valores de los otros).

En esta misma línea, Pascarella y Terenzini (2005, como se citó en Soares et. al, 2014), destacaron algunos vectores del desarrollo psicosocial, como la identidad, la autonomía, la perspectiva de carrera, el pensamiento reflexivo y el sistema de valores.

Pinheiro (2003, 2004; como se citó en Viera 2015) cita la teoría de Schlossberg, Watters e Goodman, quienes consideran que la adaptación a la transición universitaria produce cambios donde intervienen conjuntos de variables a considerar, la situación en la que ocurre el evento, características individuales y recursos psicológicos, el soporte social y las estrategias de afrontamiento. Estos factores describen: las características socioeconómicas y demográficas, personalidad, espiritualidad y resiliencia; las experiencias que vive, sus antecedentes, impacto y percepción de ellas; creencias positivas, habilidades sociales y capacidad resolutive, apoyo social y material, nivel de autoestima y autonomía; finalmente, las diversas fuentes de apoyo, para brindarle confianza, vinculación y orientación, que vienen de la familia, los pares y otras personas significativas, incluyendo también el clima institucional y del contexto sociocultural que está inserto.

Almeida, et. al (2006), construyeron y validaron un modelo integrador del proceso de adaptación en el escenario universitario, cuya propuesta reconoce el papel y la importancia de variables personales como contextuales, en la predicción del rendimiento académico y desarrollo psicosocial del alumno al final del primer año de estudio, las cuales incluyen características preuniversitarias y de su situación actual (sociodemográficas, psicosociales y académicas), que abarcan desde la nota y opción de ingreso, sexo, nivel socioeconómico, lugar de residencia, área de

carrera, expectativas de implicación académica y patrones de autonomía hasta comportamientos de implicación académica, clima social del aula y calidad del ambiente de aprendizaje, bienestar físico y psicológico del estudiante y satisfacción académica; demostrando en su estudio que la preparación escolar (nota de ingreso) estaría relacionado significativamente con las expectativas de implicación (las cuales serían un factor determinante en el comportamiento de implicación y satisfacción), y el rendimiento académico universitario; el clima social del aula estaría relacionado con el bienestar, satisfacción con la institución y comportamientos de implicación en el estudiante; y la autonomía emocional e instrumental con el desarrollo psicosocial.

Según Almeida, et al. (2000) la etapa de transición universitaria, confronta a los jóvenes con la resolución simultánea de una serie de tareas y exigencias en 4 dominios principales: *académico, social, personal y vocacional/Institucional*.

- a) Frente a las exigencias académicas, es necesario que los universitarios se adapten a los nuevos sistemas de enseñanza y evaluación, metodologías y estrategias de aprendizajes.
- b) También se requiere que los jóvenes fortalezcan y maduren sus estilos de relacionarse socialmente, tanto en su entorno familiar como con los docentes, amigos, compañeros del sexo opuesto y figuras de autoridad.
- c) Además, a lo largo de su carrera, se espera que el estudiante fortalezca su autoconocimiento y autoestima, consolide su identidad, y establezca una visión positiva y más nutrida de su alrededor.
- d) Finalmente, se espera que la universidad contribuya al desarrollo de su identidad profesional, en donde la toma de decisiones, la exploración y

el compromiso con los objetivos son prioritarios. Por lo tanto, superar estos desafíos implicará haber logrado la adaptación a la universidad.

Estos autores consideran importante el análisis de tres grupos de variables (Almeida, et. al, 2000, 2006):

- a) ***Relacionados con el aprendizaje y rendimiento académico “Curso”:*** que incluye la preparación, capacidades y conocimientos previos, el desenvolvimiento dentro de la carrera, la adaptación y satisfacción por el curso, métodos y hábitos de estudio, la gestión del tiempo, preparación y desarrollo de exámenes u otras formas de evaluación.
- b) ***Self y desarrollo psicosocial “Personal”:*** que incluye la autonomía emocional e instrumental, autoconfianza, percepción de ser capaz y competente para resolver problemas, bienestar psicológico y bienestar físico.
- c) ***Contexto Universitario:*** que incluye adaptación al centro de estudio, gestión de los recursos económicos, participación en actividades extras de la currícula, y relación con pares, docentes y con la familia.

Estas variables fueron atendidas en el Cuestionario de Vivencias Académicas, constituido por 170 items divididas en 17 subescalas de Almeida y Ferrerira de 1997.

Posteriormente, estos autores, basados en estos grupos de variables, plantean cinco dimensiones, considerando que englobarían de una forma más integral el estudio del proceso de transición y adaptación de los jóvenes a la educación superior, dando lugar a una versión reducida del cuestionario, constituida

por 60 ítems, divididas en 5 subescalas de Almeida, Ferreira y Soares en 1999 (Almeida, et. al, 2002;2006):

- a) **Dimensión Personal:** Incluye el bienestar psicológico, el bienestar físico, algunas dimensiones del yo (autonomía, autoconcepto) y los llamados aspectos más emocionales.
- b) **Dimensión interpersonal:** Incluye habilidades para la relación interpersonal con amigos y compañeros en el marco del propio curso o clase, así como el establecimiento de relaciones más íntimas y significativas, como la familia y pareja, además de cuestiones relacionadas con la participación en actividades extra curricular.
- c) **Dimensión carrera:** Incluye los proyectos vocacionales del estudiante (carrera, profesión), así como la satisfacción y aprendizaje en el curso.
- d) **Dimensión estudio:** Incluye hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje, gestión del tiempo, uso de la biblioteca y otros recursos de aprendizaje. Se trata de una denominada dimensión más curricular o implicación en actividades de carácter curricular por parte del alumnado.
- e) **Dimensión institucional:** Incluye el interés general por la institución a la que asiste el estudiante, información y valoración de los servicios e infraestructura. estructuras de la institución, el deseo de seguir sus estudios.

En este sentido, las variables personales estarían dentro de la dimensión personal, las de curso dentro de las dimensiones Carrera y estudio, y las contextuales dentro de las dimensiones interpersonal e institucional. (Almeida, et. al, 2006)

Las variables contextuales interaccionan con las personales, trayendo consigo diferencias individuales, por lo que se valora este proceso como único para cada universitario, asimismo, algunos estudios destacan que además de las variables personales, las variables contextuales juegan un importante papel en la integración y ajuste académico de los estudiantes, favoreciendo el compromiso, permanencia e implicación académica en general, y que, a pesar de ello, muy poco se ha investigado al respecto. (Almeida et. al, 2004; Soares, et al., 2011).

Finalmente, Credé y Niehorsten (2012, citado por Reaño, 2014) sostienen que la adaptación universitaria es multifactorial, donde intervienen no sólo las características del estudiante (demográficas, psicológicas, rendimiento académico previo, experiencias de orientación vocacional) sino también destaca la importancia de la salud mental, el modo como afronta las dificultades, su adaptación social, y la participación de los padres.

C. El apoyo y soporte social en la Adaptación Universitaria

El apoyo y soporte que ofrecen la familia, pareja, amigos y docentes sería un componente importante en el proceso de afrontamiento a los cambios y desafíos que se presentan en la etapa universitaria, ya que, les brinda la seguridad afectiva y social, facilitando su permanencia en sus objetivos académicos. De igual manera, el apoyo brindado por los servicios médicos, sociales y psicológicos, así como, por los integrantes de la facultad y otros administrativos de la universidad, tendrían un impacto positivo sobre la adaptación personal-emocional y académica del estudiante (Vieira, 2015; Abello et. al, 2012; Reaño, 2014).

La familia en cualquier etapa de la vida siempre será importante, y aunque el estudiante universitario necesite y se muestre mucho más autónomo, cumple su

rol de manera diferente a como lo hacía en etapas anteriores. Los jóvenes desean un acompañamiento, basado en la empatía y el respeto recíproco, donde se brinde la seguridad, orientación y tranquilidad, valorando los cambios y sus nuevas necesidades, así como compartir sus éxitos y/o fracasos; la familia funciona como sistema de cuidado y contención ante algunos escenarios de crisis donde el estudiante demande su participación; está presente y recibe información sobre su desenvolvimiento en la universidad a través de él o ella, evitando llegar a los extremos de sobreprotección. De hecho, las condiciones y experiencias que brinde la familia resultará determinante para que el joven permanezca y logre sus objetivos planteados con éxito en la universidad (Solernou, 2013),

Por su parte, Sánchez y Callejas, (2020), hacen referencia que, la familia cumple la función de brindar habilidades que faciliten la integración y adhesión al contexto social, y la universidad, desempeña el rol de acompañar en el proceso y estructurar modelos de enseñanza-aprendizaje, teniendo en cuenta las necesidades de los estudiantes; ambas instituciones, actuarían articuladamente, como agentes educativos que comparten objetivos comunes. Reaño (2014), señala además que, la universidad también debe promover la participación de los padres, a través de reuniones, programas y actividades, con el objetivo de brindarles conocimiento sobre aspectos psicosociales que el estudiante podría experimentar, pautas para ayudar a sus hijos a fortalecer competencias y acompañarlos en su desarrollo, y sobre todo estar alerta ante posibles factores que afecten su salud y bienestar, así como amenaza de abandono o deserción, de tal manera que su rol como soporte emocional y social se cumpla de manera adecuada, favoreciendo la adaptación psicológica y personal como en sus relaciones interpersonales.

De igual forma, las investigaciones que se enfocan en el soporte emocional ofrecido por los padres, ya sea mediante exhortaciones verbales, estímulos, mensajes positivos, inspiradores y alentadores, consejos, y acciones que prometen la seguridad y confianza de que siempre contarán con el apoyo y soporte de ellos, demuestran que favorece el éxito y persistencia en el estudiante para lograr sus metas a pesar de los obstáculos. (Auebach, 2006; Kokhorst et al., 2010; Kranstuber, 2012; Raque-Bogdan, Klingaman, Martin & Lucas, 2013, como se citó en Reaño, 2014). Aunque, Auebach y Kranstuber encontraron en sus estudios que el apoyo emocional actuaría indirectamente sobre el desempeño y éxito académico, ya que estas variables dependen de la percepción general de la experiencia universitaria sumado a este apoyo emocional, el cual los motiva y fortalece para el logro de sus metas. En cuanto al apoyo social, otros autores refieren que se dan a través de la frecuencia y reciprocidad en la comunicación parento-filial, tanto presencial como remota, ya sea visitas, llamadas, correos, cartas, envíos de encomiendas, lo que influye de manera positiva en el estudiante, disminuyendo el estrés y ansiedad, al liberar sus sentimientos y tensiones a través de las conversaciones (Barnnet, 2004; Kolkhorst et al., 2010; Wolf et al., 2009, Agliata y Renk, 2008; como se citó en Reaño, 2014).

Para Ethington (1990, citado por Himmel, 2002), el estímulo y apoyo que el estudiante recibe de su familia influyen en el autoconcepto académico, en la apreciación sobre las dificultades académicas y en el nivel de aspiraciones (humanitarias, de reconocimiento, económicas, sociales, y políticas), lo que incidirá en los valores y expectativas de éxitos, afectando directamente en la permanencia universitaria.

Por otro lado, existe controversias sobre la relación que deben mantener los estudiantes con sus padres y el rol que estos deben asumir en la época universitaria, ya que postulados de la teoría del apego parento-filial y la de los estilos de crianza, priorizan el establecimiento de una relación segura y de interdependencia entre los estudiantes y sus padres, lo que fortalece el desarrollo de sus competencias y autonomía; sin embargo, la teoría de separación-individuación lo califica de irrelevante, y que podría resultar perjudicial para el logro de su desarrollo y adaptación. Reaño (2014) concluye al respecto que el estudiante necesita desarrollar autonomía e independencia, pero al mismo tiempo necesita contar con la orientación y el apoyo emocional de sus padres, siempre y cuando, no se convierta en sobreprotección, sino que actúe como contención y soporte en los momentos que él más lo requiere; así el vínculo emocional entre padres e hijos ayudaría en el proceso de separación-individuación del universitario.

Viera (2015) cita en su estudio varios autores que coinciden en que el rol que tienen las interacciones con nuevas amistades y grupos sirven de soporte y contención ante las diversas demandas intelectuales y sociales que se dan en la universidad, siendo el soporte familiar más relevante para situaciones no académicas; tanto la presencia de los padres como de sus pares, influenciaría en la adaptación a contextos nuevos y estilos de vida, en la ausencia de soledad y en la satisfacción con la vida; en esta etapa, la opinión de terceros y deseo de pertenencia a un grupo son factores significativos (Sousa et. al., 2013, citado por Tejada, 2020),

Por otro lado, algunos autores consideran importante que las Instituciones del nivel superior sean conscientes de la diversidad y complejidad de las experiencias con que llegan sus ingresantes, y dar a conocer los servicios y recursos

de apoyo para la adaptación, integración, aprendizaje, desarrollo psicosocial y éxito académico (Almeida, 2007; Almeida y Soares, 2003, Kuh et. al., 2005; Teixeira, et. al., 2008, Ardaiolo et. al., 2005, citados en Sores, et. al., 2014), así como crear las condiciones necesarias que favorezcan relaciones positivas entre compañeros, docentes y personal en general, potenciando sistemas relacionales expresadas en amistades y vínculos afectivos, el desarrollo de habilidades sociales y redes de apoyo social (Soares et. al., 2018), favoreciendo a la satisfacción, bienestar psicofísico, y los niveles de desarrollo personal e interpersonal en el estudiante (Soares, Almeida y Guisande, 2011). En la misma línea, Pinheiro (2003, citado por Viera, 2015) menciona que algunos servicios pueden estar destinados a atender e intervenir específicamente los problemas educativos, y otros, como los servicios de salud, de acción social, apoyo psicopedagógico, desarrollo y orientación de la carrera, entre otros, están dirigidos a los estudiantes en general, ayudándoles a superar los diferentes desafíos y dificultades que se dan en este proceso de transición. Como es el caso del apoyo de un mentor o tutor, sobre todo en los primeros ciclos, que brindan el acompañamiento e identifica tempranamente los problemas académicos y adecuación vocacional, previene problemas psicosociales, promueve estrategias y hábitos de estudios, fortalece recursos personales y competencias interpersonales, y potencia un conjunto de estrategias de afrontamiento, que permite la adaptación universitaria (Fernandes et. al., 2005, como se citó en Viera, 2015).

4.2. Investigaciones en torno al problema investigado, Nacionales e Internacionales

Al hacer la búsqueda de investigaciones publicados en diferentes fuentes de información, no se han encontrado reportes científicos que coincidan con la temática y variables implicadas en este estudio: funcionamiento familiar, estrategias de afrontamiento y adaptación universitaria.

Sin embargo, es importante mencionar los estudios realizados por otros autores que relacionaron una de las variables en mención con otras distintas en población universitaria utilizando los mismos instrumentos de esta investigación, tales como *funcionalidad familiar* e/y, estrés académico (Alvites, 2021); actitudes machistas (Villalobos, 2021); depresión (Huamaní, 2021); rendimiento académico (Pizarro y Santillán, 2020); optimismo (Cajachagua, 2020); tolerancia a la frustración (Agurto, 2019); bienestar psicológico y autoeficacia (Silva, 2019); bienestar psicológico (Boza, 2018); claridad de autoconcepto (Jurado, 2018); inteligencia emocional (Mejía y Zavala, 2017); consumo de alcohol (Barrantes y Vásquez (2016); dependencia emocional (Aquino y Briceño, 2016); estrés académico (Díaz, Arrieta y Gonzáles, 2014); felicidad (Alarcón, 2014); y riesgo suicida (Ríos, 2014), entre otros. Así mismo *estrategias de afrontamiento* y, ansiedad (Vergara, 2019); Síndrome de burnout en estudiantes que trabajan (Salinas, 2019); en estudiantes migrantes (Olivera, 2018) depresión, (Fontenla, 2017); satisfacción con la vida (Yauri y Vargas, 2016); finalmente en cuanto a *adaptación universitaria*, lo relacionan con: Sentido de Coherencia (Silva, 2021), dimensiones de apego- adulto (Schrader, 2021), proceso de aprendizaje (Torres, 2021), repetencia académica (Cárdenas, 2021), bienestar psicológico (Briceño,

2020), hábitos saludables (Tejada, 2020), ansiedad frente a los exámenes (Muñoz, 2020), estilo de vida (Silvestre y Torres, 2019), autoeficacia general (Curi, 2019); resiliencia (Aquino, 2016) , calidad de sueño (Pretty, 2016), burnout académico (Rodríguez, 2014), salud percibida (Chau y Saravia, 2014), ambiente académico (Soares, Almeida, y Guisande 2011), entre otros.

Por otro lado, se expondrán los aportes científicos de autores que relacionaron al menos dos de las tres variables en sus trabajos con estudiantes universitarios.

A nivel Nacional

Reaño (2014) realizó una investigación documental mixta, de nivel exploratorio con enfoque cualitativo, cuyo objetivo fue analizar la participación de los padres de familia y su relación con el proceso de adaptación del estudiante en la Universidad, obteniendo los siguientes resultados y conclusiones: Que la participación de los padres en el ámbito universitario influye en el proceso de adaptación del estudiante; incluyendo acciones que realizan con el fin de apoyar a sus hijos en el inicio, transición y éxito en el ambiente académico, actuando como el soporte y apoyo emocional, social, académico y financiero que requiere el estudiante, por lo que asume un rol tan importante como en la educación básica.

A nivel Internacional

Sánchez y Callejas (2020) en su estudio sobre la participación de la familia en el contexto universitario, de enfoque cualitativo-hermenéutico, buscó identificar la idea percibida acerca de su participación en el escenario universitario, en siete familias de estudiantes del tercer semestre en adelante en diferentes escuelas académicas de la Universidad Católica de Manizales, seleccionados de forma

aleatoria. Los resultados obtenidos y conclusiones fueron: la percepción que tienen las familias con relación a la educación, las experiencias y dificultades de la vida cotidiana, los factores sociofamiliares y relacionales, inciden a la hora de definir la participación y la forma de apoyo a los hijos e hijas en la experiencia educativa; asimismo que dicha responsabilidad no es exclusivo de los padres sino que participan demás familiares que acompañan desde el establecimiento de las condiciones necesarias para favorecer la vinculación y el adecuado desarrollo del proceso de formación profesional. Se resalta de lo descrito en sus resultados que, las familias participantes consideran la Universidad como un logro significativo que les permitirá mejorar sus condiciones económicas y de bienestar, tanto para el estudiante por su esfuerzo personal como para la familia, sintiéndose responsables, unidos y comprometidos, por lo que tuvieron que reorganizar su estructura y dinámica familiar, sin que esto implique un desarraigo o desintegración familiar, por el contrario, estas situaciones emergen capacidades de resistencia, solidaridad y resiliencia que antes no eran vistas; la presencia e implicación activa de la familia en todos los aspectos del desarrollo social, emocional y académico de los estudiantes, se convierte en un apoyo de acompañamiento y sostenimiento en el afrontamiento de diferentes situaciones, y pese a que en los estudiantes se percibe la necesidad de independencia, ellos reconocen la importancia de ese apoyo por parte de sus familias, es decir, la dinámica familiar se transforma en un contexto académico, actuando como factor protector del proceso educativo, permitiendo la adaptación del adolescente a la vida universitaria.

Tzec et. al, (2017) realizaron un estudio cualitativo de tipo descriptivo, con una muestra no probabilística por conveniencia a estudiantes de segundo (tres),

cuarto (cinco) y sexto (cuatro) semestre de la Licenciatura en Trabajo Social de la FEUADY en el periodo agosto-diciembre 2014, cuyo objetivo fue identificar la percepción del estudiante acerca de la participación de la familia en su formación profesional; para lo cual hallaron los siguientes resultados y conclusiones: los estudiantes consideran importante la participación de la familia en su formación personal y profesional, ya que actuaría como soporte emocional, económico y moral, le otorga motivación e impulso para el logro de sus objetivos. Sin embargo, perciben que faltaría reforzar la comunicación y vinculación entre la familia y universidad.

En Colombia, Villafrade y Franco (2016), realizaron un estudio cuyo objetivo fue identificar a la familia como red de apoyo social y determinar su influencia en universitarios; para lo cual emplearon una metodología descriptiva con enfoque cualitativo, contando con la participación de 10 padres, y 10 estudiantes con edades que oscilan entre los 16 y 19 años. Estos autores llegaron a la conclusión que, la familia actuaría como una red de soporte social para los estudiantes, sin embargo, la concepción que tienen padres e hijos sobre el rol de la familia como red de apoyo social dista mucho, pues los primeros aseguran que sus hijos sienten la presencia y el apoyo en las diferentes experiencias de su vida, a pesar que las características propias de su desarrollo y los cambios que genera ingresar a la universidad, estén incidiendo en la estructura y las pautas de interacción familiar (lo que para Olson, estarían viéndose afectados la cohesión y adaptabilidad); por otro lado, los jóvenes perciben a la familia como un soporte integral en sus vidas, aunque en menor medida en el aspecto personal, esto debido a que no habría la confianza y condiciones ambientales para un encuentro familiar.

Igualmente reconocieron los hijos a la figura materna como más asequible y afectuosa, hermanos como con mayor confianza y afinidad, además que los tíos también actuarían como soporte social.

Por su parte, Vieira (2015), en su segundo estudio de su Modelo de Adaptación psicológica del estudiante a la universidad: el afrontamiento como un factor clave, utilizó una muestra de 382 estudiantes del primer año de universidad, teniendo como objetivo evaluar la relación entre el apoyo social percibido, las estrategias de afrontamiento y la sintomatología psicopatológica; además de evaluar los efectos de la mediación de las estrategias de afrontamiento en la relación a las otras dos variables. Los resultados y conclusiones le llevaron a demostrar que los estudiantes que perciben apoyo social y tienen las estrategias de afrontamiento ajustadas tienden a padecer menor sintomatología psicopatológica (depresión, ansiedad y somatización); cuando el apoyo instrumental, informativo y emocional están presentes es mayor la capacidad que tienen los sujetos de pedir ayuda y enfrentar los problemas, estas serían las dos estrategias de afrontamiento protectoras de síntomas psicopatológicos en los estudiantes que ingresan en la universidad, ambas estrategias son eficaces y funcionales, al contrario de lo que ocurre con las estrategias control interno/externo de los problemas, autoresponsabilización y agresividad.

Finalmente, al contar con pocos antecedentes de investigación, motiva a seguir, para así generar nuevos aportes científicos, y a la vez, involucrar a especialistas de la salud, personal académico y administrativos, además de los padres y madres de familia, en el acompañamiento universitario.

4.3. Definiciones conceptuales y operacionales de variables:

4.3.1. Definición conceptual:

a) Tipo de Funcionamiento familiar

Son familias que brindan interacciones a sus miembros, a través de la experiencia de ser autónomos y/o estar vinculados emocionalmente, así como el grado de estabilidad y apertura al cambio, frente a las crisis evolutivas y/o estrés situacional; formando así 16 tipos de familias, que al agruparlos determinan el nivel de funcionamiento familiar, ubicándolas en familias balanceadas, medias y familias extremas. (Olson, 1999, 2000, 2019)

b) Estrategias de afrontamiento

Son las acciones concretas y específicas, cognitiva o conductualmente, constantemente variables que realiza la persona para afrontar las demandas internas o externas impuestas por un evento estresor, que son evaluadas como excedentes o desbordantes a sus recursos, y que depende de las experiencias previas, la autoapreciación de las propias capacidades y las motivaciones que influyen en este proceso activo de adaptación, con el fin de evitar o disminuir el malestar generado (Lazarus y Folkman, 1984; Carver et. Al, 1994, como se citó en Ayca, 2016.).

c) Adaptación universitaria:

La adaptación universitaria es un proceso complejo y multidimensional, el cual implica la confrontación y ajuste a múltiples desafíos de índole emocional, social, académico e institucional en el entorno universitario, donde intervienen variables de naturaleza intra e interpersonal como contextuales. (Almeida, Ferreira y Soares, 2000; Almeida, Guisande y Soares, 2011).

4.3.2. Definición operacional:

a) Tipo de Funcionamiento familiar

El puntaje directo y escalar serán medidos por la Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar – Versión III (FACES III).

Variable	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala de Medición
Tipo de Funcionalidad Familiar	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Cohesión:</i> <i>Niveles:</i> ✓ Disgregada (menor o igual a 32) ✓ Separada (33-37) ✓ Conectada (38-43) ✓ Amalgamada (44 a más) 	<ul style="list-style-type: none"> - Vínculos emocionales. - Límites. - Coaliciones. - Tiempo, espacio y amigos. - Toma de decisiones e intereses. - Recreación. 	11,19 7,5 13,15 1,17 9,3 6,18 12,2 4,10 8,14,16,20	Ordinal
	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Adaptabilidad</i> <i>Niveles:</i> ✓ Rígida (10-19) ✓ Estructurada (20-24) ✓ Flexible (25-28) ✓ Caótica (29-50) 	<ul style="list-style-type: none"> - Liderazgo. - Disciplina. - Estilo de negociación. - Relaciones de rol. - Reglas de relación. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Tipo de Funcionalidad Familiar</i> 			
	Balanceda:	<ul style="list-style-type: none"> • C. separada-A. estructurada. • C. separada-A. flexible. • C. conectada-A. estructurada. • C. conectada-A. flexible. 		
	Rango Medio:	<ul style="list-style-type: none"> • C. Disgregada-A. Estructurada • C. Disgregada-A. Flexible • C. Separada-A. Rígida • C. Separada- A. Caótica • C. Conectada-A. Rígida • C. Conectada-A. Caótica • C. Amalgamada-A. Estructurada • C. Amalgamada-A. Flexible 		
	Extrema:	<ul style="list-style-type: none"> • C. Disgregada-A. Rígida • C. Disgregada-A. Caótica • C. Amalgamada-A. Rígida • C. Amalgamada- A. Caótica 		

b) Estrategias de afrontamiento

El puntaje directo y escalar serán medidos por el Inventario

Multidimensional de Estimación del Afrontamiento (COPE)

Variable	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala de Medición
Estrategias de afrontamiento.	<i>Estilos</i>	<i>Estrategias:</i>		Ordinal
	<ul style="list-style-type: none"> Estilo de afrontamiento centrados en el problema 	Afrontamiento activo Planificación Supresión de actividades competentes Postergación del afrontamiento. Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales:	1,14,27,40 2,15,28,41 3,16,29,42 4,17,30,43 5,18,31,44	
	<ul style="list-style-type: none"> Estilo de afrontamiento centrados en la emoción 	Búsqueda de apoyo social por razones emocionales Reinterpretación positiva y crecimiento Aceptación Acudir a la religión Enfocar y liberar emociones	6,19,32,45 7,20,33,46 8,21,34,47 9,22,35,48 10, 23, 36,49	
<ul style="list-style-type: none"> Estilos de afrontamiento menos útiles o evitativo. 	Negación Desentendimiento conductual Desentendimiento cognitivo	11,24,37,50 12,25,38,51 13,26,39,52		
	Frecuencia de uso: 1= casi nunca hago esto, 2= a veces hago esto, 3= usualmente hago esto 4= hago esto con mucha frecuencia			

c) Adaptación universitaria:

El puntaje directo y escalar serán medidos por el Cuestionario de Adaptación Universitaria (QVA-R), adaptada por Alva, J (2015)

Variable	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala de Medición
Adaptación Universitaria	Personal	Bienestar físico y psicológico	(4, 9, 11, 13, 17, 21, 23, 26, 28, 39, 45, 52 y 55)	Ordinal
	Interpersonal	Interacción social Involucramiento en actividades extracurriculares	(1, 6, 19, 24, 27, 30, 33, 36, 38, 40, 42, 43 y 59)	
	Carrera	Valoración de la carrera y proyecto vocacional	(2, 5, 7, 8, 14, 18, 20, 22, 37, 51, 54, 56 y 60)	
	Estudio	Competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo y recursos de aprendizaje	(10, 25, 29, 31, 32, 34, 35, 41, 44, 47, 49, 53 y 57)	
	Institucional	Percepción y valoración de la institución Deseo de continuar con los estudios Conocimiento y percepción de la calidad de los servicios y estructuras existentes.	(3, 12, 15, 16, 46, 48, 50 y 58)	

V. METODOLOGÍA

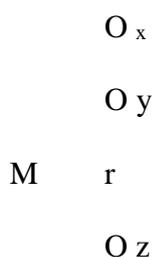
5.1. Nivel y tipo de investigación:

La investigación por el propósito y naturaleza de su estudio es básica y sustantiva, orientada a la búsqueda de nuevos conocimientos, principios y leyes científicas, que permita enriquecer u organizar un cuerpo teórico científico. Y según su nivel y método, la investigación es descriptiva, ya que está orientada a describir, analizar e interpretar sistemáticamente un fenómeno y sus variables que le caracterizan, tal como se presenta en una situación espacio-temporal y en su forma natural. (Sánchez, 2016; Sánchez y Reyes, 2006).

5.2. Diseño de la investigación:

Según Sánchez y Reyes (2006). Se orienta a la determinación del grado de relación existente entre dos o más variables de interés en una misma muestra de sujetos, permitiendo afirmar en qué medida las variaciones en una variable están asociadas con las variaciones en la otra.

Su diagrama es el siguiente:



M: Estudiantes universitarios de Trujillo

O_x: *Variable Tipo de Funcionalidad familiar*: Escala de Cohesión y Adaptabilidad familiar FACES III.

O_y: *Variable Estrategia de afrontamiento*: Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento (COPE), creado por Carver, Scheier, y Weintraub.

Oz: *Variable Adaptación universitaria:* Cuestionario de Adaptación Universitaria (QVA-R).

5.3. Naturaleza de la población:

5.3.1. **Descripción de la Población:** Se contó con 276 estudiantes matriculadas en, el primer y segundo semestre de estudios del año 2017-II en la facultad de Educación e Idiomas., hombre y mujeres, con edades entre los 17 y 29 años, distribuidos en las Escuelas de Inicial, Traducción e Interpretación y Ciencias del Deporte.

5.3.2. **Muestra y Método de Muestreo:** La investigación se aplicó a la población total, muestra censal, sin embargo, por criterios de exclusión, descendió a 249 participantes, quienes presentaron las características siguientes:

La Tabla N° 1, describe la distribución de los estudiantes de una universidad de Trujillo, según la Escuela Académica a la que pertenecen, obteniendo que el 39.4% estudian la carrera de Educación inicial, un porcentaje equivalente cursan la carrera de Ciencia del Deporte, y el 21.3%, Traducción e Interpretación.

Tabla N° 1

Distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según Escuela Académica.

Escuela Académica	Frecuencias	
	N	%
Educación Inicial	98	39.4
Traducción e Interpretación	53	21.3
Ciencias del Deporte	98	39.4
Total	249	100

En la Tabla N° 2, se visualiza la distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según el ciclo académico que cursan, encontrando que el 39.4% de ellos se encuentran matriculados en el I ciclo y el 60.6% en el II ciclo de estudios.

Tabla N° 2

Distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según Ciclo Académico.

Ciclo	Frecuencias	
	N	%
I ciclo	98	39.4
II ciclo	151	60.6
Total	249	100

En la tabla N° 3, se describe la distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según su género, evidenciando que el 55.8% son femeninas y el 44.2% de los participantes son masculinos.

Tabla N° 3

Distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según el Género

Género	Frecuencias	
	N	%
Masculino	110	55.8
Femenino	139	44.2
Total	249	100

Con respecto a la Tabla N° 4, se describe la distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según el rango de sus edades, obteniendo que el 77.1% se sitúan en el rango de 17 a 20 años, el 16.9% se encuentran en el intervalo de 21 a 24 años, y sólo el 6% refieren tener edad entre los 25 a 29 años.

Tabla N° 4

Distribución de los estudiantes de una Universidad de Trujillo, según la Edad.

Edad	Frecuencias	
	N	%
De 17 a 20 años	192	77.1
De 21 a 24 años	42	16.9
De 25 a 29 años	15	6
Total	249	100

5.3.3. Criterio de inclusión:

- Estudiantes matriculados en el I y II ciclo académico que acepten participar en el estudio.
- Género masculino y femenino
- Edades de 17 y 29 años.

5.3.4. Criterio de exclusión:

- Los participantes que no completaron adecuadamente el llenado de los instrumentos.
- Los participantes que no cumplieron con asistir a las dos sesiones de evaluación.

5.4. Instrumentos:

a) Escala de Evaluación de Adaptabilidad y Cohesión Familiar III (FACES III)

Esta escala fue diseñada en base al marco conceptual del Modelo circunflejo de subsistemas maritales y familiares desarrollado por David H. Olson y col. en 1985, con el fin de facilitar la práctica clínica, el tratamiento y la evaluación de la eficacia de la intervención en terapia de pareja y familia, y así unirlo de la manera más adecuada a la investigación. Tiene como propósito evaluar las dimensiones cohesión y adaptabilidad, componentes que dan lugar a la funcionalidad familiar.

La cohesión en sus niveles de menor a mayor, puede ser: disgregada, separada, conectada, y amalgamada; la flexibilidad, de menor a mayor, se expresa como rígida, estructurada, flexible, y caótica; dando lugar a 16 modelos de sistemas familiares que resultan de la combinación de estos ocho submodelos, que se puede limitar del centro a la periferia, dentro de tres tipos: Balanceado, de rango medio y extremo.

La escala está constituida por 20 items, divididos 10 items impares para la dimensión cohesión y 10 pares para adaptabilidad, con cinco opciones de respuestas en escala de Likert con valores del 1 al 5 (nunca, casi nunca, algunas veces, casi siempre, siempre). Puede aplicarse de manera individual o autoinforme, y de forma colectiva. En la presente investigación se utilizó la versión real de la escala, es decir el análisis se realizó tomando en cuenta la percepción actual que el estudiante tiene sobre su dinámica familiar.

La escala original demostró una consistencia interna aceptable a través del coeficiente Alfa de cronbach, el cual marcó valores: $\alpha = 0,68$ en FACES III (total),

$\alpha = 0,77$ en cohesión y $\alpha = 0,62$ en adaptabilidad; asimismo se comprobó una alta autonomía entre cohesión y adaptabilidad mediante la correlación de Pearson ($r = 0,03$). La validez de impresión y contenido resultaron ser “muy buena”, y de constructo, se realizó por análisis factorial, agrupando la prueba en dos factores (10 ítems para cohesión y 10 para adaptabilidad). (Alarcón, 2014)

En Perú, Reusche en 1994 realizó la adaptación, con un sistema de jueces y análisis cualitativo, determinando la confiabilidad por test- retest, con un valor para cohesión 0.83 y para adaptabilidad 0.80, demostrando una consistencia interna aceptable, en población adolescente (Aquino y Briceño, 2016). Bazo et. al. (2016), estudió las propiedades psicométricas de la escala en adolescentes peruanos, encontrando una consistencia interna alta para cohesión “real” y moderada para adaptabilidad “real”, asimismo, confirmó la validez del constructo por bondad de ajuste del modelo bifactorial, siendo los resultados suficientemente adecuados para aplicarla en nuestro país, ya sea de manera individual o grupal.

Por su parte, Alarcón (2014), aplicó la prueba a una muestra de estudiantes universitarios de Lima, obteniendo valores de consistencia interna más altos que la escala original, $\alpha = 0,83$ en FACES III (total), $\alpha = 0,804$ en cohesión y $\alpha = 0,703$ en adaptabilidad; sin embargo, aunque encontró la validez de constructo “bueno” mediante análisis factorial exploratorio por componentes principales, agrupó la escala por tres factores independientes: Cohesión (unidimensional) y Adaptabilidad (democrático y caótico), no confirmando la estructura bifactorial de la prueba. Ríos (2014) señala en su estudio, la validez y confiabilidad de la escala, obtenida en la Escuela de Psicología de la Universidad César Vallejo de Trujillo, cuyo valor es $\alpha = 0,809$, lo que indicaría que el instrumento es confiable y una validez mayor o igual

a 0.20; de igual manera, este autor, aplicó el coeficiente Alpha de Cronbach para determinar la confiabilidad de la escala para su estudio con universitarios de Huancayo, dando el valor de $\alpha=0,718$ para cohesión y $\alpha=0,747$ para adaptabilidad y en cuanto su validez, aplicó la r de Pearson, encontrando que en todos los casos existía relación significativa ítem por ítem.

b) El Cuestionario de Estimación de Afrontamiento al Estrés (COPE):

El COPE es un inventario multidimensional, cuya creación procede de Estados Unidos en 1989 con Carver, Scheier y Weintraub. Su objetivo es evaluar las diferentes formas que una persona responde como afrontamiento al estrés. Tiene dos versiones, situacional y disposicional, la primera orientada a evaluar las respuestas en situaciones específicas o temporales, y la segunda para identificar las respuestas típicas de la persona. Para ambas versiones, lo | Likert de cuatro puntuaciones, siendo 1=casi nunca hago esto, 2= a veces hago esto, 3=usualmente hago esto y 4= hago esto con frecuencia, variando sólo en las instrucciones. Consta de 13 escalas (afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades competentes, postergación del afrontamiento, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, reinterpretación positiva y crecimiento, aceptación, negación, acudir a la religión, enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual y desentendimiento cognitivo), que miden estrategias de afrontamiento y se organizan en tres estilos de afrontamiento planteado por los autores: centrado en el problema, centrado en la emoción y otros estilos. (Cassaretto y Chau, 2016; Cassaretto et. al., 2003)

El instrumento original, demostró una consistencia interna a través del coeficiente alfa de Cronbach entre 0.45 y 0.92, y en cuanto a validez, emplearon un

análisis factorial rotación oblicua, obteniendo 11 factores con valores eigenvalves mayores a 1.0; sin embargo, los autores mantuvieron las 13 escalas por separado. (Cassaretto y Chau, 2016)

En Perú, fue traducido y validado por Salazar y Sánchez en 1992, siendo sometido a criterio de jueces, psicólogos con manejo del idioma inglés, hallando validez de contenido para las escalas. En 1996, Casuso, adaptó el inventario a población universitaria peruana; quien contó con una muestra de 817 participantes, que en referencia a la confiabilidad encontró una consistencia interna que oscila entre 0.40 y 0.86, y en cuanto a su validez, utilizó el análisis factorial exploratorio para determinar cómo se configuraban los reactivos en la población universitaria de Lima, obteniendo 13 factores con valores eigenvalves mayores a 1.0; sin embargo, estos resultados no coincidieron en su totalidad con la original, por lo que sugirió la reorganización del cuestionario, reagrupando los ítems. Desde entonces se vienen realizando estudios sobre las propiedades psicométricas, a nivel nacional e internacional, y en diferentes poblaciones y contextos, demostrando su validez y confiabilidad en muchas investigaciones. (Cassaretto y Chau, 2016)

c) Cuestionario de Vivencias Académicas (Questionário de Vivências Académicas)

El Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (CVAr; Almeida, Ferreira y Soares, 1999) es un cuestionario de auto informe que busca evaluar la forma en cómo los jóvenes se adaptan a algunas de las exigencias de la vida académica. Está constituido por 60 ítems en una escala de respuesta Likert de cinco puntos, que van desde 1=desacuerdo total hasta 5=acuerdo total, considerando las dimensiones Personal, Interpersonal, Carrera, Estudio e

Institucional, de la adaptación de los estudiantes al entorno universitario. Su aplicación puede darse de forma colectiva o individual, con una duración que no excede a los 30 minutos aproximadamente. La puntuación en cada dimensión se obtiene sumando las respuestas y se busca la normal general tipo T según corresponda, de acuerdo a los baremos elaborados para la población; es importante invertir previamente las puntuaciones directas en los reactivos redactados negativamente.

En su construcción y validación, el cuestionario pasó por varias aplicaciones y análisis de tipo cualitativo y cuantitativo de sus ítems, llevadas a cabo en las universidades de Minho, Coimbra y Azores, así como el Instituto Politécnico de Oporto, ubicadas en Portugal. Los coeficientes de consistencia interna de las dimensiones siempre estuvieron por encima de 0.70, y en cuanto a su validez de contenido, dispersión y poder discriminativo de los ítems, daban resultados adecuados. Para el cálculo de la validez de criterio, se realizó una comparación con otras escalas de Autoestima, Solidaridad, Satisfacción con la vida y Ansiedad, obteniéndose datos que se presentaran estadísticamente correlacionados de acuerdo con los constructos evaluados (Almeida, Ferreira y Soares, 2006).

En la adaptación colombiana, realizada por Márquez, Ortiz y Rendón (2009), aplicaron el instrumento a una muestra de 297 estudiantes, con una edad promedio de 20 años; de lo cual, se hicieron modificaciones en la agrupación de algunos ítems. La confiabilidad, evaluada a través del alfa de cronbach, demostró la consistencia interna en todas sus dimensiones, alcanzando a ser mayor o igual a .60 y la estructura factorial obtenida explica el 40.5% de la varianza total, lo cual resulta similar a lo encontrado en el instrumento original.

Abello et. al. (2012), realizaron en Chile, la adaptación y validez del cuestionario, contando con 261 universitarios, entre hombres y mujeres. Se tradujo de su idioma original, portugués, al castellano, a cargo de especialistas, entre ellos, Almeida. Se utilizó el coeficiente de cronbach demostrando una consistencia interna respetable entre los 0.69 y 0.90 para todas las dimensiones y escala en general, y determinaron la validez mediante juicio de experto, asegurando sus propiedades de precisión y validez.

Jacobo, Pablo y Carlos (2015), en México, se interesaron en hallar las propiedades psicométricas del instrumento traducido y adaptado por Márquez, teniendo a 397 estudiantes del nivel superior como participantes, obteniendo también un coeficiente alpha de cronbach mayor a 0.70 y una estructura factorial explica el 42.25% de la varianza total, lo cual demuestra que es aceptable para medir las variables que implica el proceso de adaptación universitaria.

En Trujillo, Alva (2015) realizó la adaptación y estandarización del cuestionario, contando con una muestra de 314 estudiantes, entre hombres y mujeres, con edades que oscilaban entre los 16 años a más; haciendo modificaciones a 13 reactivos, luego de adecuarlos a las características culturales y lingüísticas de los participantes, la opinión de jueces expertos y el análisis de validez y confiabilidad. La validez y confiabilidad fueron demostradas a través de diferentes técnicas estadísticas, de las cuales se obtuvieron coeficientes muy respetables para demostrar la consistencia en todas las dimensiones, la pertinencia y las cualidades psicométricas del instrumento.

5.5. Procedimiento:

En la fase inicial se coordinó con Dirección y Secretaría Académica de Escuela, en donde se expusieron los objetivos, metodología y beneficios de la investigación, con la finalidad de obtener la nómina de matrícula de estudiantes, pertenecientes al primer y segundo semestre de estudios en dicha Institución, y así poder tener el número de la población a estudiar.

Para el consentimiento informado, se brindó una charla informativa a los y las estudiantes, sobre la investigación, de tal modo de promover la motivación, compromiso y participación en el estudio. Se entregó el documento de Consentimiento Informado para el permiso de inicio de las evaluaciones.

Una vez obtenidos horarios, población y tiempo de aplicación, se llevó a cabo la aplicación de pruebas: Escala de cohesión y adaptabilidad familiar FACES III, el Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento (COPE), creado por Carver, Scheier, y Weintraub, y el Cuestionario de Adaptación Universitaria (QVA-R) de Almeida en forma grupal, en dos sesiones de 50 min. De esta manera, se continuó hasta que toda la población sea evaluada

Finalmente se trabajó el análisis de resultados, la elaboración de discusión de resultados y recomendaciones pertinentes, los cuales serán alcanzadas a cada dirección de escuela de la institución, una vez que la tesis sea aprobada y sustentada.

5.6. Consideraciones éticas:

La presente investigación fue presentada para su revisión y evaluación al Comité de Ética de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, teniendo vigente su aprobación.

Se brindó información general sobre las características, metodología, objetivos y beneficios de la investigación, dirigida a autoridades académicas, así como a la población a estudiar, protegiendo el bienestar y dignidad del participante. Se solicitó y respetó el libre consentimiento para la aplicación de las pruebas a los estudiantes, así como de aquellos que no decidieron participar o abandonaron la investigación.

Se les invitó a participar a los estudiantes de una Charla-Taller “Competencias para el éxito” con la finalidad de concientizar y fortalecer sus competencias personales y profesionales, como apoyo para la consecución de sus objetivos y metas académicas.

La investigadora se comprometió a honrar todas las promesas y compromisos, respetando los artículos del Código de ética profesional del Colegio de Psicólogos del Perú, referente al TÍTULO XI, artículos 79-87.

5.7. Plan de análisis de datos:

Los datos obtenidos, de acuerdo a la revisión y calificación que consigan los instrumentos aplicados, fueron ingresados a una base de datos en el Programa de Microsoft Excel, codificados y analizados mediante la estadística descriptiva.

Para los objetivos específicos descriptivos, los resultados se presentan en tablas estadísticas por frecuencias y porcentajes; para el objetivo general y los específicos de correlación, se utilizó el coeficiente de correlación canónica y los criterios de Cohen para identificar la magnitud o fuerza de la correlación entre las

variables, las cuales se presentan en tablas estadísticas especificando el coeficiente de correlación.

Fuerza de correlación	
$r=1$	Correlación perfecta
$0'8 < r < 1$	Correlación muy alta
$0'6 < r < 0'8$	Correlación alta
$0'4 < r < 0'6$	Correlación moderada
$0'2 < r < 0'4$	Correlación baja
$0 < r < 0'2$	Correlación muy baja
$r=0$	Correlación nula

Criterios de Cohen para medir la fuerza de relación. Extraído de Tabachnick, F & Fidell, L. (2013).

La discusión de resultados se realizó comparando los datos obtenidos con los encontrados en antecedentes y marco teórico, teniendo en cuenta similitudes y controversias; para las conclusiones se tomó en cuenta los objetivos y contrastación de hipótesis planteadas; para finalmente tomar los puntos desfavorables y proponer recomendaciones para la resolución de la problemática encontrada, así como también reforzar los puntos favorables en el estudio.

VI. RESULTADOS

Para determinar el objetivo general, que hace referencia a identificar la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo, se utilizó el coeficiente de correlación canónica, obteniendo como resultado $r_c = 0.526$, de magnitud moderada, lo que indicaría que la capacidad que tiene la familia para experimentar y equilibrar la independencia y vinculación afectivas, así como tener estabilidad y apertura al cambio cuando sea necesario; al mismo tiempo que, las acciones concretas y específicas que realizan los estudiantes para hacer frente a situaciones amenazantes o estresantes, con el fin de evitar o disminuir el malestar generado, se relaciona moderadamente con el proceso complejo de acomodación y ajuste, dentro del cual implica la confrontación del joven a múltiples tareas y desafíos en el entorno universitario, ya sea de índole emocional, social, académico e institucional.

Tabla N° 5:

Correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.

	Adaptación a la vida universitaria
Funcionamiento familiar y estrategias de afrontamiento	$r_c = , 0,526$

La Tabla N° 6, describe la distribución de frecuencias por tipo de funcionamiento familiar de los participantes, observando que predominan los de niveles de rango medio, manifestado por el 47,4% de los jóvenes, lo que indicaría

que estas familias presentan niveles extremos en una sola dimensión (cohesión o adaptabilidad), lo cual puede ser originado por situaciones estresantes que atraviesan; así tenemos, a las familias conectadas caóticas (12.5%), donde si bien el tiempo y espacio de privacidad es respetado, la participación e interacciones afectivas en familia son alentadas y priorizadas, sin embargo, sus disciplinas no son claras, habiendo inconsistencia en sus consecuencias; de igual forma, las familias disgregadas flexibles (11.7%), muestran que, predomina un alto grado de independencia en los miembros, el tiempo, espacio e intereses son personales, sin embargo, se conversan las reglas y roles, tomando acuerdos, negociándose cuando es necesario. Así mismo, se evidencia que el 29,7% de los evaluados, expresó desenvolverse dentro de familias balanceadas, las cuales se caracterizan por ser dinámicas, mantienen un estilo comunicativo positivo, y modifican eficazmente sus niveles de cohesión y adaptabilidad ante situaciones estresantes o cambios evolutivos, lo que les posibilita el cumplimiento de sus objetivos y funciones, siendo felices y exitosas; dentro de ellas, resaltan las familias separadas flexibles (13.3%), donde si bien se prefiere el tiempo y espacio personal, hay algo de tiempo compartido y apoyo entre los miembros, se toman acuerdos en las decisiones, es posible que se compartan los roles o funciones, de manera flexible, de acuerdo a la edad o circunstancias. Finalmente, el 22,9% de los estudiantes, se desenvuelve en un ambiente con funcionamiento familiar extremo, es decir estas familias se encuentran en niveles extremos, tanto en cohesión y adaptabilidad, tienen un funcionamiento menos adecuado; siendo los resultados de mayor índice, en las familias Disgregadas rígidas (12.1%), donde existe extrema separación afectiva, los

miembros son incapaces de buscar apoyo en el otro y resolver problemas juntos, existe control y se imponen las reglas, sin tener la posibilidad de negociarlas.

Tabla N° 6:

Frecuencias por tipo de Funcionamiento familiar en jóvenes estudiantes de una Universidad de Trujillo.

Tipo de funcionalidad familiar		N	%
Cohesión	Adaptabilidad		
		Extremo	
Disgregada	Caótica	7	2.8
Amalgamada	Caótica	20	8
Disgregada	Rígida	30	12.1
Amalgamada	Rígida	0	0
Sub Total		57	22,9
		Rango medio	
Separada	Rígida	13	5.2
Separada	Caótica	12	4.8
Disgregada	Estructurada	12	4.8
Disgregada	Flexible	29	11.7
Conectada	Caótica	31	12.5
Conectada	Rígida	5	2
Amalgamada	Estructurada	12	4.8
Amalgamada	Flexible	4	1.6
Sub Total		118	47,4
		Balanceada	
Separada	Flexible	33	13.3
Separada	Estructurada	10	4
Conectada	Flexible	24	9.6
Conectada	Estructurada	7	2.8
Sub Total		74	29,7
Total		249	100,0

De acuerdo a la Tabla N° 7, se describe la distribución por frecuencias de uso de las estrategias de afrontamiento en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo; mostrando que dentro de los estilos de afrontamiento Centrado en el Problema, la estrategia de afrontamiento más utilizada es “Búsqueda de apoyo social, por razones instrumentales” (Siempre 56.2%); de los estilos Centrado en la emoción es “Reinterpretación positiva y crecimiento” (Siempre 60.6%), seguido de

“Búsqueda de apoyo social, por razones emocionales (Siempre 56.6%) y del grupo de Otros estilos, el mayor porcentaje de estudiantes valora que nunca (33.7%) o a veces (59%) utilizan “Desentendimiento Conductual” como estrategia, sin embargo, el 42.6% (Casi siempre) y 16.9% (Siempre) optan por “Desentendimiento cognitivo” para evitar o disminuir el malestar de las situaciones difíciles. Asimismo, de manera general, las cinco más usadas son Reinterpretación positiva y crecimiento, seguido de Búsqueda de soporte emocional, búsqueda de soporte social, Planificación y Supresión de actividades. Estos resultados indicarían que el estudiante universitario frecuentemente acude a otras personas (amigos, familias, autoridades, etc.) para buscar ayuda, consejos o información que contribuya en la solución del problema, además del apoyo moral, comprensión y entendimiento afectivo, valora las dificultades rescatando lo positivo y el aprendizaje en cada experiencia, sin embargo, aunque intenta no distraerse para reunir todos sus esfuerzos en planificar y seleccionar la mejor alternativa frente a los problemas, también hay ocasiones que busca realizar acciones que ocupen o distraigan del factor estresante.

Tabla N° 7:

Frecuencias por Estrategia de afrontamiento con mayor uso, en jóvenes estudiantes de una Universidad de Trujillo.

Estrategias de Afrontamiento	Frecuencia de uso				Total
	Nunca	A veces	Casi siempre	siempre	
Centrado en el Problema					
Afrontamiento Activo.					
N	4	22	111	112	249
%	1.6	8.8	44.6	45	100
Planificación.					
N	6	34	130	79	249
%	2.4	13.7	52.2	31.7	100
Supresión de actividades.					

	N	12	95	124	18	249
	%	4.8	38.2	49.8	7.2	100
Postergación del afrontamiento.						
	N	9	106	119	15	249
	%	3.6	42.6	47.8	6	100
Búsqueda de apoyo social (por razones instrumentales).						
	N	10	31	68	140	249
	%	4	12.4	27.3	56.2	100
Centrado en la emoción						
Búsqueda de soporte social (por razones emocionales)						
	N	18	36	54	141	249
	%	7.2	14.5	21.7	56.6	100
Reinterpretación positiva y crecimiento						
	N	4	10	84	151	249
	%	1.6	4.0	33.7	60.6	100
Aceptación						
	N	12	71	112	54	249
	%	4.8	28.5	45.0	21.7	100
Acudir a la religión						
	N	26	45	105	73	249
	%	10.4	18.1	42.2	29.3	100
Enfocar y liberar emociones.						
	N	21	100	94	34	249
	%	8.4	40.2	37.8	13.7	100
Otros Estilos						
Negación						
	N	59	113	67	10	249
	%	23.7	45.4	26.9	4.0	100
Desentendimiento conductual						
	N	84	147	18	0	249
	%	33.7	59.0	7.2	0.0	100
Desentendimiento cognitivo						
	N	21	80	106	42	249
	%	8.4	32.1	42.6	16.9	100

Con respecto a la distribución según el nivel de las dimensiones de la adaptación universitaria, en la Tabla N° 8, se visualiza que el mayor porcentaje de jóvenes participantes manifestaron una adaptación de nivel medio (Personal=45.8%, Interpersonal=49.4%, Estudio=62.3%), y alto (Carrera=73.1%, Institucional=47.4%), lo cual demuestra que la mayoría de los universitarios se estarían percibiendo medianamente saludables, a nivel físico y psicológico, manteniendo relaciones sociales adecuadas e inclinación moderada por actividades

que están fuera de su currículo, la visión de su proyecto vocacional y profesional a futuro es muy clara, sintiéndose muy satisfechos con su carrera, aunque sus competencias en relación a la organización, recursos de aprendizajes y hábitos de estudios están aún en desarrollo, tienen un alto interés general por la institución, conociendo y valorando sus servicios lo que les genera el deseo de continuar sus estudios.

Tabla N° 8:

Frecuencias por niveles de las dimensiones de la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.

Dimensiones de la Adaptación universitaria	N	%
Niveles		
Adaptación personal		
Alto	75	30.1
Medio	114	45.8
Bajo	52	20.9
No adaptación	8	3.2
Adaptación interpersonal		
Alto	87	34.9
Medio	123	49.4
Bajo	36	14.5
No adaptación	3	1.2
Adaptación con la carrera		
Alto	182	73.1
Medio	58	23.3
Bajo	9	3.6
No adaptación	0	0.0
Adaptación con el estudio		
Alto	44	17.7
Medio	155	62.3
Bajo	49	19.7
No adaptación	1	0.4
Adaptación institucional		
Alto	118	47.4
Medio	113	45.4
Bajo	17	6.8
No adaptación	1	0.4
Total	249	100.0

En la Tabla N° 9 correspondiente al cuarto objetivo específico, se evidencia que, se aplicó el coeficiente de correlación canónica con el propósito de identificar la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar con la adaptación universitaria, teniendo como resultado $r_c=0.116$, siendo la magnitud de la relación muy baja; esto indicaría que se necesitan variaciones de gran importancia en la forma como una familia se está vinculando emocionalmente y en su capacidad de cambiar su liderazgo, roles y reglas ante la búsqueda del equilibrio en situaciones de estrés , y aun cuando esto suceda, no asegura que el joven cuente con la capacidad de afrontamiento y ajuste a las diferentes demandas que exige el entorno universitario, manifestadas en la percepción de bienestar físico y psicológico, interacciones sociales adecuadas, perspectiva clara de proyecto profesional, organización y hábitos de estudio, y deseo de culminar carrera. Las variables estarían actuando de manera independiente.

Tabla N° 9:

Correlación entre el tipo de Funcionamiento familiar y la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.

	Adaptación a la vida universitaria
Tipos de Funcionamiento familiar	$r_c = , 0.116$

Finalmente, en la Tabla N° 10, que hace referencia al quinto objetivo específico, se observa que, se utilizó el coeficiente de correlación canónica con el fin de identificar la correlación entre las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria, obteniendo como resultado $r_c=0.507$, con una magnitud de la relación moderada; esto indicaría que la valoración que haga de sus recursos y

motivaciones, así como las acciones tomadas por un estudiante como respuesta a una situación difícil o estresante, se relaciona con la capacidad de confrontación y ajuste a múltiples tareas y desafíos en el ámbito académico, manifestadas en la percepción de bienestar físico y psicológico, relaciones interpersonales, visión clara de proyecto vocacional a futuro, competencias de estudio y deseo de culminar la carrera.

Tabla N° 10:

Correlación entre las estrategias de afrontamiento y la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo.

	Adaptación a la vida universitaria
Estrategias de afrontamiento	$rc = , 0.507$

VII. DISCUSIÓN

El resultado correspondiente al objetivo general, que buscó conocer la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en estudiantes de una universidad de Trujillo, mostró una correlación moderada; observándose que esto sucede cuando ambas variables, tipo de funcionamiento familiar y estrategias de afrontamiento, actúan juntas en relación con la adaptación universitaria, ya que la correlación varía a ser muy baja cuando no interviene la segunda, tal como se describe en el cuarto objetivo específico. Esto podría explicarse a través del sustento teórico que considera al proceso de transición y adaptación universitaria, como complejo y multidimensional, el cual implica la confrontación y ajuste a múltiples desafíos de índole emocional, social, académico e institucional en el entorno universitario, donde intervienen variables de naturaleza intra e interpersonal como contextuales, relacionados con características de los estudiantes, como también de las universidades y la calidad educativa que en ellas ofrecen (Soares, Almeida y Ferreira, 2000; Soares, Almeida y Ferreira, 2002; Almeida, Guisande y Soares, 2011), es decir, las variables estarían relacionadas como factores favorecedores o que obstaculizan el proceso, y no se le puede atribuir en todas las situaciones a una sola o conjunto de ellas; así también, se considera a las estrategias de afrontamiento como factor importante que tendría un efecto sobre la continuidad y el logro académico en los jóvenes (Pereira, 1997; Polo, Hernández, & Pozo, 1996, citados por Almeida, Freitas & Raposo, 2007), lo mismo que, el soporte social brindado por sus familiares, compañeros y docentes es un factor clave de apoyo para que el estudiante pueda afrontar los diferentes desafíos y dificultades en su adaptación

universitaria (Merdirger et al., 2005, citado por Abello et. al., 2012); por lo que nos permite señalar que, la capacidad y disposición que tiene la familia para ser flexibles y abiertos frente a los cambios, permanecer unidos y vinculados afectivamente, respetando la autonomía e intereses de sus integrantes, para así lograr objetivos en común, al mismo tiempo que, las acciones concretas y específicas que realizan los estudiantes para hacer frente a situaciones amenazantes o estresantes, con el fin de evitar o disminuir el malestar generado, se relacionan con el proceso complejo de acomodación y ajuste, dentro del cual implica la confrontación del joven a múltiples tareas y desafíos en el entorno universitario, ya sea de índole emocional, social, académico e institucional. Asimismo, al demostrar que la correlación entre las variables es moderada pero no determinante, también cabe la posibilidad de que otras variables de mayor magnitud estén interviniendo en el proceso, las cuales no han sido tomadas en cuenta en este estudio, pero que sí han sido investigadas por otros autores, hallando correlación con adaptación universitaria, entre ellos: Sentido de Coherencia (Silva, 2021), dimensiones de apego- adulto (Schrader, 2021), proceso de aprendizaje (Torres, 2021), repitencia académica (Cárdenas, 2021), bienestar psicológico (Briceño, 2020), hábitos saludables (Tejada, 2020), ansiedad frente a los exámenes (Muñoz, 2020), estilo de vida (Silvestre y Torre, 2019), autoeficacia general (Curi, 2019); resiliencia (Aquino, 2016) , calidad de sueño (Pretty, 2016), salud percibida (Chau y Saravia, 2014), ambiente académico (Almeida, Guisande y Soares, 2011), entre otros.

De acuerdo al primer objetivo específico, referido a identificar la distribución por frecuencias, según el tipo de funcionamiento familiar en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo, el mayor porcentaje de ellos se ubicó en

los tipos de funcionamiento familiar de rango medio (47.4%) y balanceado (29.7%); evidenciando, que las primeras familias son extremas en una sola dimensión (cohesión o adaptabilidad), presentando dificultades que podrían ser originadas por la insatisfacción de alguna necesidad del desarrollo o por situaciones de estrés, por ejemplo, la etapa de transición de la adolescencia al inicio de la vida adulta y el inicio de la vida universitaria, donde el estudiante intensifica el proceso de separación-individuación, en una lucha por conseguir mayor autonomía e independencia, sin que esto signifique la ruptura o desvinculación de sus padres (Almeida, Guisande y Soares, 2007), y que esto puede estar afectando su estructura y funcionamiento; en segundo lugar, tenemos a las balanceadas, que se caracterizan por ser dinámicas, estables y flexibles en sus reglas y roles, y con la libertad de decidir que tienen sus integrantes, entre buscar su independencia o compartir con los demás, dependiendo de la situación, el ciclo vital familiar o la socialización que lo requiera, lo que les posibilita a cumplir exitosamente con los objetivos y funciones que le son asignados (Olson, 1999, 2019). Estos resultados coinciden con los encontrados por Villalobos (2021), Alvites, (2021), Huamaní (2021), Cajachagua (2020), Agurto (2019), Silva (2019), Boza (2018), Jurado (2018), Barrantes y Vásquez (2016), Aquino y Briceño (2016), Ríos (2014), quienes hallaron que los tipos de funcionamiento familiar predominantes en sus participantes fueron de rango medio. Además, se puede observar en los resultados de esta investigación que, dentro de las familias de rango medio, predominan las familias conectadas caóticas, donde si bien los vínculos emocionales son cercanos y empáticos, se permite la intimidad necesaria con disposición a compartir espacio y tiempo, sin embargo, necesitan una mejor estructuración de los roles, reglas y funciones que se

hacen cumplir inconsistentemente y de manera impulsiva, al mismo tiempo mejorar sus habilidades para resolver problemas; así también, las familias disgregadas flexibles, donde se percibe a familias con tiempo y espacio separados, aunque, las reglas se hacen cumplir con flexibilidad, negociándose sus consecuencias, esto podría deberse a que el ingreso a la universidad implica muchas veces emigrar de su tierra natal, dejar a la familia de origen, lo que disminuye o dificulta la comunicación y tiempo para estar juntos, otra situación podrían ser las diferentes actividades que realizan los integrantes, trabajo o estudio, muchas veces a tiempo completo, dejando casi nada espacio para compartir en familia, o las discrepancia de concepciones sobre el rol que cumple la familia en la educación superior, tal como identificaron Villafrade y Franco (2016) en su investigación, donde los padres percibían a sus hijos como más reservados en su intimidad y adultos, y estos percibían que existe menos comunicación, unión y expresión afectiva para confiarles sus temas personales. De igual forma, los resultados evidencian que, dentro de las familias balanceadas, predominan las familias separadas flexibles, donde se acepta la cercanía emocional, pero se prefiere el tiempo y espacio personal, la familia es democrática, cada uno sabe qué está permitido y qué no, y cumple con lo que todos esperan, sin miedo a expresar ni a escuchar los sentimientos propios y los de los demás respectivamente. De esta forma, se puede evidenciar que mayormente los estudiantes perciben en su familia como el medio en donde buscan su individualidad con disposición a establecer vínculos emocionales cercanos, lo que coincide con los aportes de Reaño (2014), que considera que el estudiante universitario necesita desarrollar su autonomía e independencia, separarse de sus padres, pero al mismo tiempo tener el apego y

soporte emocional que estos les pueden ofrecer, sobre todo en tiempo de crisis o de estrés.

En cuanto a los resultados obtenidos en el segundo objetivo específico, que hace referencia a la distribución por frecuencias de uso de las estrategias de afrontamiento, se halló que dentro de los estilos de afrontamiento Centrado en el Problema, la estrategia de afrontamiento más utilizada es “Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales” (Siempre 56.2%); de los estilos Centrado en la emoción es “Reinterpretación positiva y crecimiento” (Siempre 60.6%) y del grupo de Otros estilos, el mayor porcentaje de estudiantes valora que nunca (33.7%) o a veces (59%) utilizan “Desentendimiento Conductual” como estrategia, sin embargo, el 42.6% (Casi siempre) y 16.9% (Siempre) optan por “Desentendimiento cognitivo” para evitar o disminuir el malestar de las situaciones difíciles; y dentro de todas, las cinco más usadas son Reinterpretación positiva y crecimiento, Búsqueda de soporte emocional, búsqueda de soporte social por razones instrumentales, Planificación y Supresión de actividades. Estos resultados indican que el estudiante universitario frecuentemente acude a otras personas (amigos, familias, compañeros, docentes, autoridades, etc.) para buscar ayuda, consejos o información que contribuya en la solución del problema, además del apoyo moral, comprensión y entendimiento afectivo, valora las dificultades buscando el propósito positivo de la experiencia e identifican la enseñanza de la misma, sin embargo, aunque intenta no distraerse para reunir todos sus esfuerzos, proponiendo estrategias de acción, pasos a realizar y selección de las mejores alternativas, también hay ocasiones en que busca realizar acciones que ocupen o le distraigan del factor estresante. Estos resultados

coinciden con los encontrados por Salinas, (2019), Olivera, (2018), Yauri y Vargas (2016) y Cassaretto et. al (2003), quienes hallaron que los estudiantes tienden a utilizar con mayor frecuencia, la búsqueda de apoyo, reinterpretación positiva y crecimiento, planificación y desentimiento cognitivo. Para Frydemberg (1997), el afrontamiento del adolescente esta referenciado en la solución de problemas, en el apoyo sobre otros y en el no afrontamiento, y se constituye esencial para la transición y adaptación efectiva en los diferentes contextos.

Con respecto a la distribución según los niveles de las dimensiones de la adaptación universitaria, planteado como tercer objetivo específico, el mayor porcentaje de jóvenes participantes manifestaron una adaptación de nivel medio (Personal=45.8%, Interpersonal=49.4%, Estudio=62.3%), y alto (Carrera=73.1%, Institucional=47.4%), lo cual demuestra que la mayoría de los universitarios se estarían percibiendo medianamente saludables, a nivel físico y psicológico, manteniendo relaciones sociales adecuadas y moderada inclinación por actividades extra curriculares, la perspectiva de su proyecto vocacional a futuro es muy clara y se sienten muy satisfechos con su carrera, aunque sus competencias en relación a la organización, recursos de aprendizajes y hábitos de estudios están aún en desarrollo, tienen un alto interés general por la institución, conociendo y valorando sus servicios lo que les genera el deseo de continuar sus estudios. Estos resultados, se parecen a los encontrados por Cárdenas (2021), Tejada (2020), Silvestre y Torres (2019), Curi (2019) y Chau y Saravia (2014), quienes hallaron niveles medio en todas las dimensiones de adaptación universitaria; Torres (2021) también halló niveles medios en las dimensión personal e interpersonal, sin embargo, encontró niveles bajos en Carrera e Institucional.

Por otro lado, estos hallazgos nos podrían estar advirtiéndolo sobre la existencia de variables contextuales académicas que estarían favoreciendo también en el proceso de adaptación de los estudiantes, ya que los niveles altos se encuentran en Carrera e Institución; así pues, se observa un alto grado de valoración, satisfacción y expectativa positiva hacia la carrera que eligieron, confiando en sus habilidades y capacidades para lograr sus objetivos, así como un alto grado de satisfacción con la estructura e infraestructura de la Institución como con los servicios y recursos que ofrecen. De este modo, algunos autores (Almeida, Freitas y Soares, 2004; Almeida, Guisande y Soares, 2011) destacan la importancia de considerar, además de las variables personales, a las variables contextuales, ya que juegan un importante papel en la integración y ajuste académico de los estudiantes, favoreciendo el compromiso, permanencia e implicación académica en general, y que, a pesar de ello, muy poco se ha investigado al respecto.

En cuanto a los resultados correspondiente al cuarto objetivo específico, que buscó determinar la relación entre el tipo de funcionamiento familiar con las dimensiones de adaptación universitaria, mostró una relación muy baja entre ambas variables; esto indicaría que tendrían que haber cambios de gran importancia en la forma de vincularse afectivamente y en la flexibilidad de su estructura para hacer frente a las dificultades, y aun cuando esto suceda, no asegura que en el joven se fortalezca la capacidad de acomodación o ajuste a circunstancias en el ámbito académico; es decir las variables estarían actuando de manera independiente, o podrían haber otros factores más relevantes que estarían interviniendo. Macías et. al. (2013), afirman que si bien el ambiente familiar representa un espacio socioeducativo de modelamiento y aprendizaje de toma de decisiones frente a las

formas posibles de manejar las situaciones críticas, fuera del grupo es la persona quién define su propio estilo para afrontar los problemas cotidianos, haciéndose responsable de sus decisiones; Olson (1989, citado por Aguilar, 2017), menciona como funciones de la familia como sistema, el de facilitar el crecimiento personal de cada miembro, a través de su autonomía, pues cada persona en la familia tiene roles definidos que establecen un sentido de identidad, tiene una personalidad que se extiende más allá de las fronteras de la familia; en la misma línea, Cajachagua (2020) considera que en la etapa de vida en la que se encuentran los universitarios, a la que considera como adultez emergente, las instituciones sociales como la familia y comunidad, a diferencia de las etapas tempranas, pierden influencia sobre ellos; y que por medio del proceso de “auto- socialización”, se sienten con la libertad para elegir la dirección de su vida, asumir responsabilidades y plantearse expectativas sobre su futuro; asimismo, algunos estudios concluyen que el soporte de los pares es un recurso muy importante para los estudiantes, pudiendo ser más significativo que el soporte familiar (Rodríguez, Mira, Myers & Moris, 2003, Diniz & Pinto, 2006, citados por Vieira, 2015), ayudándoles en el manejo de situaciones de la vida académica, mientras que el soporte familiar sería un factor valioso para situaciones no académicas. Por último, en base a estos hallazgos, el tipo de funcionalidad familiar tomaría el papel protector o facilitador, más no sería un factor relevante e imperativo, para lograr la adaptación universitaria en todas sus dimensiones.

Una de las limitaciones presentadas en esta investigación, es la ausencia de antecedentes con referencia a la relación de ambas variables, sin embargo, existe evidencia donde se han estudiado la relación entre el funcionamiento familiar con

otras variables en jóvenes universitarios, aplicando el mismo instrumento utilizado en este estudio, empero los resultados hallados no siempre son los mismos. Por un lado, tenemos estudios donde se obtuvieron como resultados y conclusiones que no existe relación significativa entre ellas o que la relación es muy baja, tales como con: estrés académico (Alvites, 2021), autoestima (Ipanaqué, 2021); actitudes machistas (Villalobos, 2021); depresión (Huamaní,2021); rendimiento académico (Pizarro y Santillán,2020); optimismo (Cajachagua, 2020); bienestar psicológico y autoeficacia (Silva, 2019); bienestar psicológico (Boza, 2018); claridad de autoconcepto (Jurado, 2018); inteligencia emocional (Mejía y Zavala, 2017); consumo de alcohol (Barrantes y Vásquez (2016); dependencia emocional (Aquino y Briceño, 2016) y riesgo suicida (Ríos 2014), entre otros; y por otro lado, tenemos los estudios que si hallaron relación significativa, tales como con estrés académico (Díaz, Arrieta y Gonzáles, 2014); felicidad (Alarcón, 2014), y tolerancia a la frustración (Agurto, 2019); además de los aportes de Sánchez y Callejas (2020), quienes indican que la presencia e implicación activa de la familia en todos los aspectos del desarrollo social, emocional y académico de los estudiantes, se convierte en un apoyo de acompañamiento y sostenimiento en el afrontamiento de diferentes situaciones, y pese a que en los estudiantes se percibe la necesidad de independencia, ellos reconocen la importancia de ese apoyo por parte de sus familias; igualmente, los autores Tzec, Vásquez, Serrano y Arellano, (2017), hallaron que los estudiantes perciben como importante la participación de la familia en su formación profesional, ya que esta, al ser su seno primario, le otorga ayuda, orientación, soporte y afecto; de igual forma, Reaño (2014), quién considera que la familia es un soporte emocional, que favorece el estado psicológico y personal del

estudiante; mientras que como apoyo social a través de la comunicación, disminuye la ansiedad y el estrés, los motiva y fortalece para el logro de sus metas, así mismo le brinda seguridad en sus relaciones al sentir que existe alguien que siempre estará presente; asimismo, Solernou (2013) considera que las condiciones y experiencias que faciliten los padres para obtener el éxito en esta nueva tarea de la educación universitaria resultará decisivo para que el joven se mantenga en ella y procure obtener resultados esperados; Otras investigaciones también coinciden y refuerzan estas ideas demostrando que favorece el éxito y persistencia en el estudiante para lograr sus metas a pesar de los obstáculos. (Auebach, 2006; Kokhorst et al., 2010; Kranstuber, 2012; Raque-Bogdan, Klingaman, Martin & Lucas, 2013; Barnnet, 2004; Kolkhorst et al., 2010; Wolf et al., 2009, Agliata y Renk, 2008, como se citó en Reaño, 2014), aunque, Auebach y Kranstuber encontraron en sus estudios que el apoyo emocional actuaría indirectamente sobre el desempeño y éxito académico, ya que estas variables dependen de la percepción general de la experiencia universitaria sumado a este apoyo emocional. Lemos, et. al.(2008) afirma que las dificultades en el grupo primario, estarían relacionadas con el origen y mantenimiento de cuadros clínicos en estudiantes universitarios, además también presentarían dificultades en el proceso de transición y ajuste al medio universitario (Soares, et. al. 2007).

Con estos resultados, se puede dar cuenta que aun cuando la relación entre ambas variables es muy baja, estos estudiantes en su mayoría están con nivel medio y alto de adaptación universitaria y con un tipo de funcionalidad familiar de rango medio y balanceado, es decir la manera de relacionarse dentro de su familia y cómo esta afrontan los cambios evolutivos y circunstanciales, va a hacer

un factor protector o no para su adaptación consigo mismo y con los demás dentro de cualquier otro sistema; la dinámica familiar se transformaría en un contexto académico, actuando como factor protector del proceso educativo, permitiendo la adaptación del adolescente a la vida universitaria los jóvenes (Sánchez y Callejas, 2020); Macías et, al. (2013), considera que las familias percibidas como cohesiva, los anime a la independencia y flexibles en las reglas y roles actuarían como factor protector para adaptación funcional de los adolescentes; de igual manera, Almeida Ferreira y Soares (2000), señalan que, si bien los estudiantes en la época universitaria se vuelven más autónomos e independientes, mantienen proximidad social y afectiva en sus relaciones familiares, siendo importante el apoyo y soporte recibido, el sentido de pertenencia, la relación con sus padres y la comunicación para compartir sus proyectos personales y profesionales, aun cuando es un adulto joven

Por lo que, debido a los pocos estudios que existen sobre abordar el tema familia y adaptación a la universidad, ya que los investigadores se han centrado en la educación básica regular, y las controversias expuestas, es que se recomienda ampliar futuras investigaciones sobre la temática, discutir los resultados, replicar o abordar otras variables, lo que permitirá ser el sustento teórico para diferentes políticas y programas que beneficien a la adaptación y éxito académico.

En referencia al quinto objetivo específico, que buscó determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento con las dimensiones de adaptación universitaria, los resultados mostraron una relación moderada entre ambas variables; esto indicaría que la forma en que un estudiante da respuesta a una situación estresante, se relaciona con la capacidad de acomodación o ajuste ante los

diferentes cambios y exigencias que vivencia en el ámbito académico; lo que coincide con algunos autores, quienes consideran que la vida universitaria exige el desarrollo de estrategias de afrontamiento efectivas para la permanencia y éxito académico, implicando los recursos personales disponibles y las acciones que realiza el estudiante como respuesta al conjunto de cambios y exigencias académicas, y que le resultan positivas para la integración o afiliación a la universidad (Vieira, 2015; Almeida et. al, 2018, Pérez, 2016, como se citó en Tejada, 2020), favoreciendo al desarrollo a nivel personal, cognitivo, afectivo, social, profesional y cultural en el universitario (Márquez et. al, 2009; Righi, Jorge, & Dos Santos, 2006); asimismo. De igual manera, Morales (2018) y Alvial et. al (2007), consideran importante fortalecer los recursos personales y estrategias de afrontamiento en los estudiantes, de tal manera que les permita afrontar las diferentes situaciones estresantes vividas dentro y fuera del contexto universitario, lo cual ayudaría a tener mayor bienestar, calidad de vida, adaptación o ajuste en el ámbito universitario.

Al buscar comparar los resultados con otros estudios, no se han encontrado antecedentes con ambas variables, sin embargo, se cita las investigaciones afines que tomaron a estrategias de afrontamiento con otras variables en el contexto universitario, aplicando el mismo instrumento utilizado en este estudio, tales como, Síndrome de burnout en estudiantes que trabajan (Salinas, 2019); en estudiantes migrantes (Olivera, 2018); depresión, (Fontenla, 2017) y satisfacción con la vida (Yauri y Vargas, 2016), entre otros; obteniendo como resultados similares a este estudio, hallando correlación entre ellas.

Esto podría evidenciar que los estudiantes cuentan con estrategias de afrontamiento adecuadas y que ello se ve reflejado en su adaptación a la universidad, con niveles medios y altos; aunque no se descarta la existencia de otras variables, debido a la magnitud moderada de la relación. Además se podría inferir que ya que la relación con el funcionamiento familiar es muy baja, los niveles de adaptación Carrera e Institución son altos, y dos de las estrategias que más usan tienen que ver con la búsqueda de soporte social instrumental o emocional; la Universidad, a través de sus servicios y recursos ofrecidos, clima y cultura académica, relación con docentes y compañeros, serían un factor clave como soporte para la adaptación universitaria, lo mismo que el desarrollo de currículo y visión de la carrera, ya que reafirma su vocación y proyecto profesional en los estudiantes. Pinheiro (2003, citado por Viera, 2015) señala al respecto, la importancia de que las instituciones ofrezcan servicios de apoyo al estudiante.

Finalmente, los hallazgos encontrados, son de gran relevancia para justificar la necesidad de ampliar la investigación respecto a las vivencias académicas y adaptación universitaria; considerando, que por ser un proceso complejo y multidimensional, es prioritario, analizar la coexistencia de otros factores no tomados en cuenta en esta investigación, además, proponer replicar el estudio dentro o fuera de la universidad, haciendo partícipes a estudiantes de los primeros ciclos o avanzados; de tal forma que permita comparar y discutir los resultados obtenidos, además de nutrir un marco teórico que respalde la implementación de políticas y programas que favorezcan el desarrollo integral del educando, tal como

enfatisa Consorcio de Universidades (2013), crear políticas y acciones que contribuyan al bienestar general y mejora de la calidad de vida del estudiante.

VIII. CONCLUSIONES

a. Con respecto al objetivo general, se corrobora la existencia de una correlación moderada entre el tipo de funcionamiento familiar y estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria en jóvenes estudiantes de una universidad de Trujillo ($r_c=0.526$).

b. Con respecto al primer objetivo específico, se concluye que los estudiantes de una universidad de Trujillo, manifestaron tener familias con un tipo de funcionamiento familiar de rango medio (47.4%) y balanceado (29.7%).

c. Con respecto al segundo objetivo específico, se concluye que, en la lista de las trece estrategias de afrontamiento, las cinco más usadas por los estudiantes son: reinterpretación positiva y crecimiento, búsqueda de soporte emocional, búsqueda de soporte social, planificación y supresión de actividades.

d. Con respecto al tercer objetivo específico, se concluye que, los participantes presentaron niveles medio (Personal=45.8%, Interpersonal=49.4%, Estudio=62.3%), y alto (Carrera=73.1%, Institucional=47.4%) en las dimensiones de adaptación universitaria.

e. Con respecto al cuarto objetivo específico, se identificó la existencia de una correlación muy baja entre el tipo de funcionamiento familiar con las dimensiones de adaptación universitaria. ($r_c=0.116$), por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

f. Con respecto al quinto objetivo específico, se corrobora que existe correlación moderada entre las estrategias de afrontamiento con las dimensiones de adaptación universitaria ($r_c=0.507$).

IX. RECOMENDACIONES

a. Abordar y ampliar la investigación psicológica sobre la adaptación universitaria, ya que, por ser un proceso complejo y multidimensional, es necesario analizar y comprender la coexistencia de otros factores relacionados no tomados en cuenta en esta investigación, personales como también contextuales; además, replicar el estudio dentro o fuera de la universidad, haciendo partícipes a estudiantes de otros ciclos y escuelas académicas. Dentro de estos factores sería interesante conocer la relación de la adaptación universitaria con las condiciones de migrantes y no migrantes, trabajan y los que no trabajan, los que cursan su primera carrera o segunda carrera, si son padres o madres de familia con hijos menores de edad y los sin hijos, según género y escuelas profesionales, etc.

b. La presente investigación resulta un aporte de gran significancia, en tanto que los hallazgos señalan una correlación moderada entre el tipo de funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento con la adaptación universitaria, por lo que se recomienda a la Institución una detección temprana de estas características en el estudiante, con el fin de elaborar perfiles adecuados, programas preventivos-promocionales y planes de intervención, como entidad promotora de salud y bienestar del educando; de tal forma que colabore con el fortalecimiento y maduración de su identidad y autonomía, componentes afectivo-sociales, relaciones interpersonales, satisfacción con la carrera y la institución; para que de esta manera, se reduzcan los riesgos de deserción.

c. La no adaptación universitaria, deserción o retraso en la culminación de la carrera, se considera un tema de indudable impacto socioeconómico, por lo

que se recomienda, evaluaciones constantes de cómo el estudiante va en su progreso de transición y adaptación a la universidad, tomando en cuenta sus dimensiones.

d. Se recomienda la réplica de esta investigación con una muestra probabilística representativa para fines de valorar la validez externa en ese momento.

e. Que si bien, la correlación entre el tipo de funcionamiento familiar y la adaptación universitaria resultó muy baja, se sugiere ampliar la investigación en referencia al rol y participación que desempeña la familia en el ámbito universitario, ya que, según los hallazgos y aportes de algunos autores, se considera a la familia como soporte fundamental, tanto afectivo, social, económico y de afronte en la vida académica.

f. Que, debido a la coyuntura actual, ocasionada por los cambios e impacto de la covid 19, tanto en la educación universitaria como en el estilo de vida en general, es imperativo atender la salud mental de los universitarios, conocer cómo los jóvenes están afrontando las diferentes situaciones de estrés, propias de su edad, en el contexto familiar, académico, social y sobre todo tecnológico, ya que podrían estar afectando en cierto modo su proceso de adaptación a la universidad.

X. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Abello, R., Díaz, A., Pérez, M., Almeida, L., Lagos, I., González J., & Stricklanda, B. (2012). *Vivencias e implicación académica en estudiantes universitarios: adaptación y validación de escalas para su evaluación*. Estudios Pedagógicos, 38(2) 7-19. Recuperado de <http://www.scielo.cl/pdf/estped/v38n2/art01.pdf>
- Aguilar, C. (2017). *Funcionamiento Familiar según el Modelo Circumplejo De Olson en adolescentes tardíos*. (Tesis de licenciatura). Facultad de Psicología. Universidad de Cuenca, Ecuador. Recuperado de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/28397/1/Traabajo%20de%20Titulaci%C3%B3n.pdf>
- Agurto J. (2019). *Funcionamiento Familiar y la Tolerancia a la Frustración en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes – 2018*. (Tesis de Licenciatura) Universidad Nacional de Tumbes. Recuperado de <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/40>
- Alarcón, R, (2014). *Funcionamiento Familiar y su relación con la felicidad*. Revista Peruana de Psicología y Trabajo social. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. 3(1) 61-74
- Almeida L., Soares, A & Ferreira, J. (2000). *Transição e adaptação à universidade: Apresentação de um questionário de vivências académicas (QVA)*. Psicologia, 14(2), 189 – 208. Recuperado de

https://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-20492000000200005

Almeida, L., Ferreira, J.. & Soares, A (2002). *Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r): Avaliação do ajustamento dos estudantes universitarios*. Avaliação Psicológica, 2(1), 81-93. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712002000200002

Almeida, L, Diniz, A, Guisande, A, & Soares, A. (2006). *Contrucción y validación de un modelo multidimensional de ajuste de los jóvenes al contexto universitario*. Revista Psicothema, 18 (2), 249-255. Recuperado de <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/12109>

Almeida, L., Soares, A. & Freitas, A (2004). *Integración y adaptación académica en la universidad: Estudio considerando la titulación y el sexo*..Revista Galego-Portuguesa de Psicoloxia e Educacion 9(11), 169-182. Recuperado de <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/6993>

Almeida, L., Soares, A &. Ferreira, J. (2006). *Questionário de vivências académicas: versão integral (qva) e versão reduzida (qva-r)*. Avaliação Psicológica, 2(1), 101-120. Recuperado de <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/12110>

- Alva, J. (2015). *Adaptación y estandarización del cuestionario de vivencias académicas para jóvenes universitarios: un análisis psicométrico* (Tesis de licenciatura). Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo. Perú.
- Alvites, E. (2021). *Funcionamiento familiar y estrés académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Ayacucho, 2021.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.
- Aquino, J (2016) *Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en Becarios.* (Tesis de licenciatura), Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.
- Aquino H. &Briceño A. (2016) *Dependencia emocional y los niveles de funcionamiento familiar en estudiantes de una universidad privada de Lima - Este, 2015* (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana La Unión. Lima. Perú. Recuperado de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/536>
- Ayca, C. (2016). *Relación entre estrés académico percibido y estrategias de afrontamiento en los estudiantes de la Universidad Privada de Tacna, 2014.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada de Tacna. Recuperado de <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/211>
- Bazo et al. (2016). *Propiedades psicométricas de la escala de funcionalidad familiar faces-III: un estudio en adolescentes peruanos.* Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública 33 (3) 462-

470. Recuperado de
<http://www.rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/2299/2302>

Barrantes, M., & Vásquez, C. (2016). *Funcionamiento familiar y consumo de alcohol en estudiantes universitarios de la carrera de Ingeniería Civil de una universidad pública - 2016* (Tesis de licenciatura). Repositorio de la Universidad Privada del Norte. Recuperado de <https://hdl.handle.net/11537/10758>

Barraza, A.& Silerio, J. (2007). *El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo*. Investigación Educativa Duranguense, 7, 48-65.

Benitez, M (2017). *La familia: Desde lo tradicional a lo discutible*. Revista Novedades en Población, 13(26), 58-68. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782017000200005&lng=es&tlng=es.

Boza, M. (2018). *Funcionamiento Familiar Y Bienestar Psicológico En Estudiantes De Una Universidad Nacional De Lima Metropolitana*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Federico Villarreal.

Briceño, K. E. (2020). *Adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo*. (Tesis de licenciatura). Repositorio de la Universidad Privada del Norte. Recuperado de <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/24748>

Cajachagua, R. (2020). *Tipo de funcionamiento familiar y optimismo en estudiantes del último semestre de todas las facultades de una universidad privada de Huancayo, 2018*. (Tesis de Licenciatura) Escuela Académico Profesional de Psicología, Universidad Continental, Huancayo, Perú. Recuperado de <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/7977?locale=it>

Cárdenas, L. (2021) *Adaptación universitaria y repitencia académica, Facultad de Ciencias Administrativas y Contables, Universidad Peruana Los Andes, 2020* (tesis de maestría). Universidad Peruana Los Andes. Recuperado de <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2191>.

Carrillo, L. (2009). *La Familia, La Autoestima y El Fracaso Escolar del Adolescente*. (Tesis doctoral). Universidad de Granada. Recuperado de <https://hera.ugr.es/tesisugr/17811089.pdf>

Carapinha, M. (2008). *Stresse, coping e burnout nos eEstudantes de enfermagem*. (Tesis de maestría). Facultad de ciencias humanas y sociales. Universidad de Algarve. Recuperado de <https://sapientia.ualg.pt/bitstream/10400.1/278/1/TESE%20DE%20MESTRADO%20ORIGINAL.pdf>

Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., & Valdez, N. (2003). *Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología*. *Revista de Psicología*. 21(2). Pontificia Universidad Católica del Perú. Recuperado de

<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6849/6983>

Casuso, L. (1996). *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de Afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima*. (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Perú

Castillo, D (2017). *La ansiedad competitiva y el uso de estrategias de afrontamiento en una competencia de judo en Lima*. (Tesis de licenciatura), Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima

Castillo, I., Barrios, A. & Alvis, L. (2018). *Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia*. Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo, 20 (2). Recuperado de [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)

Consortio de Universidades. (2013). *Guía para universidades saludables*. (Ed. Rev). Recuperado de <http://www.consortio.edu.pe/wp-content/uploads/2014/04/Guia-Universidades-Saludable-2013.pdf>

Cova F., Alvial W.; Aro M.; Bonifetti A.; Hernández M. & Rodríguez C. (2007). *Problemas de Salud Mental en Estudiantes de la Universidad de Concepción*. Terapia Psicológica, Sociedad Chilena de Psicología Clínica 25(2) 105-112. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082007000200001>

- Curi, R. (2019). *Adaptación universitaria y autoeficacia general en estudiantes de psicología de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Federico Villarreal. Recuperado de <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3962>
- Chau, C. & Saravia, J. (2014) *Adaptación Universitaria y Su Relación con la Salud Percibida en Una Muestra de Jóvenes de Perú*. Revista Colombiana de Psicología, 23(2), 269-284. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v23n2/v23n2a03.pdf>
- Chau, C. & Van den Broucke, S. (2005). *Consumo de alcohol y sus determinantes en estudiantes universitarios limeños: estudio de focus group*. Revista de Psicología, 23(2), 267-291. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3378/337829530003.pdf>
- Díaz S., Arrieta K. & Gonzáles, F. (2014) *Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de odontología*. Salud Uninorte. Colombia. 30(2) 121-132. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v30n2/v30n2a04.pdf>
- Diario GESTION (2017) “El 27% de ingresantes a universidades privadas abandonan su carrera en primer año de estudios”. (11 de julio de 2017). Gestión. Recuperado de <https://gestion.pe/tendencias/management-empleo/27-ingresantes-universidades-privadas-abandonan-carrera-primer-ano-estudios-139168-noticia/?ref=gesr>

- Ferreira, A. (2003). *Sistema de interacción familiar asociado a la autoestima de menores en situación de abandono moral o prostitución*. Revista de Investigación en Psicología, 6(2) 58 – 80
- Fontenla, N. (2017). *Depresión y Estrategias de Afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad nacional del distrito de Nuevo Chimbote* (Tesis de licenciatura). Universidad César Vallejo. Nuevo Chimbote, Perú. Recuperado de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/403>
- Fuentealba E. (2007) *Funcionamiento familiar: su relación con la percepción de seguridad de los adolescentes, y el desarrollo de conductas de riesgo en salud*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Austral de Chile. Recuperado de <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2007/fmf954f/sources/fmf954f.pdf>
- Freitas H., Raposo N.& Almeida L. (2007). *Adaptação do estudante ao ensino superior e rendimento académico: Um estudo com estudantes do primeiro ano de enfermagem*. Revista Portuguesa de Pedagogía 41(1), 179-188.
- Galán, E. (2010). *Funcionalidad en familias con adolescentes escolarizados en Paipa*. Avances en Enfermería, 28(1), 72-82. Recuperado de <http://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/15657/18160carrill>

González, I (2000). *Reflexiones acerca de la salud familiar*. *Revista cubana de Medicina general integral*. 16(5) 508-512. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000500015

Himmel, E. (2002). *Modelos de análisis de la deserción estudiantil en la educación superior (Consejo Superior de Educación)*. Santiago: República de Chile. *Revista Calidad de Educación* 17(1) 91-108. Recuperado de <https://www.calidadenlaeducacion.cl/index.php/rce/article/view/409/409>

Huamani, T (2021). *Funcionamiento familiar y depresión en universitarios de ingeniería civil Filial Satipo, 2019*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Recuperado de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/23314>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2018). *Perú, Resultados definitivos de los Censos nacionales 2017*. Recuperado de https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1544/

Jurado C. (2018). *Funcionamiento familiar y claridad del autoconcepto en estudiantes de una universidad pública de lima metropolitana, año 2017*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Federico Villarreal. Recuperado de <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3220>

- Louro, I. (2003). *La familia en la Determinación de la salud*. Revista Cubana de Salud Pública, 29 (1), 48-51. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v29n1/spu07103.pdf>
- Macías, A., Madariaga, C., Valle, M. & Zambrano, J. (2013). *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico*. Revista Psicología desde el Caribe, 30(1), 123-146. Recuperado de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/2051/6906>
- Maguiña, F (2017). *Clima familiar y afrontamiento en adolescentes de nivel socioeconómico bajo de lima metropolitana* (Tesis de licenciatura), Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Márquez, D., Ortiz, S. & Rendón, M. (2009). *Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r): un análisis psicométrico*. Revista colombiana de Psicología, 1(18), 33-52. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80412413004>
- Mejía M. & Zavala K. (2017). *Funcionamiento familiar e inteligencia emocional en Internas de enfermería*. Universidad Nacional de Trujillo. (Tesis de licenciatura) Universidad Nacional de Trujillo. Trujillo, Perú
- Micin S & Bagladi, V (2011) *Salud Mental en Estudiantes Universitarios: Incidencia de Psicopatología y Antecedentes de Conducta*

Suicida en Población que Acude a un Servicio de Salud Estudiantil. *Terapia Psicológica*, Sociedad Chilena de Psicología Clínica 29(1) 53-64. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082011000100006>

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2016). *Plan Nacional de Fortalecimiento a las Familias 2016 – 2021*. Recuperado de: <https://www.mimp.gob.pe/files/planes/PLANFAM-2016-2021.pdf>

Minuchin S. & Fishman H. (2004). *Técnicas de Terapia Familiar*. Paidós Terapia Familiar. Argentina.

Miyasato, S. (2014). *Afrontamiento y satisfacción de pareja en un grupo de estudiantes universitarios de Lima*. (Tesis de licenciatura), Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.

Morales, F. (2018). *Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios*. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 2(1), 289–294. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1228>

Muñoz, A (2020) *Adaptación a la vida universitaria y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de primer semestre de una universidad privada de Arequipa* (Tesis de Maestría). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/12939>

- Olivera, Y. (2018). *Estrategias de afrontamiento en situaciones de estrés académico en universitarios migrantes de una universidad privada de Lima Metropolitana* (Tesis de Licenciatura). Universidad Antonio Ruiz de Montoya. Recuperado de <https://repositorio.uarm.edu.pe/handle/20.500.12833/1981slin>
- Olson, D. (1999). *Circumplex Model of Marital and Family Systems*. Journal of Family Therapy. Empirical Approaches to Family Assessment. Recuperado de <https://www.uwagec.org/erurfamilies/ERFLibrary/Readings/CircumplexModelOfMaritalAndFamilySystems.pdf>
- Olson, D. (2019). *Circumplex Model of Marital and Family Systems: An Update*. Journal of Family Theory & Review. 11 (2019), 199–211. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jftr.12331>
- Orihuela, S. (2015) *Bienestar y afrontamiento en adolescentes participantes de un programa de empoderamiento juvenil*. (Tesis de licenciatura), Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima
- Padilla, L. & Figueroa, A. (2015). *Variables socio-familiares presentes en la transición de los egresados del bachillerato a la educación superior en el estado de Aguascalientes y su elección de carrera e institución*. Caleidoscopio, (33), 97-113. Recuperado de <https://doi.org/10.33064/33crscsh560>.

- Pizarro, S & Santillán G. (2020). *Funcionamiento familiar y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes de Medicina Veterinaria en dos universidades de Lima*. (Tesis de maestría). Universidad Científica del Sur. Recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.12805/1202>
- Preister, S. (1981). *La teoría de sistema como marco de referencia para el estudio de la familia*. Revista de Trabajo social. (34) 5-17. Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Pretty, B. (2016). *Calidad de sueño y adaptación a la vida universitaria en estudiantes universitarios*. (Tesis de licenciatura), Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima
- Reaño, M. (2014). *La participación de los padres de familia y su relación con el proceso de adaptación del estudiante en la universidad*. (Tesis de maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Righi A., Jorge S. & Dos Santos, A. (2006). *Escala de Satisfação com a Experiência Acadêmica de estudantes do ensino superior*. Avaliação Psicológica, 5, 11-20. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712006000100003
- Rios J. (2014). *Funcionamiento familiar y riesgo suicida en estudiantes que acuden a clínica universitaria en la ciudad de Huancayo* (Tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.

Rodríguez, K. (2014). *Burnout académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de educación de una universidad de Trujillo*. (Tesis de licenciatura). Universidad Privada del Norte. Trujillo, Perú.

Salinas, A. (2019). *Estrategias de afrontamiento y síndrome de burnout en estudiantes universitarios adultos que trabajan de una universidad de Trujillo* (Tesis de licenciatura). Repositorio de la Universidad Privada del Norte. Recuperado de <http://hdl.handle.net/11537/22514>

Sánchez, H. (2016). *Tipos y Métodos de Investigación*. Séptima Unidad de Aprendizaje: Sesión 12. II Programa de Especialización en Investigación Científica, tecnológica y Humanística. Universidad Ricardo Palma.

Sánchez, L. & Callejas, A. (2020). *Familia y universidad: participación de la familia en el contexto educativo universitario*. Revista Latinoamericana de Estudios de Familia, 12 (2) 47-67. Recuperado de [http://vip.ucaldas.edu.co/revlatinofamilia/downloads/Rlef12\(2\)_4.pdf](http://vip.ucaldas.edu.co/revlatinofamilia/downloads/Rlef12(2)_4.pdf)

Sánchez H. & Reyes C. (2006). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Lima. Ed. Visión Universitaria.

Scafarelli, L. y García, R. (2010). *Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios Uruguayos*. Ciencias Psicológicas. 4 (2), 165-175. Scielo Uruguay. Recuperado de

http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-42212010000200004&script=sci_abstract

Schrader, (2021) *Adaptación a la vida universitaria y dimensiones de apego adulto en estudiantes de la Universidad privada de Lima*. (Tesis de licenciatura), Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/21018>

Silva, R. (2019). *Funcionamiento Familiar, Bienestar Psicológico y Autoeficacia en estudiantes de segundo ciclo de dos universidades de la ciudad de Cajamarca 2018*. (Tesis de Maestría). Universidad Peruana Cayetano Heredia. Recuperado de <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/7099>

Silva M., López J. & Meza, M. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Investigación y Ciencia, 28(79) 75-83. Universidad Autónoma de Aguascalientes. Recuperado de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html>

Silva, J. (2021). *Sentido de coherencia y adaptación universitaria en becario Beca 18 que migra a Lima Metropolitana* (Tesis de licenciatura), Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/19566>

Silvestre M. & Torres H. (2019). *Adaptación universitaria y estilo de vida en estudiantes del primer año de la Universidad Peruana Unión*

filial Tarapoto, 2018. (Tesis de licenciatura), Universidad Peruana La Unión. Recuperado de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2659>

Soares, A., Almeida L.& Guisande, M (2011) *Ambiente académico y adaptación a la universidad: Un estudio con estudiantes de 1º año de la Universidad de Minho.* Revista Iberoamericana de psicología y salud. 2 (1), rea99-121. Recuperado de <https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/12101/1/Soares%2c%20Almeida%20%26%20Guisande%2c%202011.pdf>

Soares, A., Guisande, M & Almeida L. (2007). *Autonomía y ajuste académico: un estudio con estudiantes portugueses de primer año.* International Journal of Clinical and Health Psychology, 7(3), 753-765. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/337/33770312.pdf>

Soares, A., Francisbetto, V., Dutra, B., De Miranda, J., Nogueira, C., Leme, V., Araujo, A.& Almeida, L.(2014). *O impacto das expectativas na adaptação acadêmica dos estudantes no Ensino Superior.* Psico-USF, Bragança Paulista. (19) 1, 49-60. Recuperado de <https://www.scielo.br/j/pusf/a/n5TL8KyLXXvzvZSjpHPQTmd/?lang=pt&format=pdf>

Soares, A., Leme, V., Gomes, G., Penha, A., Maia, F., Lima, C, Valadas, S., Almeida, L.& Araujo, A. (2018). *Expectativas acadêmicas de estudantes nos primeiros anos do Ensino Superior.* Arquivos

Brasileiros de Psicologia, 70(1), 206-223. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672018000100015&lng=pt&tlng=pt

Solernou, I (2013). *La familia y su participación en la universalización de la Educación Superior*. *Educación Médica Superior*. 27(1). Recuperado de <http://www.ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/115/70>

Tejada, M (2020) *Adaptación a la vida universitaria y su relación con los hábitos saludables en estudiantes de primer semestre de una universidad privada de Arequipa* (Tesis de Maestría). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/13237>

Tijeras, A., Fernández, M., Pastor, G., Sanz, P., Vélez, X., Blázquez, J., Tárraga, R. (2015). Estrategias y estilos de afrontamiento parental en familias con niños con trastorno de espectro autista (tea) con o sin trastorno por déficit de atención con hiperactividad (tdah). Asociación Nacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores. INFAD revista de Psicología. 2(1) 311-321. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851784030.pdf>

Torres, M (2021) *Adaptación a la vida universitaria y proceso de aprendizaje de los estudiantes de una Universidad de Tarapoto, 2021* (Tesis de Maestría). Universidad Cesar Vallejo. Recuperado de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/70741>

Tzec C., Vázquez G., Serrano S., & Arellano A. (2017). *Percepción del estudiante acerca de la participación de la familia en su formación profesional como licenciado en trabajo social de la universidad autónoma de Yucatán*. *Revista Cuaderno de Trabajo Social*, 9 (1): 86 - 103, 2017. Recuperado de https://sitios.vtte.utem.cl/cuadernots/wp-content/uploads/sites/10/2018/01/05-cuaderno_ts9_2017-tzec_vasquez_serrano_arellano.pdf

Valdivieso, L.; Lucas, S.; Tous, J. & Espinoza, I. (2020). *Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-primaria*. *Educación XX1*, 23(2), 165-186. Recuperado de <https://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/25651/21458>

Valladares, A. (2008). *La familia. Una mirada desde la Psicología*. *MediSur*, 6(1),4-13. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1800/180020298002.pdf>

Vargas, O.; Lemos M.; Toro, B & Londoño, N. (2008). *Prevalencia de trastornos mentales en estudiantes universitarios usuarios del servicio de psicología*. *International Journal of Psychological Research*, 1(2), 21-30. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2990/299023508004.pdf>

- Vieira, E. (2015). *Modelo de adaptación psicológica del estudiante a la universidad: El afrontamiento como un factor clave* (Tesis doctoral). Universidad de Salamanca, Salamanca, España. Recuperado de https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/128832/DME_VieiraRodriguesEC_Modelo_de_Adaptaci%F3n_Psicol%F3gica.pdf?sequence=1alvi
- Villafrade, L. & Franco, C. (2016). *La familia como red de apoyo social en estudiantes universitarios que ingresan a primer semestre*. Espiral, Revista de Docencia e Investigación, 6(2), 79-90
- Villalobos, M. (2021). *Actitud Machista y Funcionamiento Familiar en Estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad de Ayacucho Federico Froebel, Huamanga 2020*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Ayacucho Federico Froebel. Recuperado de <http://repositorio.udaff.edu.pe/handle/20.500.11936/200>
- Yauri, D. & Vargas, M (2016). *Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en adolescentes universitarios de una universidad privada de Lima, 2015*. (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Unión. Lima, Perú.
- Zaldívar, D. (2007). *Funcionamiento familiar saludable*. Psicología Familiar. Recuperado de www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-temprana/funcionamiento_familiar.pdfz

XI. ANEXOS

Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III)

N° de orden: _____ Edad: _____ Sexo: _____ Ciclo: _____

Escuela Profesional: _____ Año: _____

Instrucciones: A continuación, va encontrar una serie de afirmaciones acerca de cómo son las familias, ninguna de dichas frases es falsa o verdadera, pues varía de familia en familia. Por eso Ud. encontrará cinco (5) posibilidades de respuesta para cada pregunta:

- 1 = Casi nunca
- 2 = Una que otra vez
- 3 = A veces
- 4 = Con frecuencia
- 5 = Casi siempre

Le pedimos a Ud. que se sirva a leer con detenimiento cada una de las proposiciones y contestar a ellas sinceramente marcando con una (x) la alternativa que según Ud. refleja cómo viven en su familia.

Por ejemplo:

		1	2	3	4	5
	Nuestra familia hace cosas juntas					

Pase a las siguientes afirmaciones y responda:

N°		1	2	3	4	5
1	Los miembros de la familia se piden ayuda unos a otros.					
2	En la solución de problemas se tiene en cuenta las sugerencias de los hijos					
3	En tu familia, todos aprueban los amigos que cada uno tiene.					
4	En cuanto al comportamiento, se tiene en cuenta la opinión de los hijos para establecer normas y obligaciones.					
5	Nos gusta hacer cosas sólo con nuestra familia inmediata					
6	Diferentes personas de la familia actúan en ella como líderes					
7	Los miembros de la familia se sienten más cerca entre sí que a personas externas a la familia.					
8	En nuestra familia hacemos cambios en la forma de realizar los quehaceres cotidianos.					
9	A los miembros de la familia les gusta pasar juntos su tiempo libre.					
10	Padre (s) e hijo (s) discuten juntos las sanciones					
11	Los miembros de la familia se sienten muy cerca unos de otros.					
12	Los hijos toman las decisiones en la familia.					
13	Cuando en nuestra familia compartimos actividades, todos estamos presentes.					
14	En nuestra familia las normas pueden cambiarse.					
15	Fácilmente se nos ocurren cosas que podemos hacer en familia.					
16	Nos turnamos las responsabilidades de la casa.					
17	Los miembros de la familia se consultan entre sí sus decisiones					
18	Es difícil identificar quién es o quiénes son los líderes en nuestra familia.					
19	La unión familiar es muy importante para tu familia.					
20	Es difícil decir quién se encarga de determinadas labores del hogar.					

Cuestionario de Modos de afrontamiento al estrés

NOMBRE Y APELLIDOS: _____

Escuela Profesional: _____ **Edad:** _____ **Sexo:** _____ **Ciclo:** _____

Instrucciones: Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense aquéllos QUE MAS USA. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

- 1= casi nunca hago esto,
- 2= a veces hago esto,
- 3= usualmente hago esto
- 4= hago esto con mucha frecuencia

Nº		1	2	3	4
1	Hago actividades adicionales para quitarme de encima el problema				
2	Trato de idear una estrategia sobre lo que debo de hacer				
3	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema.				
4	Me fuerzo a mí mismo (a) a esperar el momento apropiado para hacer algo				
5	Le pregunto a personas que han tenido experiencias similares, qué hicieron				
6	Hablo con alguien sobre mis sentimientos.				
7	Busco algo bueno de lo que está pasando.				
8	Aprendo a convivir con el problema.				
9	Busco la ayuda de Dios.				
10	Me molesto y doy rienda suelta a mis emociones				
11	Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.				
12	Dejo de lado mis metas.				
13	Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente.				
14	Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema.				
15	Elaboro un plan de acción.				
16	Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades.				
17	Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita.				
18	Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema.				
19	Busco el apoyo emocional de amigos y familiares.				
20	Trato de ver el problema en forma positiva.				
21	Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado.				
22	Deposito mi confianza en Dios.				
23	Libero mis emociones.				
24	Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.				
25	Dejo de perseguir mis metas.				

26	Voy al cine o mira la TV, para pensar menos en el problema.				
27	Hago paso a paso lo que tiene que hacerse.				
28	Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema.				
29	Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema.				
30	Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.				
31	Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema.				
32	Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.				
33	Aprendo algo de la experiencia.				
34	Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido.				
35	Trato de encontrar consuelo en mi religión.				
36	Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros.				
37	Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema.				
38	Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado.				
39	Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema.				
40	Actúo directamente para controlar el problema.				
41	Pienso en la mejor manera de controlar el problema.				
42	Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema.				
43	Me abstengo de hacer algo demasiado pronto.				
44	Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema.				
45	Busco la simpatía y la comprensión de alguien.				
46	Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia.				
47	Acepto que el problema ha sucedido.				
48	Rezo más de lo usual.				
49	Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema.				
50	Me digo a mi mismo: "Esto no es real"				
51	Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema.				
52	Duermo más de lo usual				

Gracias por su colaboración

Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – r)

N° de orden: _____ **Edad:** _____ **Sexo:** _____ **Ciclo:** _____

Escuela Profesional: _____ **Año:** _____

Instrucciones: Lee atentamente cada una de las afirmaciones que se te presenta a continuación y marca con una “x” la alternativa que consideres que va de acuerdo a ti. Para responder ten en cuenta tus experiencias universitarias. No hay respuesta ni buena ni mala. Tiene usted cinco (5) posibilidades de respuesta para cada pregunta:

- 1 = No tiene ninguna relación conmigo; totalmente en desacuerdo; nunca sucede.
- 2 = Tiene poca relación conmigo; bastante en desacuerdo; pocas veces sucede.
- 3 = Algunas veces de acuerdo y otras en desacuerdo; algunas veces sucede, otras no.
- 4 = Muy relacionado conmigo; muy de acuerdo; sucede bastantes veces.
- 5 = Siempre relacionado conmigo; totalmente de acuerdo; siempre sucede.

N°		1	2	3	4	5
1	Hago amistades con facilidad en mi universidad.					
2	Mi carrera me permite desarrollar otras fortalezas como prestigio o solidaridad, en mi forma de ser.					
3	Aunque fuera posible no me cambiaria de universidad.					
4	Suelo sentir que mi estado de ánimo cambia con facilidad.					
5	Escogí esta carrera porque mis gustos y preferencias encajan con ella.					
6	Habitualmente tengo la sensación de no tener los suficientes amigos o compañeros que deseo en la universidad.					
7	Elegí bien la carrera que estoy estudiando.					
8	Tengo capacidades y vocación para el área profesional que elegí.					
9	Suelo sentirme triste o abatido(a).					
10	Considero que tengo bien organizado mi tiempo.					
11	Últimamente me he sentido confundido(a) y desorientado(a).					
12	Me gusta la universidad en la que estudio.					
13	Hay situaciones en las que creo estar a punto de perder el control de mis emociones.					
14	Me siento comprometido(a) con la carrera que elegí					
15	Conozco bien los diferentes servicios que brinda mi universidad.					
16	Me gustaría terminar mis estudios en la universidad en la que me encuentro actualmente.					
17	Últimamente me he sentido pesimista					
18	Las notas que he obtenido han sido buenas y me han permitido avanzar en la carrera.					
19	Mis compañeros de curso son importantes para mí crecimiento personal.					
20	Cuento con las capacidades suficientes de aprendizaje como para responder a mis expectativas académicas.					
21	Me siento cansado y con sueño a lo largo del día.					
22	Creo que la carrera que elegí permite desarrollarme profesionalmente.					
23	Siento confianza en mí mismo(a).					
24	Siento que tengo un buen grupo de amigos en la universidad.					
25	Me siento a gusto cuando tengo trabajo constante.					
26	Me he sentido solo(a) durante el último tiempo					
27	He establecido buenas relaciones con mis compañeros de curso.					
28	Suelo tener momentos de angustia.					

29	Utilizo la biblioteca de la universidad.					
30	Se me dificulta encontrar un compañero(a) de estudio que me ayude a resolver un problema personal.					
31	Se me dificulta concentrarme en una tarea durante mucho tiempo.					
32	Planifico las actividades que debo realizar diariamente.					
33	Tengo amigos y amigas cercanos en la universidad.					
34	Suelo realizar con calma y tiempo las tareas de la universidad					
35	Tengo problemas para organizar bien mi tiempo, y esto hace que tenga bajo desempeño académico.					
36	Se me facilita iniciar una conversación con nuevos compañeros.					
37	Elegí una carrera de acuerdo con mis aptitudes y capacidades					
38	Se me conoce como una persona amigable y simpática.					
39	Pienso en muchas cosas que me ponen triste.					
40	Me gusta compartir momentos con mis compañeros cuando no estamos en clase					
41	Sé establecer prioridades con respecto a las actividades en las que invierto mi tiempo.					
42	Tengo facilidad para reunirme con amigos(as) porque soy una persona sociable.					
43	Mis relaciones de amistad son cada vez más estables, duraderas e independientes					
44	Logro tomar buenos apuntes en las clases					
45	Me siento físicamente débil.					
46	Mi universidad no me genera interés					
47	Siento que voy a lograr ser eficaz en la preparación de mis exámenes.					
48	La biblioteca de la universidad se encuentra bien dotada.					
49	Procuro organizar la información obtenida en las clases.					
50	Me gusta el sector donde está ubicada mi universidad.					
51	Me siento decepcionado(a) de mi carrera.					
52	Tengo dificultad para tomar decisiones.					
53	Tengo buenas capacidades para el estudio.					
54	Mis gustos personales fueron decisivos para elegir mi carrera.					
55	Últimamente, suelo sentirme ansioso(a)					
56	Estoy estudiando una carrera diferente a la que siempre quise.					
57	Soy puntual para llegar al inicio de las clases					
58	Mi universidad posee buena infraestructura					
59	Se me dificulta hacer amigos en el aula de clase.					
60	Aunque fuera posible no me cambiaría de carrera.					

Gracias por su colaboración