

**AUTOEFICACIA ACADÉMICA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE VILLAVICENCIO**



**CAMIL DANIELA CHISCO RÍOS
MARÍA FERNANDA INSIGNARES CELEMÍN**



**UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
VILLAVICENCIO**

2022

**AUTOEFICACIA ACADÉMICA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE VILLAVICENCIO**

**CAMIL DANIELA CHISCO RÍOS
MARÍA FERNANDA INSIGNARES CELEMÍN**

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Psicólogas

**DIRECTOR:
JUAN SEBASTIÁN HOYOS GONZÁLEZ**

**UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
VILLAVICENCIO**

2022

Autoridades académicas

P. JOSÉ GABRIEL MESA ANGULO, O.P.

Rector General

P. FRAY EDUARDO GONZÁLEZ GIL, O. P.

Vicerrector Académico General

P. JOSÉ ANTONIO BALAGUERA CEPEDA, O.P.

Rector Sede Villavicencio

P. RODRIGO GARCÍA JARA, O.P.

Vicerrector Académico Sede Villavicencio

JULIETH ANDREA SIERRA TOBÓN

Secretaria de División Sede Villavicencio

MG. ANDREA CAROLINA CAÑON SÁNCHEZ

Decana Facultad de Psicología

Nota de aceptación

ANDREA CAROLINA CAÑÓN SÁNCHEZ

Decana de la Facultad de Psicología

JUAN SEBASTIAN HOYOS GONZÁLEZ

Director trabajo de grado

DORIAN HALVEY ZUTTA ARELLANO

Jurado

Villavicencio, junio 2022

Agradecimientos

A Dios, por cada una de las bendiciones y piedras que impuso en mi camino, para formar a la mujer que soy hoy en día.

A mi padre, quien siempre estuvo dispuesto a brindar lo mejor de sí mismo, para que yo pudiera formarme profesionalmente, quien a pesar de la distancia, estuvo presente en cada triunfo, cada objetivo y cada circunstancia que se presentó a lo largo de mi camino profesional, mediante el apoyo incondicional, palabras de aliento, videollamadas y llamadas constantes, y por supuesto, su confianza ilimitada; porque no es tarea fácil querer dar todo lo mejor a tus hijas, pero sin embargo, lo hiciste, y puedes sentirte aún más orgulloso de lo que sé que te sientes cada vez que te detienes a mirar todo lo que me has ayudado a avanzar.
Gracias infinitas.

A mi madre, quien no estando de acuerdo con mi decisión de carrera universitaria, me brindó su apoyo, y estuvo pendiente de que este camino no fuera tan turbio, me ayudaste en más de una ocasión, sólo bastaba con una llamada en la madrugada y aun estando lejos, podía sentir tu calidez maternal y tu amor incondicional.

A mi abuelo que está en el cielo, porque probablemente fuiste tú uno de los más grandes apoyos que tuve a lo largo de mi carrera, siempre estuviste pendiente de cada paso, de cada conversación, de cada logro, llanto y demás circunstancias surgidas en estos cinco años de desarrollo profesional, y sinceramente me hubiera encantado haber compartido y disfrutado la culminación de este logro, porque este no es sólo mío, ES NUESTRO.

A mis hermanas, mi mejor amiga y su madre, quienes en más de una ocasión estuvieron pendiente de mis triunfos, me brindaron su apoyo incondicional, confiaron y me apoyaron en mis decisiones.

Y claro, sin duda alguna a todos los amigos que hice a lo largo de este proceso, porque me permitieron aprender y seguir creciendo en muchos ámbitos de mi vida.

MARIA FERNANDA

Agradezco a Dios primero que todo por darme tanta fortaleza y sabiduría para cumplir hoy con este anhelado logro, a mi papá por ser mi maestro de vida, a mi mami por ser la mujer más especial y valiente, a mi hermanita por estar tan pendiente de mí, a mis abues María, Tere y Gustavo que me han ayudado inmensamente, a mis super amigas Camila, Nataly, Carolina y mi compañera de tesis Mafe que han sido parte indispensable de este proceso, quiero decirles que los amo con todo mi corazón y que este logro es también un homenaje por ser personas tan maravillosas en mi vida. A los docentes que me formaron a lo largo de este trayecto, entre otros amigos y familiares infinitas gracias por el apoyo.

CAMIL DANIELA

Tabla de Contenido

	Pág.
Resumen	11
Abstract	12
Resumo	13
Introducción	14
Problematización	15
1.1 Planteamiento del problema	15
1.2. Justificación	19
2. Objetivos	22
2.1 Objetivo General	22
2.1 Objetivos específicos	22
3. Marco de referencia	23
3.1 Marco paradigmático	23
3.2 Marco disciplinar	23
Autoeficacia Académica (AA).	24
Estrategias de afrontamiento (EA).	28
3.3 Marco multidisciplinar, interdisciplinar y/o transdisciplinar	32
3.4 Marco normativo y legal	43
3.5 Antecedentes investigativos	45
4. Método	57
4.1 Diseño	57
4.2 Participantes	57
4.3 Instrumentos	57
4.4 Procedimiento	58
5. Consideraciones éticas	60
Resultados	62

Análisis descriptivo	62
Discusión de resultados	68
Conclusiones	73
Aportes, limitaciones y sugerencias	74
Aportes	74
Limitaciones	75
Sugerencias	75
Referencias	76

Lista de Tablas

	Pág.
Tabla 1.	65
Tabla 2.	66

Lista de Figuras

	Pág.
Figura 1.	62
Figura 2.	63
Figura 3.	63

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre los factores de autoeficacia académica y los factores de estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios de Villavicencio. El estudio es de tipo cuantitativo con un diseño no experimental, transversal, descriptivo y correlacional. Se aplicó un cuestionario de datos sociodemográficos, la Escala de Autoeficacia de los Escolares (ACAES) y la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M). Se obtuvieron relaciones positivas, aunque bajas entre algunos factores de las variables de estudio. Se hipotetiza sobre las posibles circunstancias causantes de dicha situación.

Palabras clave: Estrategias de afrontamiento, Universitarios, Autoeficacia Académica, Estudiantes.

Abstract

This research aimed to determine the relationship between academic self-efficacy and coping strategies of university students older than 18 years of Villavicencio. The study is quantitative with a descriptive, correlational, cross-sectional and non-experimental design. A sociodemographic data questionnaire, the School Self-Efficacy Scale (ACAES) and the Modified Coping Strategies Scale (EEC-M) were applied. Positive relationships, although low, were obtained between some factors of the study variables. It is hypothesized about the possible circumstances causing this situation.

Keywords: Coping strategies, University, Self-Efficacy, Students.

Resumo

Esta pesquisa teve como objetivo verificar a relação entre a autoeficácia acadêmica e as estratégias de enfrentamento de universitários maiores de 18 anos de Villavicencio. O estudo é do tipo quantitativo com delineamento descritivo não experimental, transversal, correlacional, aplicou-se um questionário de dados sociodemográficos, a Escala de Autoeficácia Escolar (ACAES) e a Escala de Estratégias de Coping Modificada (EEC-M). Relações positivas, embora baixas, foram obtidas entre alguns fatores das variáveis do estudo. É hipotetizado sobre as possíveis circunstâncias que causam esta situação.

Palavras-chave: Estratégias de Enfrentamento, Universidade, Autoeficácia Acadêmica, Estudantes.

Introducción

Durante la trayectoria en la universidad existen múltiples factores, que pueden afectar a los estudiantes, cómo, las relaciones interpersonales, tareas demandantes dentro del contexto académico, entre otras que pueden verse relacionadas con el desempeño académico, por lo tanto, la identificación de dichos factores que fomentan el rendimiento es fundamental para favorecer niveles más altos del éxito académico, este siendo entendido como los resultados de desempeño que indican hasta qué punto los individuos han alcanzado las metas y objetivos en su entorno educativo (Meneghel, et al. 2021).

Dentro de estos factores, se puede reconocer la Autoeficacia Académica y las Estrategias de Afrontamiento, como variables que pueden verse implicadas dentro de dicha trayectoria y muchas veces no suelen ser tenidas en cuenta, a pesar de que se relacionan con el actuar del estudiante, ya que la autoeficacia al ser concebida cómo las creencias que tiene cada persona sobre sí mismo, en cuanto a sus capacidades, según Schunk (2011) está puede ser retroalimentada ya sea por medio de la persuasión social e índices fisiológicos cómo lo es la sudoración, frecuencia cardiaca, entre otros, que pueden dar por entendido al sujeto que posee o carece de alguna habilidad, lo cual lo llevará a realizar una conducta que reflejará lo que piensa sobre los resultados que puede obtener con su acción. Sin embargo, una alta autoeficacia no producirá desempeños competentes cuando se carezca de las habilidades requeridas. Por lo tanto, los estudiantes emplearán estrategias que permitan fortalecer dichas habilidades y así, alcanzar logros académicos. Por consiguiente otro de los factores considerados cómo pertinente son las estrategias de afrontamiento, ya que estas según Scorsolini et., al (2021) suelen ser empleadas con el fin de eliminar, reducir o manejar situaciones (p.2), de igual manera, Moran et al. (2019) menciona que estas suelen ser ejecutadas para afrontar obstáculos, por medio de esfuerzos cognitivos, emocionales y conductuales.

Teniendo en cuenta lo anterior el presente estudio se centra en establecer la relación entre autoeficacia académica y estrategias de afrontamiento, mediante la identificación de niveles de autoeficacia y la evaluación de estrategias de afrontamiento, que permita determinar cuál es la estrategia más utilizada por los estudiantes universitarios en Villavicencio, además de investigar sobre estas variables de manera conjunta, debido a que no se encuentran estudios que las relacionen estrechamente.

1. Problematización

1.1 Planteamiento del problema

El desempeño académico en una carrera universitaria implica el cumplimiento de metas educativas que involucran responsabilidades, esfuerzo, motivación, percepción sobre la capacidad de estudio y adaptación a un programa académico. Asimismo, a lo largo del proceso formativo se ven implicados componentes emocionales, en cuanto a la realización y obtención del logro académico, es decir, que los estudiantes suelen experimentar diferentes emociones como, alegría, tristeza, enojo, miedo, entre otras, ligadas a las situaciones externas, y por lo tanto subyacen unas reacciones a nivel fisiológico dadas frente a ciertos estímulos y dichas situaciones. Según Casuso (2011) los estudiantes perciben que la mayor parte del proceso educativo es angustiante, debido a que hacen una estimación de las propias estrategias de afrontamiento como insuficientes, posibilitando respuestas fisiológicas tales como, cansancio físico, ansiedad, pérdida de apetito, insomnio e incluso depresión, al igual que sucede con la autoeficacia, ya que es un aspecto que puede representar esas mismas reacciones si no existen acciones que modulen la aparición del estrés con respecto a las creencias que tienen los estudiantes de ellos mismos. Al ingresar a la universidad, los estudiantes manifiestan constantemente el aumento de las lecturas y tareas, donde se perciben deficiencias, ya que, la poca exigencia y hábitos de estudio que han adoptado desde la educación básica o media, les hacen considerar como amenazantes o angustiantes los posibles resultados que puedan obtener en esa nueva etapa (Restrepo et al., 2020).

De igual manera, el curso de una carrera universitaria implica una serie de actividades en donde se manifiestan y se ponen en práctica diferentes conocimientos, habilidades y capacidades, siendo estos enfocados a la meta personal. Por lo tanto, es importante mencionar que tanto las capacidades como las habilidades de cada persona, pueden verse influidas por el contexto (Piergiovanni & Depaula, 2018), pues implica unos deberes y obligaciones con los que debe cumplir el estudiante de modo que pueda lograr un buen rendimiento escolar, incluidas otras demandas a las cuales también debe adaptarse, tales como la socialización con pares, la participación en clases o eventos culturales, entre otros. Además, se reconoce que la existencia de factores medioambientales y el contexto familiar son aspectos que pueden afectar el desempeño escolar (Padua, 2019), así mismo, las diferentes relaciones que se pueden presentar dentro de una composición familiar y las dificultades que puedan aparecer en esta

área de ajuste, influyen en los comportamientos de los estudiantes durante su proceso formativo.

Otro aspecto a tener en consideración, es la importancia de los resultados estadísticos que suelen dar las autoridades educativas a la hora de generalizar los métodos de evaluación debido a que, desde el 2004 el Instituto Colombiano para la Evaluación de la Educación (ICFES), refiere como se ha venido validando el aprendizaje sólo a través de mediciones numéricas frente a los avances académicos y con ello, determinan la eficiencia de los productos educativos (Melo et al., 2017). Es común encontrar que las instituciones académicas tienen su interés principal en que el estudiante logre adquirir conocimientos que le sean de utilidad y esto tenga una correspondencia directa sobre las calificaciones obtenidas, por lo que es pertinente indagar qué puede influir o afectar el desempeño educativo (Masso et al., 2019). Siendo así, las instituciones deberían promover además de la adquisición del conocimiento de los estudiantes, el fortalecimiento de las creencias sobre sí mismos frente a las tareas o actividades presentadas en cada carrera universitaria; es decir, que no solamente se debería tener como fin la preparación teórica y cognitiva, sino, la formación intrínseca y psicoafectiva, la cual propicie un mejor control de los aprendizajes obtenidos a lo largo de la vida (Galleguillos y Olmedo, 2019).

Al considerar factores diferentes a los cuantitativos se puede sugerir la mejora del proceso de enseñanza donde se considere la calidez humana y la demostración de interés por mejorar las condiciones físicas y psicológicas de las personas, por lo tanto en la educación se debe propender por la ejecución de una formación integral, donde lo fundamental no sea alcanzar una alta calificación, si no la edificación de múltiples aprendizajes a través de las experiencias y la comprensión por el otro a través de la empatía (Rodríguez et al., 2020), y así tener en cuenta variables como la Autoeficacia Académica (En adelante AA), entendida como las propias creencias que tienen los estudiantes sobre su capacidad de desarrollar diferentes actividades. Schunk (1991), sugiere que en los contextos académicos se consideren cuatro fuentes que pueden generar que la conducta se manifieste, la primera conocida como las experiencias de dominio, siendo estas las habilidades que cada persona va adquiriendo a lo largo de la vida; la segunda son las experiencias vicarias, las cuales se evidencian mediante la relación entre pares, haciendo uso de la observación; la tercera es la influencia de la persuasión social, que suele ser ejercida por docentes, padres y demás personas externas cuando se retroalimenta el desempeño de manera organizada y se refuerzan las habilidades adquiridas por el sujeto y la cuarta son los estados psicológicos y emocionales, que suelen manifestarse a

través de síntomas o respuestas emitidas en situaciones que ponen a prueba alguna habilidad o capacidad que se posee o en su defecto, no se tiene.

Añadido a lo anterior, otra de las variables a tener en consideración son las Estrategias de Afrontamiento (En adelante EA) ya que, según Folkman y Lazarus (1985) estas permiten hacer frente a los retos o situaciones de la vida para lograr un adecuado bienestar y calidad de vida. Asimismo, mencionan la existencia de ocho EA, las cuales son, la confrontación que es dada por esfuerzos para enfrentar de manera retante una situación, la planificación identificada como aquella que crea una idea apuntando a la situación, la aceptación de la responsabilidad que consiste en un intento por reducir la tensión a través de la autoinculpación, el distanciamiento con el fin de alejarse directamente del problema, el autocontrol dado por el control de sí mismo y por el deseo de regular las propias emociones o acciones, la reevaluación positiva orientada a ver los aspectos buenos o favorecedores frente a determinado evento, el escape o la evitación como estrategia que trata de alejar a las personas o de evitar contar la situación a otros y por último, la búsqueda de apoyo social como una estrategia para solucionar un problema aceptando acompañamiento de otro.

Cabe mencionar, que frente a todas las obligaciones y los aspectos cotidianos que influyen en el desarrollo, es posible que el bienestar y la salud de los estudiantes universitarios se vea afectado, ya que, debido a las múltiples exigencias, las emociones negativas, las creencias de incapacidad o el estrés; el desempeño puede perjudicarse y junto con éste, el cumplimiento de metas personales y académicas. Por consiguiente, es allí donde el estudiante debe implementar o ejecutar diferentes acciones que le permitan optimizar su rendimiento, con el fin de culminar su ciclo universitario.

De igual manera, es importante mencionar que en cada contexto es posible que existan diferentes agentes que propicien y acompañen a las personas en su formación; en este caso, dentro del contexto educativo, los profesores serían los responsables de promover el aprendizaje académico de sus estudiantes (Schunk & Dibenedetto, 2016). Sin embargo, esto puede estar muy ligado al método de cada docente y al interés del estudiante por aprender. Por lo tanto, dependiendo del valor que el alumno le otorgue a su aprendizaje y a las situaciones que experimente, podría presentar posibles conductas, ya sea de evitación, procrastinación, esfuerzo de la tarea, entre otras, como respuesta frente a un evento que le esté generando malestar, empleando estrategias para afrontar dichas situaciones, con el fin de aumentar las competencias conductuales, o en caso de ser requerido alterar las condiciones ambientales (Schunk & Dibenedetto, 2016). Es decir, que las experiencias y demás momentos presentados en cada uno de los contextos en los que se desenvuelven, tendrán una repercusión en las

acciones del estudiante, puesto que este buscara la manera de ajustarse según sus recursos, las creencias que tenga sobre sí mismo y sus capacidades, por lo tanto las EA podrían relacionarse con la AA, ya que las creencias que el alumno tiene sobre sí mismo, pueden reflejarse por medio de su conducta.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, el estudiante se sitúa en un escenario académico con determinadas habilidades, estrategias y capacidades, por ende, la valoración de estas a partir de experiencias previas, pueden explicar su actuar frente a determinada tarea (Schunk, 1991). Sin embargo, la interpretación es individualizada y depende de cada persona el significado que impone frente a esta y así mismo, las acciones que ejecutará como consecuencia.

Por lo anterior, más allá del aprendizaje en el aula de clases, es importante identificar las conductas que suele emplear el alumnado frente a su entorno, tales como, la ejecución e implementación de estrategias que les permitan adaptarse, dar solución, y adquirir nuevas herramientas y habilidades que sean de utilidad para su trayectoria académica. Un ejemplo claro sobre lo mencionado, es la contingencia sanitaria Covid-19 en donde muchas instituciones educativas, han tenido que ejecutar acciones frente a la misma, con la intención de evitar los riesgos en la salud de los estudiantes, teniendo como solución la implementación de diferentes estrategias, tales como, continuar con el proceso académico mediante la modalidad virtual, semipresencial o presencial salvaguardando el bienestar de los estudiantes, además, de una adecuada limpieza y uso de elementos de protección personal (EPP). Sin embargo, dichas estrategias, han llevado a los estudiantes a la búsqueda e implementación de ayudas que le permitan adaptarse a una nueva forma de aprender, por lo tanto, la virtualidad ha obligado a los alumnos de una u otra forma a ser proactivos, autogestivos y a adquirir responsabilidades frente a su propio aprendizaje (González et al., 2020). Por lo cual, se podría entender que el estudiante en su interés por culminar su carrera profesional emplea estrategias de afrontamiento que le permitan alcanzar dicho éxito, aunque esto implique adaptarse a un método de estudio que no sea de su preferencia.

Al contrario de la situación anteriormente expuesta sobre la contingencia sanitaria, es importante mencionar que las personas también suelen estar expuestas a eventos estresantes de tipo social, comunitario e interpersonal, por tanto, la salud depende de cómo se enfrenta tales situaciones. Siendo pertinente el reconocimiento del manejo de las estrategias de afrontamiento, ya que si son eficaces favorecerá el estado psicológico y los librarán de aspectos negativos en relación con un posible estrés agudo (Iglesias et al., 2018). Es preciso mencionar que no todas las personas llegan a presentar tal reacción, puesto que, se debe tener en cuenta

las particularidades de cada caso, los contextos a los que se encuentran, las creencias y la cultura, entre otros aspectos significativos que inciden en las conductas de los estudiantes y podrían afectar su desempeño académico.

Cabe mencionar que a la hora de hablar del desempeño académico, aunque la AA y las EA, pueden ser partícipes dentro del mismo, no se han encontrado investigaciones donde relacionan a estas dos variables de manera directa, puesto que en ocasiones cuando se habla de estrategias, suelen incluir la variable de autoeficacia en general, a diferencia de esta investigación, la cual se enfoca en la AA y las EA en el ámbito educativo, y por tanto, la población participante correspondió a estudiantes activos y pertenecientes a pregrados de las entidades universitarias.

El presente estudio investigativo se construye desde la perspectiva cuantitativa de tipo correlacional, debido a que no se hayan estudios que incluyan los aspectos a investigar, por ende la finalidad es conocer si existe relación entre las dos variables y así, contribuir a la línea de investigación currículo y formación del psicólogo del grupo de investigación Psicología, Salud Mental y Territorio, pues aporta no solo a la comprensión del desempeño académico frente a los datos cuantitativos, sino que, otorga un mejor desarrollo frente a la transformación de la calidad educativa, incluyendo a quienes se relacionan con los diseños curriculares y los procesos de permanencia de las instituciones universitarias, por lo tanto, al realizar esta investigación se podrá obtener información de valor, en cuanto a la influencia de las variables de estudio en el aprendizaje del estudiante.

Finalmente, en el transcurso de la experiencia académica con respecto al interés de un universitario por cumplir con la meta, es decir, en este caso obtener el título de pregrado, existen aspectos medioambientales que repercuten y pueden llegar a estar relacionados con las creencias y formas de afrontamiento de los estudiantes, las cuales pueden llegar a afectar el aprendizaje y obstaculizar la culminación de los programas formativos a los que pertenecen, por ende, es necesario establecer si las creencias que tienen los estudiantes sobre sí mismos tienen alguna relación con las EA que implementan cotidianamente, o si estas estrategias sólo son ejecutadas para alcanzar una meta sin importar si se creen capaces o no de alcanzar sus objetivos. Por tanto, hemos formulado la siguiente pregunta de investigación, ¿Existe relación entre la AA y las EA de los estudiantes universitarios de Villavicencio?

1.2. Justificación

Teniendo en cuenta que los estudiantes en su día a día son partícipes en diferentes contextos, los cuales pueden contribuir a cambios conductuales y emocionales, es posible que se manifiesten síntomas que pueden tener un significado o valor, ya sea positivo o negativo. Se considera importante investigar sobre la AA y las EA, para identificar si estas variables se relacionan entre sí, puesto que, en el contexto educativo si bien existen múltiples factores que se relacionan con las creencias de los estudiantes para alcanzar sus objetivos, es pertinente considerar las herramientas que el estudiante emplea frente a las mismas. Además, los factores personales, conductuales y ambientales interactúan entre sí, y así mismo, la relación de estos con una variable, como la autoeficacia, puede afectar potencialmente a otros aspectos tales como la motivación, la autoestima, entre otros (Schunk & Dibenedetto, 2016). Por lo tanto, se podría considerar que las EA que emplee el estudiante frente a diferentes situaciones que involucran tareas asignadas o responsabilidades académicas, podría estar relacionado en gran manera con su AA, ya que las conductas y respuestas que el estudiante genere se verán reflejadas en su desempeño académico.

Por otro lado, esta investigación representa un aporte de utilidad para la comunidad universitaria, puesto que, es pertinente que los docentes identifiquen y conozcan la relación de estas variables, para que así, empleen herramientas que garanticen un óptimo aprendizaje, no sólo desde lo teórico, sino desde la evaluación de aspectos psicoemocionales, los cuales pueden influir en la mejora de los procesos educativos y así las responsabilidades educativas no se conviertan únicamente en el cumplimiento de una nota u obligación, si no que sientan motivación e interés para adquirir el conocimiento ofrecido por parte del docente, puesto que uno de los propósitos de la educación es lograr el desarrollo integral del estudiante, involucrando sus capacidades y cualidades, asimismo dentro de dicho desarrollo se encuentra el sentido de la vida, siendo este un constructo que permite encontrar un significado de la propia existencia, por tanto, el docente tiene un rol fundamental en cuanto a la enseñanza y el aprendizaje del estudiante, como mediador entre el afianzamiento o limitante de aquellos cimientos que va construyendo (Druet et al., 2020). De igual manera, será de utilidad para el estudiante, al identificar y conocer si existe relación alguna sobre las EA y la AA, puesto que permitirá reconocer dichas variables en su contexto y cómo estas se pueden presentar teniendo un valor significativo en su cotidianidad, por tanto, podrán tener conocimiento para poder emplear adecuadamente dichas estrategias, creencias, conductas y demás en su contexto académico, con el fin de garantizar un buen rendimiento y/o logro académico.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, la viabilidad de esta investigación es pertinente por varias razones, entre ellas se encuentra la información que puede adquirir el

docente y el alumno, con el fin de conocer las variables de este estudio, cómo estas se relacionan con su actuar, y la importancia de resaltar aspectos cognitivos y emocionales, así como menciona Gutiérrez y Tomás (2018) la posibilidad de generar ambientes de aprendizaje orientados a comprender el esfuerzo, las capacidades y competencias personales, propicia metas en la formación educativa, mayores retos, confianza en el éxito y disposición positiva, lo cual está relacionado a la motivación y garantiza el rendimiento de los estudiantes.

Otra de las razones es el aporte a la disciplina teniendo en cuenta el rol del psicólogo, y la importancia de entender y comprender los comportamientos de las personas, puesto que, se verá reflejado en la comprensión de la posible relación entre las variables, partiendo de la identificación de los niveles de AA, la evaluación de las EA y la determinación de las EA más presentadas en lo estudiantes, con el fin de establecer si estas variables no sólo se relacionan, si no que a partir de los hallazgos se amplíe el tema de este estudio y esto permita seguir indagando en estas variables, así como generar otros temas de investigación que permitan el fortalecimiento de los procesos de aprendizaje. Además, estas variables al ser investigadas juntas pueden tener un valor cognitivo y emocional, que podría incidir en el comportamiento y deberían tener prelación durante la carrera universitaria, puesto que dentro de los contextos académicos es pertinente desarrollar aspectos que le permitan a las personas y específicamente a los estudiantes un bienestar más elevado, lo cual se logra por medio de la educación emocional y este tipo de formación debe darse a lo largo de todos los ciclos vitales (Bisquerra & Hernández, 2017).

De igual manera, algunos estudios permiten crear reflexiones y cambios a partir de comprensiones que pueden implicar un mejoramiento, respecto a las emociones y virtudes de las personas que hagan parte del contexto educativo, reconociendo la importancia y el valor de las destrezas o habilidades, para fortalecer no solo los procesos de aprendizaje, si no, el bienestar de los estudiantes, los autores Bisquerra y Hernández (2017) centran su interés por las emociones positivas, virtudes y destrezas para fortalecer algunas condiciones de vida y evitar posibles enfermedades o afectaciones psicológicas ocasionadas por estrés crónico, acumulación de tareas, violencia en las aulas, entre otros. Teniendo en cuenta lo anterior se podría considerar que todos los conocimientos frente a la formación emocional, en relación con los temas de AA y las EA, no sean temas concernientes únicamente a los psicólogos, sino, también a los demás formadores y diferentes entidades de la comunidad educativa, incluyendo planes educativos, en donde exista un mayor interés frente a las emociones y la salud psicológica, ya que, si se atiende a estas prioridades, el aprendizaje en el aula también se verá beneficiado, puesto que, el rendimiento académico puede incrementar.

2. Objetivos

2.1 Objetivo General

Establecer la relación entre los factores de autoeficacia académica y los factores de las estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios de Villavicencio.

2.2 Objetivos específicos

Identificar los niveles de Autoeficacia Académica de los estudiantes universitarios en Villavicencio.

Evaluar las Estrategias de Afrontamiento de los estudiantes universitarios en Villavicencio.

Determinar la estrategia de afrontamiento que más presentan los estudiantes universitarios en Villavicencio.

Describir la relación entre los factores de autoeficacia académica y estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios de Villavicencio.

3. Marco de referencia

3.1 Marco paradigmático

Positivismo lógico. Dentro de la metodología cuantitativa, se fundamenta el paradigma neopositivista o positivismo lógico, el cual se basa en métodos propios de las ciencias físicas y naturales, por medio de las que se incluyen preceptos básicos relacionados con la obtención del conocimiento, cómo, la existencia de un universo real, exterior e independiente de los individuos, en donde el saber sobre dicho mundo se adquiere de manera empírica mediante procesos o técnicas sin atribuciones subjetivas, asimismo, se habla de que la realidad es lo verdadero y es el único objeto del conocimiento, por ende, este debe explicar la totalidad de los fenómenos a través del método científico (Guaman et al., 2020). Es decir, que el conocimiento es adquirido por medio de la experiencia, lo que indica que proviene de hechos reales, medibles, cuantificables y tangibles (Usher & Bryant, 1992, citado en Rico, 2006). Por lo tanto, las variables de la investigación se relacionan con lo mencionado anteriormente, ya que los estudiantes se encuentran en constante relación con su entorno, permitiendo que, por medio de la observación e interacción, interioricen representaciones y adquieran experiencias, que tienen como resultado la adquisición de distintos conocimientos.

Añadido a lo anterior, dicha adquisición desde esta perspectiva sigue un proceso hipotético-deductivo, ya que propone la construcción de hipótesis que permitan la comprensión y deducción del comportamiento del sujeto, mediante la categorización de diversos fenómenos sociales (Rico, 2006). Por lo que se podría tener como hipótesis que las EA impuestas por el estudiante, pueden estar relacionadas con el aumento o disminución de su AA ya que las creencias que poseen los estudiantes sobre sí mismo, pueden ocasionar que sienta la necesidad de emplear EA, con el fin de alcanzar su meta o aumentar las creencias positivas sobre sí mismo.

3.2 Marco disciplinar

Con base en la investigación, es pertinente realizar una clarificación sobre los conceptos de las variables a tratar, por lo tanto, inicialmente se debe tener conocimiento sobre la diferencia entre autoeficacia y AA, siendo la primera, aquella que involucra las creencias de cada persona sobre sus capacidades a la hora de enfrentarse a una problemática o acontecimientos que puedan llegar a ocasionar una afectación.

Autoeficacia. La autoeficacia es un recurso clave, que permite el desarrollo personal, puesto que tiene gran influencia en los procesos de decisión de cada persona, llegando a afectar o intervenir en las metas, aspiraciones, dificultades y adversidades (Bonetto et al., 2017). Es decir, que cada persona cuenta con ciertas capacidades y habilidades, las cuales, dependiendo de la situación o el momento, pueden llegar a manifestarse.

Autoeficacia Académica. En cuanto a la percepción de eficacia, el sujeto si bien involucra dichas creencias mencionadas en el párrafo anterior, al hablar de académica, estas estarán orientadas y dirigidas hacia el desempeño académico, en donde se evidencia un esfuerzo por favorecer el aprendizaje. Se podría decir que puede verse involucrada en la obtención del éxito escolar o con el hecho de alcanzar algún objetivo académico que el mismo estudiante se proponga (Valdés et al., 2018). Por lo tanto, esta se relaciona con la competencia de realizar ciertas tareas del ámbito educativo, incrementando el aprendizaje, fortaleciendo y adquiriendo nuevas habilidades.

Por lo tanto, teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, se toma como base la teoría de AA de Schunk, en donde se discute sobre la motivación académica en términos de autoeficacia, es decir que dentro de dicha discusión, existen estudios sobre algunas variables personales y situacionales, las cuales tienen efectos sobre la autoeficacia y la motivación, ya que se hace mención de la autoeficacia, una expectativa personal que resulta ser un recurso útil para la predicción de los resultados de la motivación (Schunk, 1991). Sin embargo, Schunk resalta que, aunque la autoeficacia sea alta, no significa que pueda garantizar una actuación competente, si el sujeto que la realiza carece de habilidades necesarias. Por lo tanto, al analizar la autoeficacia durante el aprendizaje, menciona que la autoeficacia inicial suele variar de acuerdo a la aptitud y la experiencia previa del sujeto, en donde los factores personales, el procesamiento de la información y los factores situacionales, afectan a los estudiantes, produciendo motivación al darse cuenta que existe un avance o un progreso en su aprendizaje, teniendo como resultado una mayor destreza y alta autoeficacia, para seguir desarrollando sus labores de manera eficaz (Schunk, 1991). Dando por entendido que el estudiante en su aprendizaje, se encuentra fuertemente influenciado por diferentes factores, que pueden manifestarse no necesariamente en habilidades y capacidades, si no en recompensas o retroalimentaciones que favorecen su motivación y así mismo su autoeficacia, al percatarse de que dicho aprendizaje, si se está viendo reflejado.

Por lo tanto, al abarcar la variable de autoeficacia se pudo encontrar que dicha información puede manifestarse por medio de cuatro formas o fuentes, así mismo, está se puede ver influenciada por diferentes mediadores.

Fuentes. Al hablar de autoeficacia, existen diferentes aspectos que pueden generar que la conducta se manifieste, por lo tanto, dentro de dichos aspectos, se encuentran las fuentes, conocidas como las experiencias de dominio, experiencias vicarias, persuasión social, y estados psicológicos y emocionales.

Experiencias de dominio. Cómo se ha mencionado en varias oportunidades, una de las formas de aumentar la autoeficacia, va ligada a la creencia de poseer alguna habilidad y capacidad frente a un objetivo específico, por lo tanto, estas experiencias de dominio, se podrían explicar cómo aquellas que el sujeto va evidenciando a lo largo de su vida, ya sea por medio de algún logro, confirmando que posee las habilidades que le fueron útil para adquirir dicho logro, o incluso por medio de los fracasos, en donde se manifiesta la escasez de habilidades que no le permitieron el cumplimiento de su objetivo. Por lo tanto, gracias a estas experiencias y vivencias, el sujeto puede dar claridad de cuáles son las habilidades con las que cuenta y que realmente domina. Ya que las personas pueden obtener información para evaluar la autoeficacia, gracias a los logros de rendimiento (Schunk, 1991, p.208). En donde se los éxitos pueden aumentar la autoeficacia y los fracasos disminuirla, aunque los fracasos no siempre van a garantizar una baja autoeficacia, ya que, si el sujeto llega a desarrollar un fuerte sentido de eficacia, puede que no le de tanta relevancia a dicho fracaso (Bandura, 1986, citado en Schunk, 1991).

Experiencias vicarias. Dichas experiencias son conocidas como aquellas que se obtienen por medio de la exploración y relación con el medio externo, ya que dicha interacción facilita la obtención de información que puede ser de gran utilidad para el observador. Por lo tanto, se puede adquirir información sobre las capacidades, partiendo del conocimiento observado u ofrecido de una persona o individuo externo, ya sea por medio de la comparación de habilidades o simplemente observando y aprendiendo del otro (Schunk, 1989, citado en Schunk, 1991). Por lo tanto, los estudiantes al realizar el ejercicio de observación con sus compañeros, y al ver el éxito que ellos obtienen en determinadas tareas, va generar confianza en que ellos también pueden obtener el mismo resultado, sin embargo, se puede obtener un resultado opuesto, al observar un fracaso, ya que la información obtenida no brindara una ayuda, mejoramiento o implementación de alguna capacidad, si no se observó el alcance de la meta u objetivo.

Persuasión social. Está entendida como aquella que permite que la autoeficacia aumente o se mantenga, por medio de la seguridad brindada por un agente o persona externa, la cual afirma o da certeza de que la persona a la que se le está brindando la información posee la habilidad o capacidad para cumplir una tarea determinada. Sin embargo, la autoeficacia

puede ser pasajera, si las acciones que emprende dicha persona informada resultan escasas o no son lo suficientes (Schunk, 1991, p.208). Por lo tanto, los estudiantes que constantemente o en algún momento determinado, frente a una tarea específica o una meta pendiente, tienden a recibir una persuasión positiva, ya sea, un recordatorio, comentarios positivos, reconocimientos o la mención de que poseen dicha capacidad o habilidad que es de gran utilidad para realizar dicha tarea o meta del interés de ellos, procederán a mantener la intención y el esfuerzo de llevar a cabo la misma.

Estados psicológicos y emocionales. Por último, dentro de lo investigado se encontró que una persona al estar expuesta a diferentes situaciones, puede manifestar cambios que generen algún síntoma o respuesta fisiológica, las cuales pueden interpretarse como sinónimo de carencia de alguna habilidad, dependiendo de la tarea a realizar (Schunk, 1991, p.208). Por lo tanto, se puede inferir que los estudiantes al enfrentar diferentes tareas en donde sientan alguna incapacidad de obtención de un resultado positivo, van a manifestar reacciones de respuesta que tendrán como resultado, baja autoeficacia y un manejo inadecuado de la situación a abordar. Por otro lado, si el manejo que se le da a la situación, se genera con confianza en las propias habilidades que posee el estudiante, dichas reacciones pueden que se manifiesten, pero posiblemente no alterarían de gran manera el resultado, ya que el estudiante cree en que posee las habilidades y capacidades necesarias, para alcanzar su meta.

Mediadores. Dentro de estos se destacan, los mediadores motivacionales, conductuales, afectivos y cognitivos, los cuales se ven partícipes a la hora de generar una alta autoeficacia, cada uno aportando cosas diferentes a la misma.

Motivacionales. En muchas ocasiones se puede evidenciar la carencia de ciertas habilidades, sin embargo, al hablar de motivación se hace referencia a aquello que permite o lleva al individuo a realizar una tarea determinada y perseverar ante los obstáculos, por lo tanto, si se carece de creencias en las capacidades, la realización de la tareas se verá cuestionada y no se llevará a cabo, y en relación con la motivación, el individuo no tendrá la intención de continuar y esforzarse por obtener su meta (Bandura, 1988, citado en Bandura 1989). Por lo tanto, se podría decir que los estudiantes que tengan mayor creencia en sus capacidades, podrán realizar tareas, mediante el esfuerzo constante y la apropiación de tener certeza de que pueden llevar a cabo dicha tarea por muy difícil que sea, a diferencia de quienes no confíen plenamente en sus capacidades, ya que probablemente el resultado sería, descartar dichas tareas, desertar las mismas o conformarse con cualquier resultado, aun sabiendo que no era el deseado.

Conductuales. En este apartado se resalta la ejecución y la acción de un sujeto frente a su objetivo, en donde al igual que varios medidores, puede verse influenciado por experiencias

que el sujeto haya evidenciado anteriormente. Ya que dichas conductas, son formadas a partir de los conocimientos adquiridos por medio del aprendizaje por observación, experiencias y conocimientos preexistentes. Así mismo, estas pueden variar dependiendo del entorno, en donde el sujeto tiene que adaptarse a las circunstancias cambiantes, y así poder ejecutar la habilidad apropiada (Bandura, 1989. p. 1181). Es decir, que los estudiantes pueden perfeccionar sus acciones y la ejecución de las mismas, así como generar nuevas conductas, gracias a los aprendizajes y conocimientos que van adquiriendo.

Afectivos. Al hablar de medidores afectivos, se hace referencia a diferentes situaciones que pueden generar síntomas o reacciones por parte del sujeto, cómo, estrés, angustia, entre otras. Es decir, que en ocasiones el sujeto puede verse inmerso en situaciones adversas que al ser consideradas cómo amenazantes o perjudiciales para sí mismo, va a generar una respuesta negativa por parte de él. Ya que los procesos activados por la eficacia en el ámbito afectivo están relacionados con el impacto de la percepción de la eficacia de afrontamiento en los sistemas biológicos que pueden afectar o influenciar el funcionamiento de la salud (Bandura, 1989, p. 1177). Por lo cual, si los estudiantes poseen una autoeficacia alta, dichas reacciones no afectarán de gran manera al mismo, ya que al creer y tener confianza sobre sí mismo y sus habilidades, podrá darle un manejo adecuado a la situación y así poder disminuir la reacción o controlarla. En caso contrario de dudar sobre las habilidades y sus conocimientos, las reacciones aumentarán y no existirá dicho control.

Cognitivos. Existen diferentes patrones de pensamiento, que pueden verse afectados por las creencias de autoeficacia, ya que la conducta humana suele estar regulada por la incorporación de objetivos conocidos y la fijación de objetivos personales (Bandura, 1989, p.1175). Es decir, que las personas constantemente suelen realizar auto evaluaciones respecto a sus capacidades frente a los objetivos que se plantean, teniendo un efecto cognitivo, el pensar y replantear cuáles son las habilidades que se posee, cuáles han funcionado y cuáles no, cómo se pueden implementar o llevar a cabo frente a una meta, realizar predicciones frente a sus objetivos, realizar un respectivo análisis frente a diferentes situaciones, entre otros procesos cognitivos, que al ser puestos en práctica, no sólo van a garantizar que el estudiante pueda obtener éxito en lo propuesto, si no que al mismo tiempo se estará reforzando dichos procesos, teniendo como resultado el mejoramiento de los mismos y la adquisición y reforzamiento de habilidades.

Autoeficacia académica en psicología. La AA vista desde la psicología, puede ser entendida, cómo aquellas creencias que el sujeto posee sobre sus habilidades y capacidades frente a una situación adversa que esté impidiendo la obtención del logro o meta, y así mismo,

la puesta en práctica de dichas habilidades. En este caso, situaciones académicas que pueden generar alteraciones emocionales y cognitivas, que tengan como resultado la incapacidad de control. Por lo que, tener una buena AA, va a permitir que el estudiante gracias a la motivación por alcanzar su objetivo, implemente EA, mejorando sus habilidades y capacidades, con el fin de poder tener control sobre la situación y sobre sus emociones frente a la misma.

Así mismo, teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, se encontró que, dentro de esta disciplina, autores como Skinner, et al. (1998) propusieron un modelo de control, basado en tres creencias. La primera es la creencia de medios-fines o de estrategia, en donde se encuentran las expectativas que el individuo tiene sobre los medios, interpretados como estímulos que potencializan la producción de un resultado deseado. La segunda son las creencias de agencia o de capacidad, referente a la relación entre el agente y algunos medios potenciales, es decir, la expectativa que tiene el individuo sobre la medida en que posee esos medios. Por último, se encuentran las creencias de confrontación, las cuales hacen mención a la interacción entre la persona y un resultado o diferentes resultados deseados, en donde el individuo considera que puede obtener el resultado deseado sin la necesidad de tener alguna capacidad.

Por otro lado, teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente sobre las creencias y la AA, se puede inferir que existen diferentes formas de abordar y controlar una situación, con el fin de obtener un resultado deseado o alcanzar una meta. Sin embargo, es pertinente mencionar que, aunque el estudiante logre obtener el control de algunas variables, no se garantiza que tenga un aprendizaje óptimo o adecuado, ya que, dependiendo del objetivo, así mismo se ejecutará una conducta o acción, la cual puede estar enfocada netamente en el cumplimiento de dicha meta, y la obtención del logro no necesariamente lleve al estudiante a adquirir algún conocimiento. De igual manera, cabe resaltar que el aprendizaje y la motivación suelen tener una impresión importante en el camino recorrido por los alumnos, y, por lo tanto, se puede presentar que, aunque haya igualdad en destrezas o aptitudes, pueden tener resultados diferentes (Gutiérrez & Landeros, 2018, p.3)

Finalmente, se puede decir que los estudiantes en su contexto académico suelen verse influenciados por múltiples factores, conocidos como fuentes y mediadores, los cuales pueden reforzar o disminuir la AA. Sin embargo, es pertinente resaltar que en gran manera los resultados que se obtengan por parte del estudiante, dependen de la creencia de sí mismo, y que, al mismo tiempo, el interés de obtener éxito o alcanzar un objetivo, debe ir en compañía del reforzamiento, práctica y adquisición de nuevos conocimientos.

Estrategias de afrontamiento (EA). Consiste en las capacidades de las personas cuando deben resolver las necesidades que impiden el bienestar y por lo tanto permiten afrontar

aquellos obstáculos que se interponen frente a las metas y objetivos, el afrontamiento implica el hecho de eliminar situaciones agobiantes aumentando los esfuerzos para disminuir o hacer que desaparezcan con el ánimo de vencer las situaciones complejas y proyectar mayores posibilidades (Moran et al., 2019).

Respecto al contexto académico, las EA son aquellos esfuerzos que se realizan para manejar momentos difíciles o responsabilidades académicas y así conocer qué tan efectivas o no son esas estrategias que emplean los alumnos universitarios cuando enfrentan las responsabilidades exigidas por su contexto y reconocer el nivel de su desempeño o rendimiento académico. Las implicaciones de estas pueden llegar a proporcionar un estado o sentimiento de satisfacción, si se dan de manera positiva, lo que puede representar un bien para los estudiantes, por ello, resulta necesario considerarlas en relación al interés y la actuación del estudiante para enfrentar sus tareas y demás obligaciones escolares (Morales, 2018).

Teniendo en cuenta lo anterior, para hablar sobre las EA se hace una definición de estas como un factor importante para la adaptación que también resulta siendo parte del bienestar en relación al contexto social y la salud de las personas, se ha desarrollado toda una idea que se focaliza en el procesamiento cognitivo puesto que se hacen evidentes frente a una situación estresante provocada por el contexto u otros factores (Lazarus & Folkman, 1987).

Los autores hacen una distinción entre algunas funciones principales que tiene el afrontamiento, la primera se dirige a cambiar la relación entre persona y/o ambiente con los problemas, a la que denominan función centrada en el problema y otra de las funciones mencionan que, está dirigida a movilizar los síntomas emocionales y por tanto la denominan centrada en la emoción, por último, se demuestra que el afrontamiento resulta ser algo complejo y que puede variar ya que se encuentra directamente relacionado con factores contextuales o ambientales e incluyen valoraciones cognitivas frente al riesgo y las opciones para enfrentar las diversas situaciones que debemos desafiar (Lazarus & Folkman, 1987).

Definición de las EA. De acuerdo con un estudio realizado por Folkman y Lazarus (1985) desarrollan un instrumento, en donde, investigan las EA y permiten reconocer la conceptualización de ocho aspectos encontrados, que son los siguientes.

Confrontación. Consiste en el esfuerzo para hacer frente a una determinada situación, a través de comportamientos que pueden llegar a ser agresivos u hostiles (Folkman & Lazarus, 1988).

Planificación. Esta estrategia está orientada resolver determinado asunto o estresor, a través de una evaluación bien pensada sobre la situación que se esté presentando, configurándose así en un afrontamiento activo (Crespo & Cruzado, 1997).

Aceptación de la responsabilidad. Consiste en aceptar los hechos como reales (Morán et al., 2010). Esta estrategia se constituye como una manera de dirigirse a la raíz de aquello que está sosteniendo el problema de acuerdo con la propia implicación que pueda tener la persona en el mismo.

Distanciamiento. Se trata de la intención de separarse o tomar distancia de la situación o problema que esté incidiendo en el sujeto (Folkman & Lazarus, 1985).

Autocontrol. Los autores Folkman y Lazarus (1988) mencionan que esta estrategia constituye los esfuerzos propios por tratar de controlar sus comportamientos.

Revalorización positiva. Esta estrategia concibe la idea de tomar aquellos aspectos buenos frente al problema o situación que afronta la persona como estresante (Frydenberg & Lewis, 2000).

Escape o evitación. Se trata de una manera en la cual la persona intenta evadir el problema a través de la idea de sobre lo ocurrido, recurriendo a ideas y pensamientos que no son reales, también, al consumo de alimentos y sustancias alucinógenas con el propósito de evitar la situación (Lazarus & Folkman, 1985).

Búsqueda de apoyo social. Hace referencia a la inclinación de hablar o mantener una postura abierta con los demás, para ser comprendido o escuchado sobre la situación o problema que esté enfrentando (Frydenberg & Lewis, 2000).

Manejo. Teniendo en cuenta la historia a lo largo de la investigación sobre el estrés como parte de las emociones se conoce el término de manejo en donde se dice que éste tiene que ver con la manera en la que las personas tratan de dar solución a las situaciones estresantes, se dice que el estrés y el término manejo tienen una relación mutua puesto que cuando el manejo es inefectivo el nivel de estrés será alto y por el contrario cuando el manejo es efectivo el nivel de estrés será bajo (Lazarus, 2000).

Los desarrollos teóricos dieron paso al concepto de manejo entendido como rasgo o estilo y por lo tanto se consideran tres maneras a tener en cuenta, uno de ellos se trata acerca de los patrones de manejo habituales, es decir, la estabilidad que se presenta frente a los pensamientos y acciones, que además, se mantienen en el tiempo y que hacen parte de la persona; el segundo hace referencia a la influencia que puede tener la personalidad o los rasgos ante los patrones de manejo estables, por tanto se afirma que tales características pueden modelar los pensamientos o acciones de manejo y por ello esta segunda parte tiene en cuenta la consideración de manera individual frente al ambiente, por último, el tercer modo se define como un enfoque de rasgo condicional, en donde las condiciones de manejo están influenciadas por condiciones externas

en correspondencia con la importancia que tenga dicha condición externa para la relación entre la persona y el ambiente (Folkman & Lazarus, 1988).

Otra conceptualización importante y más precisa para entender la definición, menciona que "para expresarlo de forma más sencilla el manejo es el esfuerzo por resolver el estrés psicológico" (Lazarus, 2000, p. 122).

Funciones del manejo.

Centrada en el problema. En este enfoque la persona busca información para cambiar la realidad frente a una problemática, es decir que se busca la forma de manejo orientada al medio o centrada en el problema con la intención de dar solución a determinado evento (Lazarus, 2000).

Teniendo en cuenta lo anterior esta función se presenta cuando, por ejemplo, una persona está pasando por un problema o situación estresante y lo que hace es buscar diferentes alternativas u opciones para afrontar y dar manejo directamente al problema.

Según Lazarus y Folkman (1985) dentro de esta función se hallan las siguientes EA que son confrontación y planificación.

Centrada en la emoción. Esta función se da en presencia de un factor estresante, sin embargo, en este caso no se intenta modificar la realidad si no que, intentan un manejo centrado en la emoción revalorizando o evitando las posibles amenazas para dar un nuevo sentido a la situación estresante (Lazarus, 2000).

Partiendo de lo anterior, se puede comprender esta función a través de un ejemplo en donde, no se buscan diferentes opciones para afrontar la situación, sino que, se adopta una revalorización emocional en donde de alguna manera se acepta la situación y simplemente se da manejo a la emoción sin tener que cambiar de alternativas.

De acuerdo al estudio de Lazarus y Folkman (1985), esta función comprende las EA, aceptación de responsabilidad, distanciamiento, autocontrol, revalorización positiva y escape o evitación.

Centrado en el problema y la emoción. Esta función es reconocida por Folkman y Lazarus (1985) como, afrontamiento mixto, debido a la fusión de las dos primeras funciones del manejo, en donde, además se encuentra la estrategia de afrontamiento denominada búsqueda de apoyo social.

De acuerdo con Lazarus (2000) la mención únicamente de la función centrada en el problema y de la centrada en la emoción, ha repercutido frente al intento por determinar si los comportamientos pertenecen a una u otra de las categorías, sin embargo, el hecho de contraponer estas funciones, cae en desacierto, puesto que las personas en algunos casos se

orientan a lograr ambas funciones. Es decir que, esta función mixta, intenta buscar solución al problema a través de diferentes alternativas y a su vez trata de regular los posibles efectos frente a la situación o evento estresante que se presente.

3.3 Marco multidisciplinar, interdisciplinar y/o transdisciplinar

Teniendo en cuenta las variables de la investigación y su respectiva aclaración en cuanto a conceptos y definiciones, así mismo, se consideró pertinente realizar una conceptualización de las mismas, partiendo de diferentes enfoques y disciplinas. Por lo tanto, se iniciará con la variable dependiente, AA y se procederá con la variable independiente, EA.

Autoeficacia académica. Al hablar de AA en relación con las diferentes disciplinas, puede ser bastante complejo, puesto que la información respecto a la misma no es de fácil acceso, ya que, al hablar de académica, las investigaciones suelen reducirse a las disciplinas que tienen entre su ciencia, inmersa dicha palabra, cómo la pedagogía y la psicología. Sin embargo, se realizó una búsqueda en donde se rescataron varios conceptos que se pudieron relacionar con esta variable.

Enfoque cognitivo. Para hablar desde este enfoque es necesario hablar del postulado sobre el aprendizaje social, propuesto como teoría por Bandura, en donde refiere que la conducta humana está en constante dinámica con su entorno, en donde existen diferentes influencias, las cuales afectan el comportamiento o la acción del sujeto, es decir, que el comportamiento de cada persona depende de lo que esta experimenta en su cotidianidad, dando por entendido que existe un intercambio recíproco entre la conducta y el entorno (Schunk & Dibenedetto, 2016). Por lo tanto, dichas influencias, se pueden ver reflejadas no sólo en el comportamiento, si no en el proceso que este conlleva antes de ser ejecutado, es decir, que detrás de un comportamiento existen varios factores que llevan a que dicho comportamiento se manifieste, cómo, la motivación, persuasión, entre otros que ya se han mencionado a lo largo de la investigación, y esto incluye los procesos cognitivos realizados por el sujeto en donde por medio de la integración de la información, el procesamiento de la misma, la memoria, atención y demás, el sujeto puede adquirir herramientas que le permitan alcanzar un objetivo, cuestionarse y plantearse metas diferentes de interés y que desee alcanzar, o en su defecto no cumplir dichos objetivos, ya que la influencia del entorno puede ser positiva o negativa, reflejándose en una alta autoeficacia o baja autoeficacia.

Así mismo, en relación con lo que se ha explicado con anterioridad, dentro de este enfoque, se considera de gran importancia hacer mención de diferentes variables que afectan

la autoeficacia y así mismo brindar una conceptualización de las mismas, dichas variables son, el desarrollo, la familia, el contexto social y el contexto educativo.

Desarrollo. Aquí se hace mención del fortalecimiento de habilidades que el niño va adquiriendo en su desarrollo, por medio de la experiencia, mencionando que ellos cuentan con unos conocimientos respecto a ciertas tareas, pero estos van siendo reforzados con el tiempo, mientras se van adaptando, por lo tanto, la experiencia influye en gran manera, puesto que al tener que enfrentar tareas desconocidas, van a tener que emplear no sólo las habilidades que ya conocen, si no adquirir otras que en su momento desconocen, con el fin de ejecutar y llevar a cabo dicha tarea, lo cual también le va a beneficiar para futuras acciones, además de ir creando conceptos y adquirir nuevos aprendizajes, que le permitan alcanzar su meta. Sin embargo, es en la ejecución de la tarea, donde deciden si son o no capaces de realizarlas, es decir, si cuentan con una baja o alta autoeficacia (Schunk & Dibenedetto, 2016).

Familia. Considerada como una de las variables más importantes al hablar de la autoeficacia, puesto que son las primeras influencias con las que cuenta un niño, ya que estos suelen ser considerados como modelos para ellos, por lo tanto, si dentro del contexto familiar, se inculca la motivación, la perseverancia y el esfuerzo a desarrollar diferentes actividades, se estará fortaleciendo las creencias propias, y con ellas la alta autoeficacia, teniendo como resultado que los niños se sientan capaces de afrontar nuevos retos y desafíos (Schunk & Dibenedetto, 2016). Por lo tanto, dentro de la familia mediante la modelación y el reforzamiento, el niño va creando esquemas sobre lo que observa, así mismo, adquiere conceptos que pueden ser de gran utilidad en el desarrollo del mismo, teniendo como resultado la praxis de esas destrezas al realizar o llevar a cabo una tarea, meta u objetivo.

Contexto social. Así como la familia influye en la autoeficacia, el entorno social también puede generar diferentes intereses y comportamientos, por medio de la interacción y la observación (Schunk & Dibenedetto, 2016). Por lo tanto, se puede inferir que, si el estudiante es partícipe dentro de un grupo de compañeros, en donde el interés es el aprendizaje y la realización de diferentes retos que fomenten el mismo, el estudiante se va a sentir influenciado por su grupo y va a sentir el mismo interés, por lo que hará uso de diferentes herramientas o habilidades, que le brinden el resultado deseado. Por lo contrario, si el estudiante pertenece a un grupo, en donde no se considere pertinente realizar algún tipo de actividad o tarea académica, tendrá a no poner en práctica habilidades, ya que no siente el interés o la motivación de hacerlo.

Contexto educativo. Según lo investigado, dentro del aula de clases, pueden existir múltiples factores que afectan la autoeficacia del estudiante (Schunk & Meece, 2006, citado en

Schunk & Dibenedetto, 2016) ya que, cuando se está en grados menores, la atención brindada por los docentes suele estar más enfocada en el proceso individual, lo cual beneficia al estudiante, en cuanto se hace más visible el aprendizaje, así mismo cómo el reforzamiento del mismo, lo cual puede generar interés en continuar con el proceso académico, sin embargo, a medida que se va ascendiendo de grado, dicha atención individualizada suele no ser tan frecuente, ya que los estudiantes de una u otra manera suelen volverse más independientes, así mismo, se menciona que en grados superiores, la competitividad entre los estudiantes es más notoria (Schunk & Dibenedetto, 2016). Por lo que se puede decir que se pueden obtener dos resultados, el primero iría ligado al hecho de querer ser más competente frente a los compañeros, por lo cual se reforzarán las habilidades propias del estudiante, con el fin de sentir la satisfacción de ser competente, y el segundo resultado, tendría que ver con la baja autoeficacia, en cuanto no se considere lo suficientemente capaz para determinada tarea, por lo cual puede que no sienta motivación de querer asumir el reto, y por consiguiente el resultado sea no emplear ninguna habilidad.

Enfoque conductual. La conducta es la respuesta a varios estímulos que son percibidos por quien la ejecuta, y una de las mejores formas de explicarlo es basándose en el condicionamiento de Skinner, en donde se habla de consecuencias que dependen del sujeto, entendidas cómo, refuerzo y castigo. Sin embargo, para relacionar el enfoque conductual y la autoeficacia, se consideró pertinente hablar únicamente del refuerzo, siendo este positivo y negativo.

Refuerzo. Este es considerado como aquel que incrementa la posibilidad de que se realice determinada conducta, ya sea por medio de la presencia de un estímulo gratificante, el cual es de gran interés para el sujeto o un estímulo adverso, que resulte desagradable para el mismo (Santrock, 2020, p. 221). Por ende, si el estudiante es reforzado, ya sea mediante una buena apreciación por parte del docente, o por la presencia de algo que genere disgusto, como por ejemplo, que el docente haga un examen sorpresa, si el estudiante no demuestra poner atención a la clase, va a tener cómo resultado que el estudiante se interese por seguir el plan de estudios, mediante la atención en clase, participación y una de las cosas más importante, va a interesarse por su aprendizaje, lo cual tendrá como resultado, una meta alcanzada, en este caso su objetivo sería, seguir siendo retroalimentado positivamente por el docente, así mismo, aprender sin necesidad de realizar un examen sorpresa, porque está prestando atención.

Partiendo de lo anterior, se puede reflejar una alta autoeficacia respecto a la manera en que el estudiante sea reforzado, puesto que, de ese modo confirma las habilidades que ya tiene, generando más confianza en sí mismo, lo cual permite que siga llevando a cabo sus

responsabilidades y metas académicas. Por otra parte, al querer evitar un estímulo adverso, va a emplear o a generar capacidades que le faciliten alcanzar dicho objetivo, evitando la presencia de aquello que no es de su interés. Sin embargo, se puede inferir que el estudiante, aunque haga uso de sus habilidades, no siempre se va a garantizar que aprenda realmente, ya que esto depende del objetivo del mismo.

Biología. Dentro de esta disciplina la autoeficacia podría ser abordada al hablar sobre factores ambientales que pueden ser estresores y por ende generar cambios fisiológicos a quienes afecta, por lo que pueden influenciar fuertemente en los individuos a la hora de estos ejecutar o llevar a cabo alguna acción. Por ende, se podría inferir que dichos factores pueden generar una gran influencia en las creencias que los individuos poseen de sí mismos, así mismo pueden estar inmersos en diferentes contextos, ya sean académicos, familiares, entre otros. Sin embargo, el contexto de interés es el académico, en donde los profesores pueden ejercer una gran influencia en los estudiantes, sea esta positiva o negativa, por lo cual, dependiendo de la misma, el estudiante ejecutará acciones o emplea habilidades dentro del aula. Por lo tanto, los profesores deben tener claridad sobre los objetivos del aprendizaje, para que el logro académico por parte del estudiante sea eficaz (Guerner et al., 2013).

Salud. La autoeficacia es vista como las expectativas o creencias que el usuario tiene sobre sus capacidades y cómo estas pueden ser eficaces al ponerlas en práctica frente alguna situación o tarea que se les recomienda llevar a cabo. Por ende, está se puede ver reflejada en el contexto de salud, en cuanto a que algunos pacientes o usuarios asisten a consulta médica, debido a alguna patología, la cual buscan contrarrestar, disminuir o eliminar, por lo cual, proceden a realizar obligaciones o recomendaciones que el mismo personal médico les brinda. Por lo tanto, se podría inferir que la AA podría verse relacionada con el hecho de que el usuario, tiene que generar estrategias que le faciliten alcanzar dicha meta solicitada, en donde seguramente deban reforzar su motivación y enfocarse en la meta deseada, esto por medio del aprendizaje que el mismo paciente debe adquirir, en cuanto a indagar respecto a la patología que se tiene, los beneficios y consecuencias de no seguir las recomendaciones impuestas y demás aspectos, que le permitan alcanzar su meta, en este caso el mejoramiento de la salud.

De igual manera, dentro de esta disciplina se abarcan temas para fomentar el cuidado y evitar riesgos en la salud, para contrarrestar factores de peligro y mejorar el bienestar, teniendo en cuenta la autoeficacia de los pacientes, cómo aquellas creencias que pueden incidir efectivamente en el cuidado, por medio de la regulación de diferentes conductas que faciliten el alcance de los objetivos impuestos, ya sea frente a un tratamiento o al reconocer que necesitan asistencia médica, por lo que los pacientes con autoeficacia alta, suelen sentir

seguridad al asistir a consulta médica, cuando se considera necesario y así mismo, dicha seguridad les permite tener control frente a sus patologías, con el fin de que estas no interfieran en gran manera en su cotidianidad. Aunque cabe mencionar, que dicha autoeficacia puede verse influenciada por la atención del personal médico y las redes de apoyo del paciente (Fernández et al., 2020).

Por otra parte, la autoeficacia puede verse inmersa dentro de la adherencia al tratamiento, ya que, el paciente al contar con una buena red de apoyo, la cual realice un acompañamiento constante, podrá generar creencias motivacionales sobre la posibilidad de ver cambios positivos en su patología, si se esfuerza y es constante con las recomendaciones del médico, así mismo, se verá influenciado en permanecer en el tratamiento impuesto por el personal médico, en su defecto, al no poseer una red de apoyo y al ver que la enfermedad o patología no refleja una mejoría, el paciente va a manifestar una baja autoeficacia, lo cual, tendrá (Sánchez et al., 2020).

Educación. Se puede encontrar que la AA se encuentra inmersa o es tomada en cuenta, junto con otras variables que, según lo investigado, suelen ir en conjunto, cómo lo es la motivación al logro, en donde se resalta que el individuo involucra ciertos esfuerzos, con el fin de obtener éxitos o alcanzar una meta determinada. Además, dentro del ámbito escolar, existen múltiples factores que llevan al estudiante a querer realizar un esfuerzo, ya sea por satisfacción personal o por obtener un reconocimiento por parte de sus profesores, quienes pueden no sólo hacer dicho reconocimiento, si no retroalimentaciones que tengan cómo fin, mejorar falencias que se encuentren a lo largo del ciclo escolar del estudiante, ya que los estudiantes se pueden beneficiar cuando los docentes comentan de la importancia de aprender de los errores (Santrock, 2020)

Así mismo, dentro del aula de clase, también se puede resaltar el aprendizaje por observación, en donde el estudiante al sentir admiración por algún compañero, y al percatarse que dicha persona está realizando alguna tarea correctamente, su objetivo será el realizar las tareas con un resultado eficaz, igual o incluso mejor que su compañero, para lo cual tendrá que generar estrategias que le facilite llevar a cabo la meta deseada (Santrock, 2020, p. 235).

Por lo tanto, esto puede implicar que los estudiantes se planteen estándares académicos elevados o metas mucho más exigentes, debido a que los alumnos con mayores creencias positivas, suelen mostrarse participativos y persistentes ante las dificultades, aunque esto no garantiza que se tenga un desempeño competente en cuanto a aprendizajes, cuando se carece de conocimientos y habilidades indispensables (Santrock, 2020, p.245).

Por otro lado, dentro de esta disciplina se puede ver que la AA de los estudiantes genera diferentes expectativas de resultados, por lo tanto, la ejecución de estrategias y la fijación de metas puede ser constante, teniendo como resultado el cumplimiento de dichas metas de forma satisfactoria, esto en referencia a una alta autoeficacia (Nájera et al., 2020). Se puede decir que, gracias a esas expectativas, el estudiante va a fijar alternativas u objetivos, para obtener expectativas deseadas, además, que, al tener el resultado esperado, esa expectativa puede cambiar a otra más alta, debido a que la satisfacción de alcanzar el objetivo, puede producir en el estudiante, la motivación de poder alcanzar algo más complejo, con tal de que sea de gran interés para el mismo y se considere apto para hacerlo.

Informática y tecnología. Dentro de esta disciplina, la autoeficacia se manifiesta en la apropiación de diferentes habilidades tecnológicas, en donde las personas a nivel individual pueden tener acceso a diferentes instrumentos o estrategias que favorezcan el manejo de las telecomunicaciones, sobre todo por la problemática actual del covid19, donde diferentes entidades públicas o del estado han implementado la virtualidad, por ende, el uso de las herramientas tecnológicas se ha hecho más frecuente y necesario, lo cual trae consigo la adquisición de nuevos conocimientos y apropiación frente al uso de las TIC. Por lo tanto, la autoeficacia emplearía un papel de gran importancia, en cuanto a las creencias de dichas personas frente a las habilidades y capacidades que poseen, o en su defecto deben reforzar y de ser necesario aprender, con el fin de darle un uso adecuado a dichos instrumentos tecnológicos.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, en esta disciplina se promueven procesos que generan estrategias o metodologías que permitan que los sujetos no sólo adquieran nuevos conocimientos frente al uso de las TIC, si no que puedan potencializar su autonomía frente a las mismas, considerándose capaces en el manejo, implementación y uso de las herramientas tecnológicas, garantizando la inclusión digital y la adquisición de destrezas prácticas que sean de gran utilidad de acuerdo a las necesidades y circunstancias del sujeto (Landinelli et al., 2020, p. 289).

Así mismo, también se hace mención de la implementación de ciertos conocimientos que permitan que las personas que logran aprender a hacer uso de las TIC, se reconozcan así mismos cómo sujetos que actúan con diferentes intereses y objetivos, y que, dependiendo de ellos, puedan en su cotidianidad apropiarse de la tecnología y hacer uso de la misma en sus prácticas sociales y culturales (González, 2020, p. 328). Por lo tanto, se puede decir que dichos sujetos al creer en sus capacidades y habilidades frente al uso de las TICs, en su cotidianidad cuando hagan uso de las mismas, van a tener resultados positivos, ya sea en cuanto a manejo,

distribución y alcance de algún objetivo planteado, siempre y cuando este requiera alguna herramienta tecnológica.

Antropología. Cómo ya se ha mencionado a lo largo de la investigación, la autoeficacia permite creer en las habilidades propias, con el fin de lograr un objetivo, en antropología una alta autoeficacia se refleja en cuanto a la contribución de las personas a su entorno, en este caso se habla del sentido de pertenencia y de arraigo con el territorio, en donde las personas por medio de sus conocimientos, habilidades, aptitudes y demás, contribuyen a la creación o consolidación de la identidad personal, permitiendo que se incremente la autoestima y la autoeficacia, lo cual puede verse reflejado en personas participativas, generadoras de ideas y contribuyentes a su entorno, en donde puedan no sólo asumir retos, si no poder minimizar el riesgo al fracaso, esto mediante dicho conocimiento adquirido, basado en la información brindada por el contexto cultural, en donde se da a conocer, cuáles son las características que posee dicho contexto, las posibles metas a cumplir, las ideas más accesibles para ejecutar, y demás aspectos a entender, para poder llevar a cabo la mejor opción que favorezca a la persona y a su contexto (Cuervo, 2005)

Ciencias políticas, derecho. Desde el punto de vista penitenciario, según lo investigado existen regímenes penitenciarios destinados a la reeducación de los reclusos, en donde se fijan objetivos basados en la organización de programas de educación, que buscan corregir la conducta delictiva, además de brindar actividades de tipo recreativo, cultural y religioso. Aunque, cabe mencionar que dicha reeducación se realiza con base a las necesidades que el régimen considere necesarias. Así mismo, estos programas buscan aumentar la autoestima y la autoeficacia, permitiendo que los reclusos adquieran diferentes conocimientos, competencias y actitudes que van a ayudarles a asentarse cuando estén puestos en libertad, y de igual manera preservar sus derechos humanos (Naciones Unidas, 2017). Por lo tanto, aunque estén privados de la libertad, dichas actividades pueden persuadir y motivar al recluso a imponer objetivos y metas, que le sean de su interés a la hora de reincorporarse a la sociedad.

Economía. Teniendo en cuenta que, al hablar de AA, se hace mención de aspectos que en su mayoría son de tipo educativo, en esta disciplina es complejo encontrar información al respecto, ya que, las investigaciones son muy limitadas en cuanto a libros. Sin embargo, se encontró un artículo que puede ser viable para relacionar esta disciplina con la autoeficacia, en donde la relacionan con las habilidades emprendedoras. Maluk y Maluk (2019) afirman que se puede “concluir que existen relaciones causales por un camino de la autoeficacia emprendedora que termina en el comportamiento final” (p.7). Debido a que, al tener confianza en las propias

habilidades, se facilita la toma de decisiones y así mismo, el asumir riesgos, en este caso el de realizar un emprendimiento.

Estrategias de afrontamiento. Los seres humanos como seres sociales, están en constante interacción, añadido a esto, las acciones y emociones pueden verse afectadas por el ambiente o contexto externo, y frente a esto surge una gran necesidad por afrontar diversas situaciones de la cotidianidad como el fallecimiento de un familiar, reprobación de una asignatura, padecer una enfermedad, entre otras, por tanto, es necesario que las personas desarrollen acciones o procesos de afrontamiento que les permitan disminuir la ansiedad, preocupación u otros síntomas y tener una mejor condición de salud.

Enfoque cognitivo. Algunos estudios desde la psicología cognitiva específicamente sobre la adolescencia mencionan un desarrollo importante en esta etapa, autores como Piaget afirman que en este periodo de vida el pensamiento se vuelve formal y permite reconocer el pensamiento abstracto, así como también, un razonamiento hipotético-deductivo lo cual da cabida a nuevas operaciones mentales, la cognición humana tiene una gran capacidad de organizar la información del exterior a través de los sentidos y lo que caracteriza principalmente ese desarrollo cognitivo es la inmediatez y las formas complejas de estructurar y adaptar lo que se percibe (Aguirre, 2009).

La cognición frente a las EA, se convierte en un factor muy importante para determinar las acciones o esfuerzos cognitivos que hace una persona, puesto que de las operaciones mentales depende el manejo que se le den a las situaciones estresantes que se puedan presentar. Una característica importante para afrontar las actividades es la identificación, especialmente, con la familia, puesto que posibilitará mejores relaciones sociales y afrontamiento de problemas personales, mientras que, si la identificación es baja, el manejo o afrontamiento será menor (Aguirre, 2009).

Enfoque conductual. El enfoque conductista trata de explicar la conducta a través de los determinantes frente a un estímulo y respuesta, dicha premisa se encuentra situada en el marco de un enfoque rígido, el cual en algunos casos no le permite a la psicología tener en cuenta otras premisas importantes como la imaginación o el pensamiento, puesto que su postura radical confía únicamente en lo que puede ser probado científicamente ignorando otras acciones que aunque no se pueden probar tienen gran incidencia en el comportamiento (Malo Pé, 2009).

Teniendo en cuenta lo anterior, las EA guardan relación frente a la premisa que establece la conducta a partir de un estímulo y respuesta, debido a que las situaciones estresantes se presentan como el estímulo, ocasionando como respuesta niveles de estrés y es

aquí en donde las EA cumplen un papel fundamental para mediar en esa relación y reducir los niveles de estrés, sin embargo, esta postura no debe ser totalizante puesto que cada persona cuenta con características distintas, de manera que, es importante tener presente las singularidades y otros factores importantes que influyen en las situaciones donde estas realizan esfuerzos cognitivos para afrontar las situaciones, incluidas las emociones, los pensamientos o imaginación, ya que debido a estas, la conducta podría variar.

Biología. El afrontamiento entendido como esos esfuerzos que una persona hace para enfrentar las situaciones estresantes, tiene una relación directa con los conceptos de estrés y emoción.

Los organismos pueden presentar efectos nocivos que afectan los tejidos vivos y que pueden llegar a producir la muerte, Claude Bernard, científico del siglo diecinueve hizo grandes aportes para entender el estrés, revelando que el hígado es un almacenamiento de azúcar lo cual es vital para el funcionamiento biológico y psicológico, cuando el páncreas no produce suficiente insulina se da la diabetes y por el contrario, si produce mucha insulina puede traer otras complicaciones que pueden llegar a producir un coma e incluso la muerte, frente a estos hallazgos diferentes científicos abordaron el concepto de la homeostasis, el cual se define como un equilibrio al interior del cuerpo para mantenerse vivo, al igual que la necesidad por secretar diferentes sustancias para su correcto funcionamiento, existen otros elementos importantes como la temperatura corporal o el oxígeno los cuales deben mantenerse dentro de ciertos límites para mantener la supervivencia (Lazarus, 2000).

Frente a otras investigaciones y trabajos científicos emprendidos por algunos autores como Cannon y Hans Selye, se conceptualizó una serie neuroquímica a la cual llamaron, síndrome de adaptación general y se reconoce por sus siglas SAG (Lazarus, 2000), refieren que se trata de la manera en que un individuo maneja las condiciones estresantes o las amenazas, por lo tanto, fue hicieron una división en tres estadios que son los siguientes.

Reacción de alarma. Frente a la defensa del organismo un factor nocivo desarrolla su proceso neurohumoral (Lazarus, 2000).

La resistencia. Como acto de defensa lo que hace el cuerpo es que empieza una movilización dentro de sí mismo, algunos tejidos se inflaman, evitando producir más daño y luego, a través de algunas hormonas proceden a la curación (Lazarus, 2000). Teniendo en cuenta lo anterior en este estadio lo que hace el cuerpo es descomponer algunas moléculas con la intención de liberar energía.

Agotamiento. Debido a un fuerte estrés que perdure en el tiempo, es posible que el organismo no responda o se sostenga y por consiguiente muera.

Salud. Para hablar del afrontamiento es muy importante mencionar los conceptos de estrés y emoción, puesto que todos conforman una misma unidad conceptual que permite una mayor comprensión, las teorías psicológicas del estrés incluyen el afrontamiento como un concepto importante al que definen como la manera en la que un individuo intenta adaptarse frente a un evento (Aguado, 2015).

Teniendo en cuenta que el afrontamiento hace parte del concepto de estrés surge una fuerte relación con la salud, las personas prestadoras de servicios de salud son en ocasiones diagnosticadas con burnout dada la implicación emocional de las personas frente a sus responsabilidades o sobrecargas de trabajo, frente a estas situaciones de alto estrés el afrontamiento o estilos de afrontamiento resultan tener una gran relevancia puesto que a través de ellas se busca el desarrollo o manejo de alternativas que permitan enfrentar el desgaste laboral a través del apoyo social, la comunicación, entre otros que permitan reevaluar las situaciones y manejar de manera efectiva los altos niveles de estrés (López & Sánchez, 2010).

Educación. Es posible reconocer que las presiones académicas y sociales ponen a los estudiantes frente a nuevos retos, los cuales implican grados más altos de responsabilidad, las demandas de logros y los intereses sociales pueden afectar la motivación de los adolescentes quienes muy posiblemente se encuentran en una circunstancia mediada por alcanzar sus propios logros u obtener aprobación social (Santrock, 2020). Dadas las distintas situaciones que pueden ser factores de estrés, puede verse afectado el desempeño académico de las personas, por ende, las distintas formas de enfrentar las situaciones pueden contar con una incidencia positiva frente a la necesidad que pueden tener los estudiantes de disminuir los esfuerzos ejercidos para dar manejo a los factores estresantes y las demandas académicas.

Informática y tecnología. Los medios tecnológicos como disciplina tienen relación con las EA debido a que, como herramientas facilitadoras para diferentes tareas o actividades, permiten que las personas en general o los estudiantes tengan un manejo positivo frente a las demandas y situaciones estresantes que puedan enfrentar. Las herramientas tecnológicas o medios de información y comunicación pueden ser instrumentos útiles en el contexto escolar para el cumplimiento de las responsabilidades (Beltrán, 2009).

La tecnología ofrece varias formas de representar contenidos y por tanto, propone nuevos significados y estructuras frente a la obtención de información, esto a su vez, trae consigo un desarrollo importante respecto a nuestra cognición, debido a que la tecnología nos permite realizar múltiples demandas de manera rápido y eficiente, además, permite que muchas personas con poco conocimiento acerca de un tema puedan obtener resultados de manera

sencilla a través de programas avanzados y completos que realizan nuestras demandas con un menor esfuerzo (Beltrán, 2009).

Teniendo en cuenta lo anterior se podría afirmar que la disciplina de la tecnología e informática partiendo de sus avances, ha traído consigo una evolución, puesto que, las nuevas herramientas tecnológicas permiten llevar a cabo tareas complejas sin tanto esfuerzo, lo cual en relación con las EA hace que los esfuerzos cognitivos sean empleados en diferentes actividades más creativas y enriquecedoras para alcanzar nuevos objetivos, por ejemplo, si se tiene la necesidad de transcribir un texto completamente gracias a la herramienta tecnológica, se puede centrar la atención en la comprensión y reflexión del mismo, de manera que se aprovechan los medios informáticos, con la intención de disminuir los esfuerzos cognitivos y afrontar situaciones que pueden causar altos niveles de estrés para que estos se reduzcan.

Antropología. Esta disciplina consiste en estudiar las diferencias o variabilidades biológicas y culturales que puede tener el hombre teniendo en cuenta el espacio y el tiempo como factores relevantes para sus investigaciones, un antropólogo tiene algunas funciones en las cuales debe describir, interpretar y explicar las diferentes acciones que pueda tener una comunidad, por lo tanto, actúan con respeto e igualdad frente a las diferentes culturas sin tener que considerar a una más valiosa que otra, reconociendo las singularidades de las poblaciones, una de las ventajas de esta ciencia es que no es un campo con un pensamiento único y por el contrario, trabajan con diferentes temas teorías y técnicas para realizar su trabajo (Sánchez, 2015).

La antropología como disciplina, establece sus propias EA mediante los esfuerzos cognitivos que realiza para comprender las diferencias de las comunidades, ya que, son los contextos en donde principalmente se desenvuelven y por tanto, los profesionales de esta área cuentan con la gran oportunidad de estar inmersos en los lugares a estudiar, observando y recolectando la información directamente de la fuente de origen, lo cual, les permite reducir el agotamiento mental o físico, en relación a situaciones que enfrenten, puesto que establecen sus propias hipótesis y eso a su vez, les proporciona precisión en los resultados que emiten con la intención de que sean útiles y generalizables para la continuidad de investigaciones y estudios, basados en la experiencia empírica.

Ciencias políticas, derecho. El derecho o la investigación jurídica se trata de una construcción en donde se determinan diferentes representaciones de la realidad, teniendo como base las normas jurídicas las cuales parecen estar dadas a partir de un tipo de filosofía analítica, en donde, los organismos de control operadores jurídicos crean estas como teorías, que se

convierten en sistemas cognitivos, los cuales establecen una manera determinada de actuar o afrontar las situaciones jurídicas que se presenten (Romero, 2011).

Algunos estudios tratan de comprender los insumos jurídicos y las formas mediante las cuales se procesan participaciones comunicativas que construyen la realidad y en donde las instituciones son las encargadas de dar significado a la realidad a través de las diferentes configuraciones (Romero, 2011).

El relación a lo anterior es posible reconocer como la disciplina de las ciencias políticas y el derecho implican un manejo particular de los casos que en esta área deben estar regidos por las leyes, las EA para quienes conforman parte de este tipo de disciplinas relacionadas al ámbito jurídico, representan esfuerzos cognitivos muy importantes para afrontar y dar manejo a los eventos que atienden, dónde, se encuentran en el deber de adoptar un comportamiento objetivo en reconocimiento de lo establecido por las instituciones y el estado, dejando de lado las reflexiones o interpretaciones personales, que los obligan a distanciar las emociones y pensamientos para actuar de acuerdo a la realidad que han construido para establecer un orden social.

Economía. Por otra parte desde la economía se puede reconocer, como los estilos de vida son influidos fuertemente por la esfera estratificada socialmente; el consumo masivo que se le impone a los núcleos familiares para aumentar la adquisición de bienes y servicios causan presión social y nuevas exigencias a los padres de familia, lo que finalmente se convierte en situaciones que generan estrés y enfermedades, debido a eso es claro que la modernización económica causa un gran impacto sobre las familias y su salud, los estilos de crianza frente a los intentos por regular las conductas de sus hijos se han convertido en gritos, amenazas y golpes frente a las situaciones de estrés, por lo tanto surge una gran necesidad de contemplar estrategias o formas de intervención adecuadas que permitan afrontar las problemáticas que los aquejan (López & Sánchez, 2010).

3.4 Marco normativo y legal

El ejercicio investigativo consiste en un arduo trabajo dentro del cual es importante proteger el bienestar de las personas y así mismo debe estar consolidado a través de preceptos que indiquen la pertinencia de tal estudio y además que permitan comprender de manera contextual el problema investigativo, que si bien en las diferentes políticas puede no estipularse linealmente, sí otorga una mejor forma para reconocer que el objetivo puede ir por el mismo camino, que en este caso será el de garantizar la salud mental para los estudiantes universitarios dado que el

interés investigativo se centra en las EA y la AA específicamente en el área educativa. Según el Congreso de Colombia (2013) con respecto a la ley 1616 de Salud Mental, se hace mención sobre la legitimidad que tienen los Colombianos frente al servicio psicológico que deben recibir, especialmente los niños, niñas y adolescentes, de acuerdo con los artículos presentados dentro de la misma, se reconoce la responsabilidad que tiene el Ministerio de Educación Nacional, así como el Ministerio de Salud y Protección Social, quienes deben promocionar la salud mental y prevenir la presencia de posibles afecciones mentales, además, deben garantizar acciones complementarias en las diversas áreas que comprenden la vida de todas las personas incluida la educativa.

De acuerdo con lo anterior se reconoce la importancia de velar por la atención que se debe proporcionar frente a la salud mental, por ende, es muy importante que desde la psicología se garantice tal derecho, ya que, de lo contrario el bienestar de los estudiantes se puede ver afectado, es claro que las diferentes normativas no incluyen de manera exacta variables como la AA o EA, pero sí es posible inferir que claramente múltiples aspectos inciden en el desarrollo de enfermedades psicológicas, que en algunas situaciones podrían prevenirse siempre y cuando se atiendan tempranamente.

Como seres humanos y como seres biopsicosociales, resulta necesario atender las necesidades no solo desde lo físico, si no, también desde lo psicológico, para que exista una salud mental en óptimas condiciones, por lo tanto, la psicología como área de estudio perteneciente al ámbito de la salud cuenta con una gran tarea frente a un mejor desarrollo emocional, donde se fortalezcan las habilidades y competencias humanas para lograr estados más saludables.

Teniendo en cuenta la ley 1090 mediante la cual se rige el ejercicio profesional en Psicología el Congreso de Colombia (2006) estipula la existencia de algunas disposiciones generales frente a los principios de los psicólogos en Colombia, como la responsabilidad, en donde se hace mención a cerca de los altos estándares y el gran empeño dentro del servicio que se preste para hacer correctamente el ejercicio profesional, incluyendo el consentimiento informado, mediante el cual se informará a cerca de los objetivos y el procedimiento de lo que se lleve a cabo, en cuanto al principio de confidencialidad cabe destacar la obligación que compete al salvaguardar la información que proporcionen las personas teniendo en cuenta las limitaciones legales y así mismo propender por el bienestar, protegiendo la integridad y libertad que tienen al decidir si participan o no en diferentes procedimientos o investigaciones y posteriormente se proporcionará la información respecto a los resultados encontrados, puesto

que como parte de los derechos que tienen las personas, es conocer los hallazgos de acuerdo con el estudio investigativo.

3.5 Antecedentes investigativos

Para ampliar el conocimiento e información respecto al ejercicio investigativo, se realizó una búsqueda por diferentes fuentes de información de índole académico, entre estas se encuentran revistas, artículos, libros, tesis, entre otras, donde se destacan, Springer Link, Redalyc, Scielo, Findr, Dialnet, las cuales brindaron información pertinente sobre las variables de la investigación, AA y EA.

Autoeficacia académica. Borzone (2017) en el estudio sobre autoeficacia y vivencias académicas, realizada con estudiantes universitarios, buscó conocer cómo se relacionaban tales constructos, por lo cual, empleó una muestra de 405 estudiantes, que fueron escogidos a través de un muestreo no probabilístico, así mismo, utilizó la escala de autoeficacia en conductas académicas y el cuestionario de vivencias académicas, encontrando una relación directa entre la autoeficacia y las vivencias de esos estudiantes, además las variables del estudio, se relacionaron positivamente debido a que, se podría inferir que los estudiantes al tener ciertas estrategias y características basadas en la obtención del logro académico, suelen buscar el alcance de la excelencia académica.

En la investigación sobre el modelo que explica el desempeño académico desde la autoeficacia y los problemas de conducta realizado por los autores Castellanos et al. (2017) mencionan que los problemas de atención y concentración, pueden afectar la autoeficacia académica del estudiante, y por ende su desempeño académico. Así mismo, si se evidencian síntomas de ansiedad y depresión se podrían manifestar diferentes conductas que dificulten el desarrollo de las actividades escolares. Por lo tanto, se contó con la participación de 326 alumnos, y se implementó el youth self report, además, una escala de autoeficacia de unos autores que investigaron en este estudio. Se obtuvo como resultado más pertinente que la autoeficacia y el rendimiento académico puede verse influenciado por dificultades en la conducta.

Según Covarrubias et al. (2019) en su estudio analizaron cómo se relacionaba la autorregulación del aprendizaje y la autoeficacia general en cuanto a los propósitos académicos de los alumnos que hacen parte de la educación superior, teniendo como muestra no probabilística y por conveniencia, la participación de 231 estudiantes, entre la edad de 18 y 29 años, a quienes se les aplicó tres instrumentos de autoinforme, el primero dirigido a las metas

académicas, el segundo a las metas de esfuerzo social y el último a las metas de logro, teniendo como resultado que al hablar de metas académicas, la autoeficacia académica y la autorregulación del aprendizaje se relacionan de manera positiva, así mismo, en cuanto a la autorregulación del aprendizaje, los estudiantes que hacen uso del mismo, se orientan más a la obtención del aprendizaje que al rendimiento.

En cuanto a la autoeficacia académica y la inteligencia emocional como dimensiones concernientes al éxito académico de los estudiantes universitarios, una investigación realizada por los autores Delgado et al. (2019) tuvo como objetivo, analizar la AA e inteligencia emocional, en relación con los logros académicos que alcanzan alumnos universitarios. Por lo tanto, hicieron uso de la Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (EAPESA) y la Trait Meta Mood Scale (TMMS-24), contando con 573 participantes españoles matriculados en primer curso de los grados para ser maestros en educación infantil y primaria, donde encontraron que dichas dimensiones tienen relaciones significativas con el logro académico, así mismo, estudiantes con menor éxito escolar evidencian puntuaciones más bajas en inteligencia emocional y en creencias positivas.

En la investigación de tipo descriptivo, sobre la autoeficacia académica en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, realizada por Domínguez y Fernández (2019) se tuvo como objetivo conocer la prevalencia de baja autoeficacia académica en los estudiantes, explorando la equivalencia de la AA de acuerdo al sexo y nivel de estudio, por lo tanto, participaron 730 alumnos de psicología, alrededor de los 16 y 47 años de edad, así mismo, se evaluaron mediante la escala de autoeficacia percibida específica de situaciones académicas. Entre los resultados obtenidos, el sexo femenino tuvo niveles bajos de AA, a diferencia de los hombres y, por otro lado, se resalta que entre más años estudiados se eleva la cantidad de personas que evidencia una mayor AA. Sin embargo, se realizó una observación respecto a la investigación, sugiriendo realizar la investigación por carrera profesional, ya que cada una mantiene grados de exigencias diferentes.

Domínguez y Sánchez (2017) mencionan la importancia del estudio de estrategias cognitivas para la regulación emocional en el ámbito académico, en donde la autoeficacia académica puede influenciar en gran manera el uso de dichas estrategias por parte del estudiante, por lo tanto, participaron 150 estudiantes de psicología, en el Cognitive Emotional Regulation Questionnaire, obteniendo entre los resultados, que los estudiantes que tengan alta autoeficacia académica, implementaran o harán uso continuo de diferentes estrategias cognitivas, que permitan la regulación emocional, siendo de gran importancia la hora de prevenir riesgos, frente a conductas ansiosas.

En el estudio no probabilístico sobre la estructura factorial y confiabilidad de una escala de autoeficacia académica en estudiantes chilenos de Fonoaudiología, según Escobar y Pérez (2017) se evalúa la estructura factorial junto con la otra variable, en situaciones académicas evidenciadas por 282 estudiantes de Chile, la cual tuvo como resultados que, la autoeficacia es un indicador relevante frente al rendimiento académico o logros de los alumnos.

El autor Estrada (2020) realizó un estudio cuantitativo, que fue correlacional, no experimental sobre, autoeficacia y procrastinación en estudiantes que cursaban séptimo nivel de educación básica regular, para determinar la relación existente, hubo 239 participantes y se emplearon dos instrumentos, la escala de autoeficacia general y la escala de procrastinación académica, obteniendo varios resultados, siendo uno de los más relevantes, que la baja AA se relaciona con la alta tendencia a procrastinar, por lo tanto, los estudiantes al sentir confianza en sus habilidades, son más propensos a llevar a cabo sus responsabilidades académicas, sean estas fáciles o complejas, y así evitar las postergaciones.

Galleguillos y Olmedo (2017) mencionan que el estudio sobre autoeficacia académica y rendimiento escolar: un estudio metodológico y correlacional en estudiantes, tenía como propósito establecer una relación entre las creencias percibidas por los estudiantes de enseñanza básica y el desempeño académico, referente al 2015, contando con la participación de 802 estudiantes, en la aplicación de la escala de autoeficacia académica de los escolares, ACAES, y se obtuvo como resultado una correlación positiva y altos niveles de autoeficacia, lo que significa alto rendimiento académico.

Gebauer et al. (2020) en su investigación sobre determinantes de la autoeficacia académica en diferentes contextos de socialización: investigación de la relación entre la autoeficacia académica y sus fuentes en diferentes contextos, tuvieron como objetivo, examinar las cuatro fuentes de autoeficacia, conocidas como, experiencia de dominio, experiencia vicaria, persuasión verbal y social, y estado fisiológico; y cómo estas pueden predecir la autoeficacia académica a lo largo del tiempo. Para ello, se diferenciaron tres contextos, la familia, los compañeros y la escuela, por lo tanto, se realizó una diferenciación de dichas fuentes, en cada contexto mencionado, siendo estas medidas por medio de una escala de nuevo desarrollo, en la que participaron 1597 estudiantes de séptimo grado, y se obtuvo como resultado que en el contexto familiar, la persuasión verbal y social predijeron la autoeficacia; en el contexto escolar, la experiencia de dominio, la persuasión verbal y social, y el estado fisiológico influyeron en la autoeficacia académica.

En la investigación cuantitativa, correlacional y transversal de Autoeficacia académica, apoyo social académico, bienestar escolar y su relación con el rendimiento académico en

estudiantes universitarios, los autores González et al. (2020) tuvieron el objetivo de identificar la relación de dichas variables, así como la comparación de las mismas por sexo. La muestra fue de 304 participantes pertenecientes a licenciatura de una universidad de México, en donde 175 eran mujeres y 129 hombres, teniendo como resultado que la AA se correlaciona con todas las variables de la investigación, además de evidenciar que, en cuanto al sexo, hubo mayor desempeño académico y bienestar escolar por parte de las mujeres.

En cuanto a la investigación sobre la relación entre autoeficacia académica, rendimiento y sintomatología ansiosa y depresiva en adultos emergentes universitarios, los autores Gutiérrez y Landeros (2020) mencionan que se tuvo como objetivo conocer la autoeficacia académica además de la relación con las variables mencionadas, por lo tanto se aplicó una escala de autoeficacia en comportamientos académicos, el cuestionario de diagnóstico de los trastornos depresivos y un inventario de ansiedad, en donde participaron 114 estudiantes, entre los 17 y 30 años. Entre los hallazgos, se hizo énfasis sobre los estudiantes que al entrar a la universidad poseían baja autoeficacia, manifestaron tener bajo rendimiento académico y un alto nivel de ansiedad en su ingreso, aunque no se evidenció síntomas de depresión.

Grijalva et al. (2020) en la investigación sobre, la participación de los padres en los deberes de los estudiantes mexicanos de primaria: Su relación con la autoeficacia académica, el aprendizaje autorregulado y el rendimiento escolar, el objetivo fue analizar la relación entre los tipos de participación de los padres en las actividades escolares, el apoyo psicológico y el rendimiento académico en estudiantes de primaria, contando con la participación de 823 niños, en donde el 51% eran mujeres y el 49% eran hombres, entre un rango etario de 9 a 12 años. Su instrumento de medición fue un cuestionario tipo likert, el cual buscaba medir dos dimensiones de la implicación de los padres en los deberes, el apoyo a la autonomía y el control; así mismo, se adaptó la escala de autoeficacia para el aprendizaje autorregulado, y el desempeño académico se obtuvo mediante registros de los docentes. Finalmente encontraron que la crianza es de gran importancia a la hora de promover un desarrollo positivo en los estudiantes, en donde el apoyo a la autonomía, permite que los estudiantes adquieran conocimientos que pueden poner en práctica frente a diferentes situaciones académicas.

Hechenleitner et al. (2019) en su estudio sobre la autoeficacia académica en estudiantes de pregrados de la salud en Chile, hicieron una investigación cuantitativa, de tipo no experimental, transversal, descriptiva y correlacional, para analizar la escala sobre autoeficacia académica y un cuestionario sociodemográficos en 479 estudiantes de primer y segundo años, de diferentes facultades, teniendo como resultado que los estudiantes tienen comportamientos de tipo autónomo frente a las responsabilidades académicas, siendo participativo y empleando

habilidades que le permitan buscar soluciones y ser protagonista de su aprendizaje. De igual manera, se hace mención de que los diferentes estados emocionales, pueden influenciar al estudiante en su entorno académico.

El autor Hernández (2018) realizó un estudio cuantitativo, no experimental y transaccional, el cual, tuvo como propósito identificar la autoeficacia académica percibida y determinar el perfil sociodemográfico y académico de los estudiantes, así como su relación, contando con la participación de 182 estudiantes, entre la edad de 21 a los 23 años, se empleó un instrumento con escalamiento Likert, el cual tuvo como resultado, que la autoeficacia académica percibida por los estudiantes va relacionada con el interés y la motivación de estudiar una carrera universitaria que sea de su gusto, poseer una beca académica, el deseo de estudiar algo más después de culminar sus estudios, aspectos que van muy relacionado con el logro de cada estudiante.

Por otro lado, en la investigación de Jiang et al. (2021) nombrada, cómo la determinación influye en el rendimiento académico, el efecto de mediación de la autoeficacia académica y en las estrategias cognitivas de los estudiantes de secundaria, se tuvo como objetivo la exploración del cómo los estudiantes manifiestan sus conductas de aprendizaje y rendimiento académico, por lo tanto, participaron 3017 alumnos de China, pertenecientes al grado séptimo, a quienes se les aplicó un modelo multinivel, por medio de cuestionarios estandarizados, siendo estos presentados de manera anónima, así mismo, se logró tener acceso a los resultados gracias a la autorización de los docentes, ya que se necesitaba el consentimiento de los mismos, para ingresar a la base de datos. Teniendo como resultado que el rendimiento académico es afectado por las características personales, la motivación académica y los comportamientos de aprendizaje. Así mismo, se resalta que los estudiantes con mayor perseverancia en el esfuerzo, hacen uso de estrategias de aprendizaje cognitivas, con mayor frecuencia; la autoeficacia académica actúa como mediador entre la perseverancia y el uso de estrategias de aprendizaje.

López et al. (2020) en su investigación sobre autoeficacia y logro de aprendizaje en estudiantes con diferente estilo cognitivo en un ambiente m-learning, exploraron los efectos de andamiaje motivacional sobre las metas académicas y las propias percepciones académicas y en línea, participaron 56 estudiantes con diferentes estilos cognitivos en el aspecto Dependencia-Independencia de Campo (DIC), al aprender habilidades matemáticas en un ambiente m-learning. Dicha investigación tuvo un diseño cuasi experimental y para la determinación del estilo cognitivo de los estudiantes, se realizaron y aplicaron pruebas post test de autoeficacia. Teniendo como resultado que, el uso de andamiajes motivacionales favorece

tanto las metas académicas, como las creencias académicas positivas y la autoeficacia en línea de estudiantes con distintos estilos cognitivos, ya que por una parte el andamiaje facilita al estudiante respetar su ritmo de aprendizaje y sus diferencias individuales, de igual manera, respecto a la imposición de metas, monitoreo de la misma, para facilitar y permitir la obtención del logro o meta.

Por otro lado, Mohallem y Angeli (2018) hacen mención de que el objetivo de su investigación, un estudio correlacional, es evaluar las estrategias de aprendizaje y las creencias de autoeficacia de acuerdo al uso y establecer la relación de dichas variables. Emplearon la Escala de Estrategias de Aprendizaje para Estudiantes Universitarios (EEA-U) y la Escala de Autoeficacia en la Formación Universitaria (AEFS). Participaron 109 estudiantes de diferentes facultades, y se obtuvo como resultado que los estudiantes que suelen emplear o hacer uso más frecuente de las estrategias de aprendizaje, suelen tener una alta autoeficacia.

Narvaez et al. (2018) mediante investigación de tipo cuantitativa, no experimental de corte transeccional y correlacional, buscan en su estudio analizar la relación existentes entre la percepción de autoeficacia académica y el ajuste académico, tomando cómo muestra a 192 estudiantes de primer y segundo semestre, empleando el cuestionario de vida universitaria adaptado por uno de los autores que se investigaron en dicho estudio, obteniendo como resultado que los estudiantes al desarrollar de manera adecuada la autoeficacia, van a presentar una base psicológica que les permita adaptarse a las exigencias académicas y así, desenvolverse en el entorno académico, haciendo uso de sus capacidades.

Según Ramudo et al., (2017) en su estudio tuvieron como objetivo explicar tanto las relaciones e influencia de los enfoques como las creencias positivas en el desempeño académico, por medio de un análisis de regresión lineal múltiple, en donde se hizo uso de la Escala de Valoración de la Autoeficacia (EVA) y un sistema integrado de evaluación sobre atribuciones causales y procesos de aprendizaje (SIACEPA). Teniendo cómo participantes 1505 alumnos de bachillerato. Entre los resultados obtenidos, la autoeficacia académica en relación con enfoques de orientación al significado posee una capacidad predictiva positiva, así mismo, se evidenció la relevancia de percepción académica positiva, en la explicación del desempeño académico.

En la investigación cuantitativa, no experimental y transversal realizada por Rosales (2020) se tuvo como objetivo la determinación del nivel de autoeficacia académica percibida, e identificación de la relación existente entre dicha autoeficacia y el rendimiento académico, por medio del inventario de expectativas de autoeficacia académica (IEAA) y contando con una muestra de 391 estudiantes entre la edad de 18 y 33 años, quienes se encontraban cursando

entre primero y octavo semestre. Se tuvo como resultado, entre otros, que la autoeficacia es una gran predictor en situaciones académicas y así mismo, respecto a la relación que se buscaba identificar, fue positiva.

Usán et al. (2018) tuvieron como objetivo analizar la relación entre burnout, engagement y autoeficacia académica, contando con la participación de 1756 estudiantes, en diferentes instrumentos llevados a cabo en dicha investigación, como, Maslach burnout inventory– Student Survey (MBI-SS), la Utrecht Work Engagement Scale Student (UWES-S) y la Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (EAPESA). En donde se obtuvieron resultados positivos en cuanto a la correlación entre autoeficacia académica, burnout y engagement, así mismo, la autoeficacia académica se relaciona negativamente con la extenuación física y emocional.

Valdés et al. (2018) mencionan en su investigación sobre diferencias en autoeficacia académica, bienestar psicológico y motivación al logro en estudiantes, que se propuso determinar dichas diferencias, por medio de una muestra de 495 estudiantes, quienes participaron en una prueba de regresión, un instrumento conformado por 27 ítems que midieron los mismos aspectos de la investigación, así, como la implementación de una escala de autoeficacia, perteneciente a uno de los autores investigados en su estudio. Teniendo como resultado una asociación positiva entre autoeficacia académica y la motivación al logro, siendo estas aquellas que favorecen a los estudiantes a obtener el logro académico. Por lo tanto, los estudiantes con alto desempeño, presentan un nivel alto de autoeficacia académica.

Valle et al. (2020) en su investigación se tuvo como objetivo, identificar perfiles motivacionales de alumnos universitarios, para evaluar la relación entre satisfacción y autoeficacia académica. Por medio de tres escalas que evaluaron la motivación académica, la satisfacción académica y la autoeficacia académica, contando con la participación de 437 estudiantes, entre los 18 y 31 años, escogidos por medio de un muestreo no probabilístico. Teniendo como resultado, que los perfiles motivacionales influyen en el grado de satisfacción académica que perciben los estudiantes, lo que podría afectar el logro de la meta de aprendizaje, ya que los estudiantes dependiendo de su interés hacia cierta tarea, van a tener motivación y por ende van o no a esforzarse en la misma.

En la investigación sobre la comprobación del efecto de interacción de tres vías en cuanto al estrés académico, la autoeficacia académica y el valor de la tarea sobre la persistencia en el aprendizaje de los estudiantes universitarios coreanos, You (2018) menciona que la persistencia es un indicador muy importante en el éxito académico de la educación superior. De igual manera, se hace mención del estrés académico y cómo este influye en la motivación

y los diferentes comportamientos frente al aprendizaje de los estudiantes. Por lo tanto, en su investigación eligió el estrés, la autoeficacia académica y el valor de la tarea como predictores de la persistencia en el aprendizaje. Tomando una muestra de 483 estudiantes, empleando un análisis de regresión múltiple, incluyendo una encuesta en un curso optativo con múltiples sesiones y una escala de likert. Teniendo como resultado, que los estudiantes que poseen motivación se vieron menos afectados por aspectos estresantes, así mismo, los estudiantes que perciben un alto valor en la tarea y una alta autoeficacia académica, manifestaron tener un alto nivel de persistencia en el aprendizaje. De igual manera, al no percibir una tarea como valiosa, la persistencia en el aprendizaje disminuye y, por lo tanto, el estrés académico, aumentaba.

Estrategias de afrontamiento. Los investigadores Broche et al. (2020) proponen un estudio al que designan, consecuencias psicológicas y el aislamiento social durante la COVID - 19, plantean analizar la evidencia a su alcance sobre el impacto desfavorable en la salud mental, debido a el aislamiento, hicieron una revisión bibliográfica y documental utilizando diferentes bases de datos, teniendo en cuenta la información recopilada mencionan que se deben mantener acciones para informar, retroalimentar, brindar los suministros necesarios y proporcionar estrategias de afrontamiento para disminuir los efectos por el periodo de encierro preventivo.

Echeburúa y Amor (2019) en su investigación memoria traumática: estrategias de afrontamiento adaptativo e inadaptativas, el objetivo fue analizar el procesamiento de la información derivada de recuerdos traumáticos, así como, describir estrategias de afrontamiento adaptativas e inadaptativas que emplean las personas para enfrentar los sucesos traumáticos, esta investigación fue de carácter descriptivo y en las conclusiones fue posible identificar que algunas actitudes como el perdón y el olvido activo hacen más fácil el proceso emocional frente a las vivencias traumáticas.

Según Flórez et al. (2020) proponen un estudio sobre, niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento, para indagar niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento utilizadas por los universitarios que han sido víctimas del conflicto armado en Colombia, aplicaron la escala de resiliencia de Walgnild y Young, además de, la escala coping modificada, donde los resultados muestran que las estrategias de afrontamiento con mayor uso son la religión, la solución de problemas y reevaluación positiva, apoyo social y evitación emocional.

La investigación, afrontamiento y regulación emocional, realizado por González et al. (2017) tuvo como objetivo identificar perfiles de regulación emocional y comprobación para saber si se diferenciaban con el uso de estrategias de afrontamiento, los participantes fueron 487 alumnos de fisioterapia, emplearon escala dificultades en la regulación emocional y la

escala de estrategias de afrontamiento del cuestionario de estrés académico, finalmente hallaron diferencias importantes en el uso de las EA entre los perfiles de regulación emocional.

Según los autores Iglesias et al. (2018) investigaron sobre un programa para mejorar el afrontamiento del estrés de los estudiantes los adolescentes y los no docentes, este trabajo tuvo como objetivo el mejoramiento del afrontamiento incluyendo técnicas de relajación, reestructuración a nivel cognitivo y manejo de la temporalidad, con la intención de conocer si funcionaba y era importante un programa para el manejo del estrés, tomaron una muestra de 62 personas, se emplearon escalas como la STAI estado- rasgo y la escala de sucesos vitales estresantes y se utilizaron mediciones de cortisol en el cabello y nivel de ansiedad, los hallazgos indican que los programas de entrenamiento resultan ser eficaces, puesto que, al finalizar el estudio los valores de cortisol en el cabello y los de ansiedad bajaron considerablemente.

Los autores Lemos et al. (2018), abordaron la investigación, estrés y salud mental con el propósito de caracterizar niveles de estrés, salud mental y asociación con variables psicológicas, fisiológicas y de educación en 217 estudiantes, a los cuales se les aplicó un cuestionario de estrés percibido, cuestionario de salud para depresión, cuestionario de ansiedad generalizado, cuestionario de apoyo social y cuestionario de estrategias de afrontamiento modificado, se encontraron altos niveles de estrés, depresión y ansiedad, por lo tanto sugieren programas para realizar actividades extracurriculares y mejorar el afrontamiento ante el estrés.

Los autores Martínez et al. (2017) plantearon una investigación sobre, estrategias de afrontamiento familiar y repercusiones en la salud familiar, para conocer las estrategias de afrontamiento y la relación respecto a la salud familiar, seleccionaron 23 estudios en donde, se encontró que los sucesos estresantes pueden alterar el equilibrio y por eso es importante que la familia tenga EA.

Martínez et al. (2019) investigaron el género y las estrategias de afrontamiento en relación con el bienestar y el desempeño académico, analizando el uso de las EA teniendo en cuenta la perspectiva de sexo e investigaron el efecto de las EA en el bienestar psicológico y éxito académico a 767 estudiantes de educación superior, emplearon el inventario breve de COPE, entre otras escalas para medir algunos aspectos académicos, los resultados revelan que algunas estrategias de afrontamiento difieren en cuanto al sexo, ya que, las chicas presentan un nivel más alto respecto a la búsqueda de apoyo y los chicos presentan un mayor afrontamiento centrado en el significado.

El estudio sobre afrontamiento del estrés, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional, según Morales (2017) tuvo como objetivo analizar las relaciones entre las variables a investigar, para ello participaron 154 estudiantes, donde se pudo encontrar que

los que cuentan con estrategias productivas de afrontamiento obtienen una puntuación mayor en las demás variables.

En la investigación sobre estrategias de afrontamiento el autor Morales (2018) propuso como objetivo examinar las EA empleadas por 169 participantes, utilizando la forma general de una escala validada para población española en donde obtuvo como resultado que las EA más utilizadas por los estudiantes de educación superior son las centradas en la solución del problema, seguidas por las EA centradas en la emoción.

En la investigación sobre estrés y EA en estudiantes de nivel superior, fue de tipo transversal, descriptiva y analítica, evaluaron la frecuencia e intensidad del estrés y las estrategias que emplean para afrontar a 158 estudiantes, a partir del cuestionario SISCO del estrés académico, el cuestionario de afrontamiento del estrés y un cuestionario de datos sociodemográficos, según los hallazgos obtenidos, el estrés presenta una prevalencia muy alta y uno de los factores de mayor incidencia en la sobrecarga de tareas, en cuanto a las EA la búsqueda de apoyo social fue una de las utilizadas seguida por la habilidad asertiva y la expresión emocional abierta es de la que se emplea en menor medida (Peña et al., 2017).

La investigación sobre apoyo social, estrategias de afrontamiento, factores clínicos y sociodemográficos, tenía como propósito describir las relaciones entre los aspectos sociodemográficos y clínicos, al igual que en el apoyo social percibido y las estrategias de afrontamiento a 82 pacientes oncológicos, para ello, emplearon la escala de estrategias de coping modificada y el cuestionario MOS para apoyo social, finalmente hallaron que las dimensiones sociodemográficas y clínicas tienen relación con la percepción de apoyo social y las EA en ese tipo de pacientes (Pérez et al., 2017).

En el artículo propuesto por los autores Guadarrama et al. (2019) establecieron con el objetivo de su trabajo una comparación entre los estilos y las estrategias de afrontamiento de acuerdo al sexo, la escala que se utilizó fue la de afrontamiento para adolescentes, en donde pudieron obtener como resultado que los estilos con respecto a hombres y mujeres son distintos, reconociendo que las maneras de afrontar los problemas guardan relación con las vivencias pasadas, además de que el afrontamiento como un modo de autorregulación hace visible las diferencias en el manejo respecto al sexo.

El estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés fue propuesto por Piergiovanni y Depaula (2018), analizaron las relaciones entre autoeficacia y EA al estrés en una muestra de 126 estudiantes universitarios, empleando un cuestionario sociodemográfico, la escala de autoeficacia general y el cuestionario de estrategias de

afrontamiento al estrés, donde los hallazgos mostraron que existe mayor autoeficacia en los hombres a diferencia de las mujeres y ellas afrontan el estrés buscando apoyo social.

Teniendo en cuenta el artículo sobre inteligencia emocional percibida y afrontamiento del estrés, el propósito fue investigar la influencia entre las variables mencionadas anteriormente, para ello, extrajeron una muestra de 50 personas a través de una evaluación ecológica momentánea, utilizando diferentes escalas incluida la de COPE, evaluando así cuatro tipos de afrontamiento, finalmente, encontraron que quienes tienen alta claridad emocional hicieron uso de EA centradas en el problema, la aceptación de las emociones y usan menos el rechazo, por lo tanto hacen una mención importante sobre cómo la inteligencia emocional puede favorecer las personas, promoviendo el afrontamiento respecto a las situaciones estresantes (Puigbó et al., 2019).

Restrepo, Amador y Castañeda (2020) plantearon una investigación donde analizaron el estrés académico, identificando situaciones o condiciones del ambiente, reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, conociendo las estrategias de afrontamiento que más emplean los alumnos universitarios, para ello tomaron 450 participantes e hicieron uso del inventario SISCO del estrés académico, lo que pudieron encontrar fue que, la sobrecarga académica era uno de los ítems con mayor porcentaje, en cuanto a las reacciones físicas y tema relevante fue la inquietud, para las reacciones psicológicas el ítem que se destacó fue la mayor necesidad de dormir y para las EA la comunicación asertiva fue la estrategia con mayor porcentaje.

Del mismo modo, Rodríguez et al. (2020) investigaron, estrés académico y las EA en 398 estudiantes universitarios de Santiago de Chile, a través del cuestionario de estrés académico modificado y la escala de afrontamiento del estrés académico, los resultados apuntaban que la situación de estrés estaba relacionada con la sobrecarga académica, sin embargo, algunos indicaron el uso de algunas EA principales como la reevaluación positiva y la búsqueda de apoyo.

El estudio sobre EA de estrés y felicidad en escolares, propuso una descripción de las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes frente a eventos estresantes y la repercusión en la felicidad subjetiva, 1402 estudiantes fueron evaluados y los resultados permiten reconocer que los hombres emplean más las estrategias de tipo no productivo y las mujeres buscan apoyarse socialmente, además, se pudo percibir que la felicidad aumenta para quienes utilizan el afrontamiento (Salavera & Usán, 2017).

La investigación acerca de las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico, tenía como objetivo la identificación de la relación entre EA y bienestar psicológico, para ello

participaron 104 adolescentes a quienes les aplicaron la escala de afrontamiento para adolescentes y el cuestionario de bienestar psicológico, por último encontraron una relación importante entre las dimensiones investigadas, reconociendo que aquellos adolescentes que más utilizan las EA para la resolución de problemas y la búsqueda de apoyo presentan un bienestar psicológico más elevado (Uribe et al., 2018).

La investigación sobre afrontamiento y factores de personalidad realizada en adolescentes, se propone averiguar acerca de los factores que pueden favorecer la resiliencia, teniendo en cuenta predictores, estilos de afrontamiento y factores de personalidad, para ello participaron 1078 estudiantes y se emplearon análisis de rutas con variables latentes, por ende, los resultados arrojaron que, la resiliencia depende de los estilos o EA (Villasana et al., 2017).

En el trabajo sobre resiliencia, optimismo y estrategias de afrontamiento, analizaron dichas variables, a través de la aplicación de una escala de resiliencia, un test de optimismo y la escala de afrontamiento activo del inventario de estrategias de afrontamiento, los cuales fueron aplicados a 450 alumnos, los hallazgos mostraron diferencias de género en los puntajes respecto a la resiliencia, el optimismo y algunas EA, además, se encontró que ser optimista y emplear la EA centrada en la resolución de problemas puede predecir en los alumnos la capacidad de ser resilientes (Vizoso, 2019).

Según Victorino et al. (2019) en el estudio realizado sobre EA familiares y prevalencia frente al consumo de alcohol en jóvenes de secundaria, plantean una determinación de las estrategias de afrontamiento y la prevalencia del consumo de alcohol, para ello utilizaron un cuestionario de afrontamiento familiar para analizar estrategias de afrontamiento respecto a la familia, estudiaron el apoyo social de amigos y vecinos, al igual que estrategias para resolver problemas, apoyo espiritual e inclinación para pedir ayuda, los resultados muestran que existe relación entre las EA familiares y la prevalencia del consumo de bebidas embriagantes puesto que, a menores estrategias de afrontamiento entendidas como el apoyo que puedan recibir los adolescentes, será menor la edad de inicio frente al consumo de bebidas alcohólicas. Teniendo en cuenta la revisión bibliográfica sobre los antecedentes investigativos, respecto al tema de EA, es importante mencionar que todos los hallazgos hacen énfasis en la importancia respecto al uso de tales dimensiones que permitan afrontar situaciones que demanden grandes esfuerzos para las personas, ya que se reconoce que en presencia de las estrategias, se favorece el desarrollo emocional y la salud tanto física como mental, lo cual posibilita que las personas puedan enfrentar de una manera positiva las situaciones estresantes.

4. Método

4.1 Diseño

Esta investigación es cuantitativa de tipo transeccional, lo cual indica que los datos son recolectados en un sólo momento. Es de alcance correlacional, por lo que se hace necesario contrastar hipótesis e indagar la incidencia de las variables para explicarlas y conocer si existe relación entre las mismas. Además, es no experimental porque no se pretende manipular ninguna de las variables (Hernández et al., 2014).

4.2 Participantes

Criterios de inclusión. Los participantes son estudiantes mayores de edad, con matrícula activa en cualquier pregrado de alguna universidad de la ciudad de Villavicencio.

En cuanto a la selección de estos, se usó un muestreo no probabilístico por conveniencia, en el cual no se tuvo ninguna especificación o característica de la población que debía ser elegida.

Criterios de exclusión. Estudiantes menores de edad y personas con algún diagnóstico o trastorno mental.

Caracterización de la muestra. Respecto a las características de la población evaluada, participaron 145 personas, las cuales eran estudiantes con matrícula activa en pregrado de algunas de las instituciones universitarias de la ciudad de Villavicencio.

4.3 Instrumentos

Escala de Autoeficacia de los Escolares (ACAES). Esta escala, consta de 3 dimensiones, siendo estas, confianza en el rendimiento de la tarea, esfuerzo en la realización de la tarea y comprensión de la tarea; así mismo, cuenta con 18 indicadores, los cuales pueden ser contestados, mediante 5 respuestas tipo likert, cada una con un valor diferente, estas son, nunca puedo (1), casi nunca puedo (2), no sé qué responder (3), casi siempre puedo (4), siempre (5).

Las dimensiones con sus respectivos indicadores son.

Confianza en el desempeño de la tarea. Los enunciados 1, 2, 4, 5, 6, 14, 15,16.

Esfuerzo en la realización de la tarea. Los enunciados 7, 8, 10, 11, 12,18.

Comprensión de la tarea. Los enunciados 3, 9, 13,17.

En cuanto a su validez, la escala presenta un índice de Alfa de Cronbach de 0,92. Esta prueba fue validada en una muestra latinoamericana. Por lo tanto, dicho instrumento puede ser utilizado para la obtención de resultados congruentes (Galleguillos, 2017).

Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M). Está conformada por 69 ítems, los cuales fueron reagrupados en 12 factores, las respuestas son de tipo Likert con una frecuencia que va de 1, es decir, Nunca, hasta 6, o sea Siempre.

Los factores son.

Solución de problemas. Los ítems son 10, 17, 19, 26, 28, 37, 39, 51, 68.

Apoyo social. Los ítems son 6, 14, 23, 24, 34, 47, 57.

Espera. Los ítems son 9, 18, 27, 29, 38, 40, 50, 60, 69.

Religión. Los ítems son 8, 16, 25, 36, 49, 59, 67.

Evitación emocional. Los ítems son 11, 20, 21, 30, 41, 43, 53, 62.

Búsqueda de apoyo profesional. Los ítems son 7, 15, 35, 48, 58.

Reacción agresiva. Los ítems son 4, 12, 22, 33, 44.

Evitación cognitiva. Los ítems son 31, 32, 42, 54, 63.

Expresión de la dificultad de afrontamiento. Los ítems son 5, 13, 46, 56, 64.

Reevaluación positiva. Los ítems son 45, 52, 55, 61.

Negación. Los ítems son 1, 2, 3.

Autonomía. Los ítems son 65, 66.

Respecto a la consistencia interna de la prueba, los 12 factores le permitieron obtener un alfa de cronbach de 0,85 y respecto a la aplicación del instrumento esta prueba fue validada en una muestra colombiana, indicando una adaptación cultural (Londoño et al., 2006).

4.4 Procedimiento

Fase 1. Para llevar a cabo esta investigación, se procedió a brindar información por medio de voz a voz, comunicando a los alumnos de diferentes universidades en la ciudad Villavicencio, la finalidad sobre dicha investigación, solicitando amablemente que transmitieran la información recibida a sus compañeros, con el fin de facilitar una convocatoria abierta, en donde las personas interesadas, pudieran ser partícipes, y asimismo, abarcar a una población de universitarios más amplia.

Fase 2. Una vez que las personas accedían a participar se procedió a brindar información aún detallada, haciendo énfasis en el diligenciamiento del consentimiento, así como la clarificación de dudas respecto al mismo, explicación de los objetivos, propósitos e instrumentos a utilizar en la investigación.

Fase 3. Una vez se obtuvo la información de los instrumentos se procedió a realizar el análisis o ponderación de los datos, inicialmente se hizo un análisis estadístico descriptivo para ver la frecuencia, media, moda y mediana de los datos, posteriormente se aplicó una prueba de normalidad y se hizo un análisis de correlación.

Fase 4. Finalmente, se hizo la devolución de resultados a cada uno de los participantes a través de los correos electrónicos, tal como se había estipulado en el consentimiento informado, se realizó un informe general donde se encuentran los hallazgos más significativos y conclusiones con respecto al ejercicio investigativo.

5. Consideraciones éticas

Este estudio fue realizado mediante lineamientos y consideraciones propuestos por la Ley 1090 sobre el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones establecidas según el Congreso de Colombia (2006) mediante la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, haciendo mención respecto a diferentes principios importantes de considerar, como, el respeto a la autonomía, en cuanto a la participación de los estudiantes, ya que estos tienen la opción de ser parte de la investigación de manera voluntaria, sin ningún tipo de obligación, debido a que son ellos los que toman la decisión de rechazar o aceptar.

En cuanto a la Ley estatutaria 1581 sobre las disposiciones generales para la protección de datos de acuerdo con el Congreso de Colombia (2012) se ratifica el compromiso frente al tratamiento de los datos que otorguen los participantes de la investigación, por medio del diligenciamiento del consentimiento informado se hace explícito el objetivo y propósito de la investigación, así como, la protección de los datos recolectados, los cuales no serán divulgados, y en caso de que el estudiante informe que le gustaría tener acceso a sus resultados, estos se le serán otorgados sin ningún inconveniente. De igual manera, se hace énfasis en que dicho ejercicio no tiene repercusiones en sus participantes y no tendrá ningún efecto negativo que perjudique o afecte a los mismos.

En concordancia con los lineamientos exigidos y además del interés por llevar a cabo prácticas científicas adecuadas, en relación con lo descrito a través de la Política de ética, bioética e integridad científica (Colciencias, 2017), los participantes no se verán sometidos a ninguna prueba de selección para acceder al estudio en cuanto cumplan con los criterios de inclusión que fueron establecidos y tendrán la misma oportunidad de participar, no se llevará a cabo ningún tipo de caracterización y no se tendrá, ni se aceptara ningún tipo de discriminación, respetando las creencias o intereses de cada persona. Es relevante mencionar que, si el participante llega a tener dudas en el transcurso de la investigación, las personas a cargo de la misma, están en la obligación de clarificar dichos cuestionamientos, así mismo, si alguno de los estudiantes toma la decisión de no continuar o seguir participando, están en el derecho de abandonar la investigación, siempre y cuando sea comunicado.

Teniendo en cuenta la Resolución 8430 mediante la cual se han instaurado las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud (Ministerio de Salud, 1993) el riesgo dentro de un estudio representa la posibilidad que tiene una persona de sufrir algún perjuicio frente a la investigación, por ende, el artículo 11 especifica que las investigaciones pueden clasificarse en diferentes categorías respecto al nivel de exposición que se pueda

presentar. De acuerdo con lo mencionado anteriormente es posible afirmar que el estudio a desarrollar se identifica como una investigación con riesgo muy bajo, puesto que, mediante este ejercicio se emplearán cuestionarios o escalas, pero no implicarán una manipulación intencionada de aspectos fisiológicos o psicológicos que puedan afectar la salud o la conducta de quienes participen.

Resultados

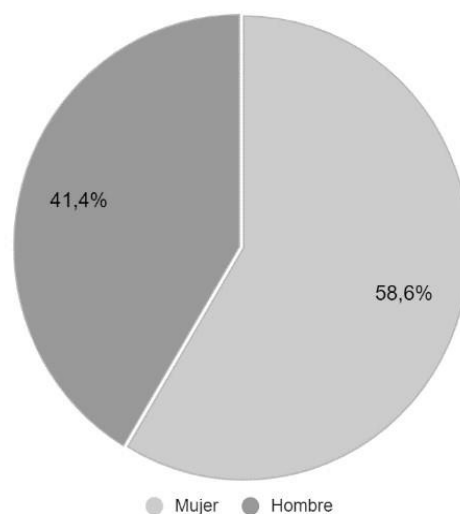
Análisis descriptivos

En la investigación se contó con la participación de 165 estudiantes, de los cuales 20 de ellos no fueron tenidos en cuenta, debido a que no cumplían con los criterios de inclusión, por ende, el análisis de datos fue realizado sólo a 145 de los participantes.

De los 145 estudiantes, se obtuvo un 58,6% de participantes del sexo femenino para un total de 88 mujeres y un 41,4% del sexo masculino que representa un valor de 57 hombres, véase la figura 1, para identificar dichos datos.

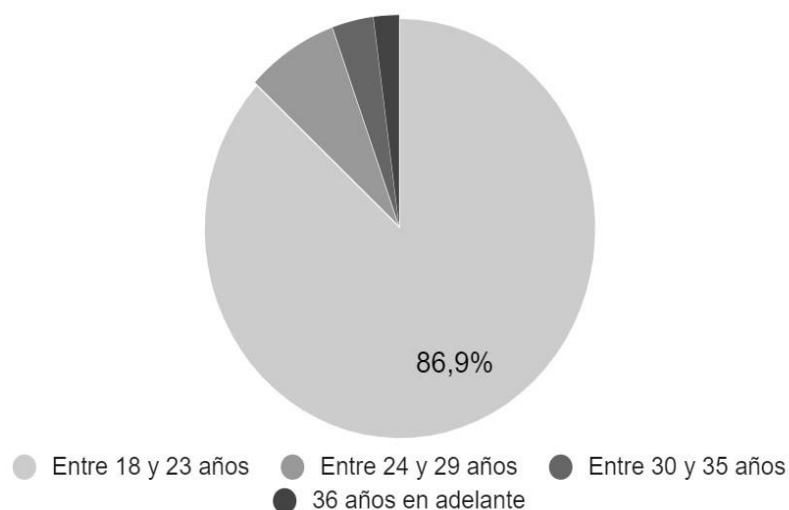
Figura 1.

Sexo

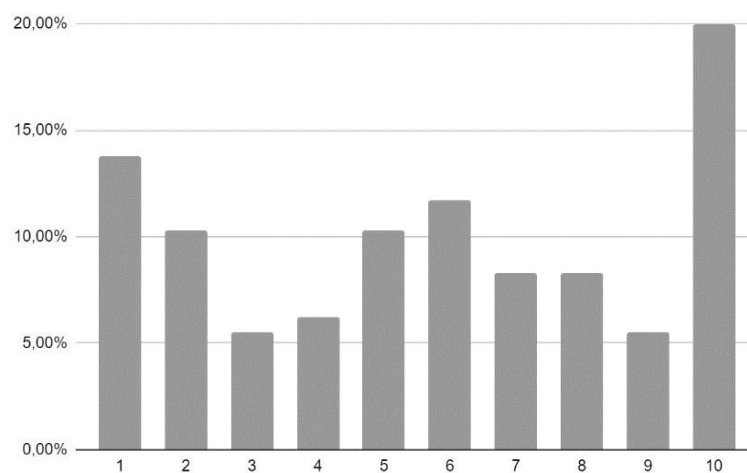


Nota. Representación gráfica de los porcentajes con respecto a la participación de hombres y mujeres.

Respecto a la edad de la muestra, este dato arroja que el 86,9%, es decir, 126 sujetos, se encontraban dentro de un rango de edad entre los 18 a los 23 años (figura 2); y en cuanto a los semestres, se evidencio que, el que tuvo mayor participación fue décimo nivel con un porcentaje de 20% equivalente a 29 de los participantes, tal como se evidencia en la figura 3.

Figura 2. Rangos de edades

Nota. Se establecieron 4 rangos de edad y el que prevaleció fue de 18 a 23 años de edad.

Figura 3.
Semestres académicos

Nota. Se obtuvo una participación de todos los semestres, pero tanto décimo como primero, fueron los niveles académicos con mayor prevalencia.

Los análisis descriptivos de las variables, fueron realizados teniendo en cuenta cada uno de los factores o componentes, pertenecientes a estas, teniendo en total tres factores dentro de AA, y doce en EA.

Según la tabla 1, en donde se evidencian las frecuencias de las variables del presente estudio, se podría decir que los tres factores de AA se encuentran por encima de la media, indicando que la amplitud de actividades que el estudiante cree capaz de realizar, está fuertemente relacionado con las creencias en sus capacidades a la hora de realizar una tarea,

teniendo como resultado la determinación en el cumplimiento de las responsabilidades académicas, además, manifiestan que esforzarse es de gran pertinencia a la hora de realizar actividades, puesto que, conlleva ejecutar una serie de acciones que les facilite entender, comprender y finalmente entregar la actividad o tarea académica, lo cual deja en evidencia la convicción respecto a las capacidades y creencias de las mismas para desempeñarse en un dominio específico.

En relación a las EA, se encontró que las estrategias de espera, evitación emocional, búsqueda de apoyo profesional, reacción agresiva, evitación cognitiva, reevaluación positiva, negación y autonomía, se encuentran por encima de la media, lo cual podría indicar que los estudiantes tienen una fuerte convicción con relación a pensar de modo positivo, tienden a inhibir sus emociones debido a la posible valoración negativa o desaprobación del medio en caso de expresarse emocionalmente, consideran obtener información o ayuda de personal experto como alternativa o recurso social para encontrar posibles soluciones, suelen expresar el enojo hacia ellos mismos o hacia otros como una forma de disminuir el malestar emocional, pueden neutralizar fuertemente sus pensamientos sobre el problema y se orientan a pensar en otro tipo de cosas o hacer diferentes actividades, favorecen la existencia de pensamientos positivos y lo que se puede llegar a aprender de una determinada situación, ejercen sus esfuerzos para evitar la existencia de un problema, crean distancia con cualquier aspecto relacionado a la situación para soportar los posibles síntomas emocionales, y actúan de manera autosuficiente para resolver el problema, sin contar con otro tipo de apoyo social.

En cuanto a los factores relacionados a las EA que se encontraron por debajo de la media se encuentran las estrategias de solución de problemas, búsqueda de apoyo social, religión y expresión de la dificultad de afrontamiento, a partir de ello, se reconoce que los alumnos universitarios que fueron evaluados, en ocasiones no suelen orientarse a examinar o resolver situaciones complejas a través de recursos cognitivos, a considerar el soporte proveniente de amigos o familia para hacer frente a situaciones problemáticas, además, se infiere que no estiman la oración o la creencia en Dios como una forma de enfrentar los problemas y por último se pone en evidencia una dificultad al manifestar los inconvenientes y las emociones para enfrentar un problema.

Tabla 1.*Frecuencias.*

Variabes	Media	Mediana	Desviación	Mínimo	Máximo
AA= F1	32,61	33,00	3,352	22	40
AA= F2	22,78	24,00	3,629	12	30
AA= F3	15,28	16,00	2,020	9	20
EA= 1SP	33,41	33,00	8,043	15	54
EA= 2BAS	22,06	21,00	8,119	7	42
EA= 3ESP	25,94	26,00	8,383	11	50
EA= 4REL	20,21	20,00	8,116	7	42
EA= 5EE	28,53	27,00	7,411	10	48
EA= 6BAP	11,19	10,00	5,975	5	30
EA= 7RA	13,35	12,00	5,538	5	30
EA= 8EC	17,68	17,00	4,376	10	30
EA= 9RP	18,79	18,00	4,997	9	30
EA= 10EDA	12,57	12,00	3,774	5	29
EA= 11NEG	10,70	10,00	3,051	4	18
EA= 12AUT	6,90	6,00	2,337	2	16

Nota. Frecuencias estadísticas sobre los factores de las variables AA (autoeficacia académica) y EA (estrategias de afrontamiento), F1(Confianza en el desempeño de la tarea), F2 (Esfuerzo en la realización de la tarea), F3 Comprensión de la tarea), 1SP (Solución de problemas), 2BAS (Búsqueda de apoyo social), 3ESP (Espera), 4REL (Religión), 5EE (Evitación emocional), 6BAP (Búsqueda de apoyo profesional), 7RA (Reacción agresiva), 8EC (Evitación cognitiva), 9 RP (Reevaluación positiva), 10EDA (Expresión de la dificultad de afrontamiento), 11NEG (Negación) y 12AUT (Autonomía).

Por otro lado, se aplicó la prueba de kolmogorov smirnov para evaluar la distribución normal de los datos, encontrando que la mayoría de los factores no contaban con una distribución normal, así que, teniendo en cuenta el objetivo general de la investigación se realizó un análisis de correlación con la prueba Spearman para datos no paramétricos.

Análisis de relación entre factores de las variables

Al realizar el análisis correlacional de los factores pertenecientes a las variables de la investigación, se optó por un valor $p.$, 0.05 , es decir, de significancia evidenciada entre dichos

factores, donde al ser superior de 0.05, indica que la correlación no es estadísticamente significativa, caso contrario, cuando el valor es inferior a 0.05, ya que evidencia una relación significativa, la cual puede ser positiva cuando al aumentar uno de los valores, el otro también lo haga; o puede ser negativa cuando al aumentar uno de los valores, el otro disminuye.

Tabla 2.*Relación entre factores de las variables.*

Variables		AA= F1	AA= F2	AA= F3
EA= 1SP	Coeficiente de correlación	,460**	,299**	,329**
	Sig. (bilateral)	0,000	0,000	0,000
EA= 2BAS	Coeficiente de correlación	0,135	,234**	0,103
	Sig. (bilateral)	0,106	0,005	0,218
EA= 3ESP	Coeficiente de correlación	-0,068	-0,002	0,014
	Sig. (bilateral)	0,413	0,983	0,869
EA= 4REL	Coeficiente de correlación	0,103	0,138	0,144
	Sig. (bilateral)	0,216	0,099	0,083
EA= 5EE	Coeficiente de correlación	-0,122	-,176*	-0,079
	Sig. (bilateral)	0,143	0,035	0,345
EA=6BAP	Coeficiente de correlación	0,119	,269**	,342**
	Sig. (bilateral)	0,152	0,001	0,000
EA= 7RA	Coeficiente de correlación	-0,082	-0,028	-0,001
	Sig. (bilateral)	0,328	0,741	0,988
EA=8EC	Coeficiente de correlación	0,102	0,061	0,058
	Sig. (bilateral)	0,223	0,469	0,488
EA= 9RP	Coeficiente de correlación	,361**	,246**	,281**
	Sig. (bilateral)	0,000	0,003	0,001
EA=10EDA	Coeficiente de correlación	-0,162	-0,105	-0,084
	Sig. (bilateral)	0,052	0,208	0,315
EA= 11NEG	Coeficiente de correlación	,175*	,164*	,216**
	Sig. (bilateral)	0,036	0,048	0,009
EA= 12 AUT	Coeficiente de correlación	0,045	-0,062	0,009
	Sig. (bilateral)	0,590	0,462	0,910

Nota. ** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral). * La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral). Frecuencias estadísticas sobre los factores de las variables AA (autoeficacia académica) y EA (estrategias de afrontamiento), F1(Confianza en el desempeño de la tarea), F2 (Esfuerzo en la realización de la tarea), F3 Comprensión de la tarea), 1SP (Solución de problemas), 2BAS (Búsqueda de apoyo social), 3ESP (Espera), 4REL (Religión), 5EE (Evitación emocional), 6BAP (Búsqueda de apoyo profesional), 7RA (Reacción agresiva), 8EC (Evitación cognitiva), 9 RP (Reevaluación positiva), 10EDA (Expresión de la dificultad de afrontamiento), 11NEG (Negación) y 12AUT (Autonomía).

Teniendo en cuenta los resultados de la tabla 2, se encontró que sólo existe relación estadísticamente significativa, aunque baja entre el factor 1 de AA y solución de problemas (p .,001), reevaluación positiva (p .,001) y negación (p .,036).

En cuanto al factor 2 de AA, esfuerzo en la realización de la tarea, se encontró una correlación baja y positiva con solución de problemas (p .,001), búsqueda de apoyo social (p .,001), búsqueda de apoyo profesional (p .,001), reevaluación positiva (p .,001) y negación (p .,001). Cabe mencionar, que dicho factor tuvo una relación significativa y negativa, con evitación emocional (p .,035).

Por otro lado, en el factor 3 de AA, comprensión de la tarea se encontró una relación positiva aunque baja con solución de problemas (p .,001), búsqueda de apoyo profesional (p .,342), reevaluación positiva (p .,001) y negación (p .,009).

Discusión de resultados

El objetivo del presente estudio era establecer la relación entre Autoeficacia Académica (AA) y Estrategias de afrontamiento (EA), con el fin de poder evidenciar cómo estas dos variables suelen ser parte de la trayectoria de los estudiantes en la universidad, puesto que, las creencias que poseen los estudiantes frente a sus capacidades y habilidades, pueden relacionarse con las estrategias que ellos van implementando.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente esta investigación es coherente con lo estudiado por Borzone (2017) quien habla sobre la ejecución de estrategias que faciliten un logro, y la existencia de una relación positiva entre autoeficacia y estrategias de estudio adecuadas por parte de los estudiantes, siendo estas últimas aquellas capacidades para estudiar, promover hábitos de trabajo, gestionar el tiempo, entre otras. Asimismo, menciona que una alta autoeficacia se relaciona con bajas dificultades personales, reconociendo algunas emociones que hacen parte de las vivencias en el contexto académico, cómo angustia, desorientación, inestabilidad emocional, tristeza en oposición al desarrollo personal, entre otras. Según Domínguez y Sánchez (2017) consideran que una alta AA cuenta con una relación importante sobre la capacidad para regular las emociones, lo cual hace que aumenten positivamente las creencias de los estudiantes sobre sí mismos. En comparación con los resultados expuestos por Borzone, las correlaciones encontradas entre las variables de esta investigación aunque fueron bajas, indican que los estudiantes en algunas situaciones pueden tener en cuenta sus propias creencias a la hora de ejercer una conducta.

Por lo tanto, en relación con los resultados, cuando el estudiante manifiesta un esfuerzo en la realización de sus obligaciones, va a presentar una evitación emocional, lo que indica que el estudiante va a evitar aquellas reacciones emocionales que sean negativas para así mismo, llegar a controlar sus emociones.

Por otro lado, siguiendo a Morales (2018) las EA más utilizadas por alumnos universitarios fueron las centradas en el factor 1SP, que corresponde a la solución del problema, lo cual coincide con los resultados encontrados en relación con el mismo factor, en donde se identifica la existencia de una gran inclinación por parte de la población con respecto al análisis y la intervención dirigida oportunamente a resolver las situaciones o eventos amenazantes.

En relación con lo anterior en la investigación de Flórez et al. (2020) también se hace mención de que una de las EA más evidentes es la solución de problemas. Sin embargo, también suelen ser recurrentes las EA de religión y reevaluación positiva, lo que indica que los estudiantes a la hora de sobrellevar algunas situaciones, buscan soluciones mediante la oración,

acciones cognitivas y analíticas, e identificación de aspectos positivos dentro de dicha circunstancia.

En cuanto a los niveles de AA de los estudiantes, se encontró que los tres factores se encuentran por encima de la media, lo que indica que la amplitud de actividades que el estudiante cree capaz de realizar está fuertemente relacionada con dichas creencias a la hora de realizar una tarea, lo cual le permite al estudiante ejecutar una serie de acciones con el fin de entender, comprender, e incluso llegar a desempeñarse en un dominio específico, de índole académico.

En relación con el párrafo anterior, también se encontró que nueve de las EA obtuvieron un valor por encima de la media, esto nos permite indicar que los estudiantes universitarios cuentan con recursos y esfuerzos tanto cognitivos como comportamentales que les permiten afrontar los problemas; en cuanto a tres de los factores (factores 1,2,4) que se encontraron por debajo de la media, no implica que existe una ausencia de este tipo de estrategias, si no, que se difiere en cuanto a las valoraciones que se hacen frente a una determinada situación y las formas en dirigirse a la misma.

Es pertinente mencionar que dentro de la investigación, los factores de solución de problemas y reevaluación cognitiva, cuentan con una relación significativa y positiva con los tres factores de AA, lo cual indica que los estudiantes pueden estar concibiendo la idea de tomar aquellos aspectos buenos frente al problema o situación que afronta la persona como estresante (Frydenberg & Lewis, 2000). Además, puede interpretarse en que los estudiantes aunque estén orientados a examinar y resolver situaciones complejas a través de recursos cognitivos, las creencias positivas frente a lo que ellos consideren que pueden hacer para la obtención de un logro en específico, tendrá como resultado la ejecución de uno de esos dos factores de EA. Por otra parte, resulta relevante mencionar que en algunas investigaciones las cuales tuvieron como participantes a estudiantes de educación superior como la de Peña et al. (2017) hallaron que la EA correspondiente a la búsqueda de apoyo social fue la que más utilizaban, así mismo sucedió en los estudios de Rodríguez et al. (2020) y, Piergiovanni y Depaula (2018) quienes además hicieron otros análisis con relación a hombres y mujeres, pero aun así, dicho factor cuenta con gran incidencia, por lo tanto, dicho hallazgo resulta interesante al relacionarlo o compararlo con los datos obtenidos, puesto que el factor dos denominado búsqueda de apoyo social fue una de las tres EA que se encontraron por debajo de la media con respecto al instrumento que se empleó en el presente estudio, y además solo un porcentaje bajo de los estudiantes evaluados la emplearon. Por consiguiente, se localiza una necesidad frente al recibimiento de afecto o apoyo proveniente de amigos, compañeros o familiares para enfrentar los problemas. Sin

embargo, pese a que dicho factor estuvo por debajo de la media, si presentó una relación significativa y positiva con el factor dos de AA, relacionada al esfuerzo en la realización de la tarea. Por ende, se considera la importancia y relevancia de acudir a redes de apoyo e integrarse a estructuras sociales, las cuales proporcionan recursos frente a una situación desfavorable y aumentan la AA. Frente a la importancia que puede llegar a tener la EA búsqueda de apoyo social, cabe resaltar que, el apoyo por parte de docentes podría representar un impacto positivo en la AA de los estudiantes, ya que, como menciona López et al. (2020) emplear andamiajes motivacionales permite que los estudiantes creen en sí mismos, lleven su propio ritmo de aprendizaje aceptando sus diferencias y a su vez se impongan metas, las cuales ellos mismos se preocupan por monitorear constantemente y les nace el interés por cumplirlas, siendo autónomos, proactivos y recursivos frente a la búsqueda de recursos propios para gestionar y regular sus propias emociones.

Hay que mencionar, además la relación significativa y positiva dada entre los tres factores de AA con el factor once de EA denominado negación, lo cual permite identificar que en la medida en la que los estudiantes tienen una mayor AA, es decir, en cuanto mayor confianza en sus recursos, esfuerzo y comprensión de sus tareas exista, habrá una mayor capacidad de afrontamiento para negar las posibles dificultades que se pueden presentar durante el curso de las acciones académicas cotidianas, ejerciendo una distancia de los problemas u obstáculos, lo cual, implica evitar síntomas que quizá aparezcan respecto a las dificultades, afrontando las situaciones y aumentando el desempeño a nivel educativo, así pues, es coherente el resultado mencionado anteriormente en comparación a estudios realizados como el de Narvaez et al. (2018) donde ratifican la importancia de la AA, ya que, los estudiantes que acrecientan dicha variable contarán con una mayor posibilidad de adaptarse a las demandas académicas, teniendo un mayor progreso y uso de diversas capacidades para hacer frente a los retos, por otro lado, You (2018) hace una mención relevante sobre la persistencia como predictora de los logros académicos, lo que conlleva a relacionar que la EA negación con respecto a que el hecho de establecer distancia con las adversidades, permite concebir en los estudiantes una actitud de empuje y fuerza para cumplir con los objetivos propuestos.

Otra de las relaciones dadas fue a partir del factor seis de EA identificado como búsqueda de apoyo profesional junto con los factores dos y tres de AA, correspondientes a esfuerzo en la realización de la tarea y comprensión de la tarea, lo cual indica que los alumnos consideran la importancia de acudir al apoyo de un especialista a la hora de enfrentar un problema y esto a su vez permite una mayor AA, puesto que, al considerar una alternativa o criterio externo, las personas podrían llegar a identificar los recursos con los que cuentan y de ese modo alentarse

y comprender de otra manera las situaciones que suceden para disminuir el posibles malestar ocasionado o eliminar las creencias desfavorables y continuar con el logro de las metas, de acuerdo con el estudio realizado por Iglesias et al. (2018) donde pretendían mejorar el afrontamiento, mencionan que incluyeron técnicas de reestructuración cognitiva, manejo de temporalidad y técnicas de relajación, hallando que programas de ese tipo funcionan, reduciendo los niveles de ansiedad y el estrés.

Teniendo en cuenta lo anterior y en estima al ejercicio profesional que realizaron los autores Iglesias et al. (2018) a través de herramientas terapéuticas, se identifica un panorama alentador y positivo que permite reconocer que la salud mental es valiosa y que, acudir a este tipo de estrategias es funcional para continuar con los procesos de vida y en este caso, sustancial para los estudiantes universitarios quienes al verse sumergidos por las múltiples tareas y sentir agobio frente a sus capacidades, afectan el desempeño académico e inclusive podrían llegar a desertar de los programas formativos, sin embargo, se observa que al fortalecer EA tales como la búsqueda de apoyo profesional, es posible favorecer la AA.

Teniendo en cuenta la relación que guardan las EA con aspectos tales como estrés y emoción, concernientes al manejo para enfrentar el desgaste ocasionado por las problemáticas, surge la necesidad de buscar apoyo, entablar relaciones comunicativas, reevaluar situaciones y manejar asertivamente las situaciones para lograr un afrontamiento que contribuya a la disminución de síntomas o reacciones, evitando posibles afectaciones en la salud (López & Sánchez, 2010). Considerar el manejo de las EA como un proceso importante en la vida de las personas y en el transcurso de una carrera universitaria, acoge la posibilidad de mejorar la calidad de vida, mantener un buen estado de salud tanto mental como físico y alcanzar los logros educativos, ya que, al propender por el uso de recursos internos de forma consciente a las necesidades como ser humano, también se permite que las acciones que se ejecuten alrededor, tengan mejores repercusiones en los distintos ámbitos a los cuales cada uno pertenece.

Cabe mencionar, que en la investigación se encontró una relación significativa y negativa entre el factor dos de AA, esfuerzo en la realización de la tarea y el factor cinco de EA, evitación emocional, lo cual puede indicar que los estudiantes al presentar conductas de evitación emocional, en donde suelen reprimir las emociones, con el fin de no poner en evidencia sus problemas, se verá representado en una baja autoeficacia, en cuanto a la realización de deberes y responsabilidades académicas.

De acuerdo con los hallazgos estadísticos, aunque las correlaciones encontradas fueron bajas, se ratifica la importancia de la AA en los estudiantes para regular el aprendizaje y alcanzar

logros, así como la necesidad de contar con EA para reducir, eliminar problemas o situaciones estresantes e implementar esos recursos cognitivos y comportamentales que pueden aportar al proceso formativo para obtener un mayor rendimiento académico y a su vez influir positivamente en otras áreas de la vida del sujeto, esto teniendo en cuenta que algunos factores se encontraron por encima de la media y con una relación significativa. Según Santrok (2020) la AA está relacionada a los esfuerzos para alcanzar el éxito o meta y en el área educativa se deben reconocer distintos factores como las retroalimentaciones de docentes o pares, las altas expectativas generadas por sí mismos, entre otras. Frente a ello es coherente lo mencionado por (Najaera et al., 2020) al considerar que se deben ejecutar estrategias y fijar objetivos para tener mayores probabilidades de obtener los resultados que se pretenden.

Añadido a lo anterior es posible sopesar frente a la relevancia de las variables de AA como de EA y es por ello que se hace posible mencionar que creer en las habilidades que se tiene, contribuye al mejoramiento del entorno personal, consolida una identidad personal, fortalece la autoestima y la autoeficacia, facilitando en las personas actitudes abiertas, participativas, impulsadas a la generación de ideas, que asumen las responsabilidades como retos y no como posibilidades de fracasar, pero, para ello es necesario un contexto que fortalezca y mejore las condiciones, de tal manera que, las ideas de las personas sean posibles de ejecutar y aspectos tanto internos como externos sean entendidos (Cuervo, 2005) Por otro lado, los resultados obtenidos permiten rechazar la hipótesis nula, la cual menciona que no hay relación entre los factores de las variables, por ende, se cumple la hipótesis de trabajo, puesto que existen doce relaciones estadísticamente positivas entre los tres factores de AA y cinco factores de EA, siendo estos, solución de problemas, búsqueda de apoyo social, búsqueda de apoyo profesional, reevaluación positiva y negación.

Conclusiones

Los resultados obtenidos permiten concluir que, aunque las relaciones evidenciadas entre los factores de AA y EA fueron bajas, algunas obtuvieron una relación positiva, cómo lo fue la EA de solución de problemas, con los tres factores de AA, lo que indica que posiblemente el factor solución de problemas guarda correspondencia con respecto a los factores de AA por las características frente a las posibilidades de movilización e intervención que tiene esa EA y que orientan a la persona a la acción.

Se identificó que los tres factores de AA se encontraron por encima de la media y el factor que más prevaleció fue el factor 1, confianza en el desempeño de la tarea con un 99,3%, lo que hace referencia a que los estudiantes a la hora de alcanzar un logro académico, confían en sus capacidades frente a una tarea asignada, así como en la comprensión de la misma.

Al evaluar las EA se evidencio que ocho de los factores de EA se encuentran por encima de la media. Sin embargo, cuatro de los factores de EA, se encontraron por debajo de la media, siendo la EA menos presentada la 10EDA, expresión de la dificultad de afrontamiento con un 0.7%

En cuanto a las EA, se encontró que el factor de EA más usado por los estudiantes es el primero, solución de problemas, con una prevalencia de 64,1% lo cual indica que los estudiantes suelen realizar acciones cognitivas y analíticas que les permitan evaluar la situaciones o circunstancias que les están generando malestar, con el fin de dar una solución.

Aportes, limitaciones y sugerencias Aportes

Los aportes a la línea de investigación currículo y formación del psicólogo, fue la determinación de las relaciones entre los factores correspondientes a cada una de las variables, AA y EA, así como la identificación y la evaluación de tales aspectos con relación a los hallazgos en la muestra poblacional, siendo esto de gran pertinencia para los procesos académicos y el fortalecimiento del rendimiento académico de los estudiantes universitarios, por lo anterior, se considera importante que se incentive el estudio y progreso de investigaciones relacionadas al ámbito académico, en cuanto a los procesos de enseñanza y aprendizaje considerando transformaciones que midan el conocimiento no sólo con valoraciones cuantificadas, ya que estas no siempre representan un aprendizaje significativo en el estudiante.

El estudio fue realizado en un periodo donde la mayoría de los estudiantes estaban retomando sus clases de manera presencial, lo cual podría traer consigo futuras investigaciones relacionadas a este retorno a clases, debido a que la contingencia sanitaria por la Covid-19, produjo cambios significativos en el proceso educativo, en donde los estudiante tuvieron que emplear estrategias que les permitieran dar continuidad a su estudio, llegando a formular preguntas como, ¿En qué medida los factores medioambientales influyen en el desempeño académico? Así mismo, realizar investigaciones experimentales y no experimentales, en las cuales se incluyen variables relacionadas con autoesquemas, clima educativo, vivencias académicas, entre otras.

Teniendo en cuenta lo anterior, está investigación aporta a la psicología educativa datos que van ligados al desempeño académico, pero también a las perspectivas y creencias académicas propias del estudiante, teniendo en cuenta que se encuentran inmerso en múltiples contextos, los cuales suelen tener una gran influencia en su desarrollo académico. Por ende, es pertinente dicho aporte, así como, la ampliación de estos temas en futuras investigaciones, en donde se pueda contar con la participación no sólo de estudiantes, si no de docentes.

Por último, otro de los aportes considerados es el hecho de que la investigación puede brindar una información más amplia sobre los conceptos de AA y EA, junto con los factores incluidos dentro estas variables, con el fin de que exista una mayor comprensión de las mismas, y así las personas que lleguen a tener acceso al presente estudio puedan entender la relación entre las variables que aunque sea baja, se puede llegar a presentar en la trayectoria de los estudiantes

Limitaciones

Debido a que la convocatoria realizada a la población, se dio a través de redes sociales, no se contó con el alcance esperado, puesto que no hubo gran flujo de la información. Por otro lado, al hacer uso de formatos Google, la explicación del consentimiento informado, aspectos propios de la investigación y objetivos de las pruebas a aplicar, si bien se dejaron consolidados en el formato, eso podría no garantizar que los estudiantes realmente leyeran o entendieran lo que estaba descrito allí. Sin embargo, se hizo énfasis en la lectura completa del formulario y el contenido de las pruebas aplicadas, así mismo, se añadieron los correos electrónicos de las estudiantes a cargo de la investigación, con el fin de aclarar dudas que fueran surgiendo en el desarrollo de las pruebas.

Sugerencias

Ampliar investigaciones dentro del territorio de la Orinoquia sobre EA relacionadas a diferentes síntomas que suelen presentarse en el ambiente educativo como el estrés, la ansiedad y cambios en el estado del ánimo, que suelen ser producto de las múltiples cargas delegadas por las instituciones, teniendo como objeto de estudio no solo a estudiantes, sí no, a docentes, con el fin de identificar posibles mejoras en los planes educativos o currículos, los cuales se preocupen más por la salud mental y emocional de los actores en el contexto académico, propendiendo por el bienestar y la calidad humana, lo cual, beneficie a su vez a las instituciones académicas a través de los logros o resultados reflejados en altos estándares de acreditación y calidad de los servicios.

Así mismo, se considera pertinente realizar investigaciones con mayor énfasis sobre los factores de las EA para potencializar el uso de recursos cognitivos y comportamentales necesarios en los espacios académicos y a su vez mejorar los procesos de aprendizaje, por otra parte también resulta importante ampliar estudios sobre los factores de AA para comprender a profundidad, aquellos factores que hacen que los estudiantes se sientan o perciban como más, o menos capaces de cumplir con sus logros o metas académicas.

Se sugiere que al realizar una investigación por medio de las TICS, se implementen otras estrategias, como por ejemplo, realizar filtros con preguntas que se relacionen con el consentimiento informado y requisitos específicos, con el fin de garantizar que los participantes entiendan en su totalidad el propósito de la investigación y se interesen por seguir los parámetros de la misma, como, realizar la respectiva lectura o preguntar en caso de tener alguna duda respecto al contenido de las pruebas.

Referencias

- Aguirre, Á. (2009). *Psicología de la adolescencia*. Marcombo.
<https://elibro.net/es/ereader/usta/45894?page=249>
- Aguado, L. (2015). Primera parte, Emoción. En *Emoción, afecto y motivación: un enfoque de procesos*, (17-272). Alianza Editorial.
<https://elibro.net/es/ereader/usta/45414?page=101>
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44(9), 1175–1184. <https://doi.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.44.9.1175>
- Beltrán, J. (2009). *Psicología de la educación*. Marcombo.
<https://elibro.net/es/ereader/usta/45902?page=573>
- Bonetto, V., Vaja, A. y Paoloni, P. (2017). Creencias de autoeficacia y emociones académicas en estudiantes de profesorado y de ingeniería. *Anuario de Investigaciones*, 3(2), 116-131. <https://revistas.psi.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/view/18646/18646>
- Borzzone, M. (2017). Autoeficacia y vivencias académicas en estudiantes universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*, 20(1), 266-274.
<https://www.redalyc.org/pdf/798/79849735013.pdf>
- Broche, Y., Fernández, E., y Reyes, D. (2021). Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46(1), 1-14. <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2020.v46suppl1/e2488/es>
- Castellanos, V., Latorre, D., Mateus, S., & Navarro, C. (2017). Modelo explicativo del desempeño académico desde la autoeficacia y los problemas de conducta. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 149-161.
<https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/56221/58870>
- Casuso, M. (2011). Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Tesis doctoral. Facultad de Enfermería, Fisioterapia, Podología y Terapia Ocupacional. España: Universidad de Málaga.
<https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4926/TD%20Maria%20Jesus%20Casuso%20Holgado.pdf?sequence=1>
- Congreso de la República de Colombia. (2006). Ley 1090 de 2006. *Código Deontológico y Bioético*. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>
- Congreso de la República de Colombia. (2012). Ley 1581 de 2012. *Ley estatutaria para la protección de datos personales*.
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=49981>

- Congreso de la República de Colombia. (2013). Ley 1616 de 2013. *Ley de Salud Mental*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley1616-del-21-de-enero-2013.pdf>
- Covarrubias, C., Acosta, H. y Mendoza, M. (2019). Relación de autorregulación del aprendizaje y autoeficacia general con las metas académicas de estudiantes universitarios. *Formación Universitaria*, 12(6), 103-114. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062019000600103>
- Cuervo, L. (2005). El falso espejo de la ciudad latinoamericana. [Trabajo de grado, Naciones Unidas]. Repositorio digital. <http://hdl.handle.net/11362/7307>
- Crespo, M. y Cruzado, J. (1997). La evaluación del afrontamiento: adaptación española del cuestionario COPE con una muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y Modificación de Conducta*, 23(92), 797-830. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7071279>
- Departamento Administrativo de Ciencia, Tecnología e Innovación [Colciencias] (2017). *Política de ética, bioética e integridad científica*. <https://minciencias.gov.co/sites/default/files/upload/noticias/politica-etica.pdf>
- Delgado, B., Martínez, M., Ramón, J. y Escortell, R. (2019). La autoeficacia académica y la inteligencia emocional como factores asociados al éxito académico de los estudiantes universitarios. *Revista Gestión de Las Personas y Tecnología*, 35, 46-60. <https://1findr.lscience.com/item/daa68b8d256a74ef84002e6da597e5339446f12f>
- Domínguez, S. y Fernández, M. (2019). Autoeficacia académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21(1), 1-13. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e32.2014>
- Domínguez, S. y Sánchez, K. (2017). Uso de estrategias cognitivas de regulación emocional ante la desaprobación de un examen: el rol de la autoeficacia académica en estudiantes universitarios. *Psychologia*, 11(2), 99-112. <https://doi.org/10.21500/19002386.2716>
- Druet, N., Sevilla, D. y Ramos, M. (2020). El papel de docentes y directivos en la construcción del sentido de vida en estudiantes de bachillerato. *CTES*, 7(13). <https://www.ctes.org.mx/index.php/ctes/article/view/732/878>
- Escobar, A. & Pérez, C. (2017). Estructura factorial y confiabilidad de una escala de autoeficacia académica en estudiantes chilenos de Fonoaudiología. *Educación Médica Superior*, 31(3), 70-79. http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v31n3/a09_ems_751.pdf
- Echeburúa, E., y Amor, P. (2019). Memoria traumática: estrategias de afrontamiento adaptativas e inadaptativas. *Terapia psicológica*, 37(1), 71-80. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v37n1/0718-4808-terpsicol-37-01-0071.pdf>

- Estrada, E. (2020). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes del séptimo ciclo de educación básica regular. *Horizonte de la Ciencia*, 11(20), 195-205. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2021.20.777>
- Fernández, S., Alberto, C., Antiñirre, B. y De La Hoz Chávez, V. (2020). Autoeficacia y satisfacción de los usuarios con diabetes tipo 2 de un centro de salud chileno. *CUIDARTE*, 11(2), 1-13. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.933>
- Folkman, S. y Lazarus, R. (1985). Si cambia, debe ser un proceso: estudio de la emoción y afrontamiento durante las tres etapas de un examen universitario. *Revista de personalidad y psicología social*, 48(1), 150 - 170. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.48.1.150>
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466-475. <https://doi.org/10.1037/00223514.54.3.466>
- Flórez, L. López, J. & Vílchez, R. (2020). Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: reto de las instituciones de educación superior. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 35- 47. <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/96873/1/Niveles%20de%20resiliencia%20y%20estrategias%20de%20afrontamiento.pdf>
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (2000). Teaching Coping to Adolescents: When and to Whom? *American Educational Research Journal*, 37(3), 727-745. <https://doi.org/10.3102/00028312037003727>
- Galleguillos, P. (2017). Construcción y validación de la escala autoeficacia académica de escolares (ACAES) en Viña del mar, Chile (tesis doctoral). Universidad de Granada, Granada, España. <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/47229/2656760x.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Galleguillos, P. y Olmedo, E. (2017). Autoeficacia académica y rendimiento escolar: un estudio metodológico y correlacional en escolares. *Reidocrea*, 6(14), 156-169. <https://www.ugr.es/~reidocrea/6-14.pdf>
- Galleguillos, P. y Olmedo, E. (2019). Autoeficacia y motivación académica: Una medición para el logro de objetivos escolares. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 9(3). 119-135. <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i3.329>
- García, R. (2020). Efectos de un programa de estrategias de afrontamiento en la procrastinación académica de estudiantes de nivel secundario en una institución educativa de Trujillo. [Tesis de posgrado]. Universidad Cesar Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47588/Garc%c3%ada_GRY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Gebauer, M., McElvany, N., Bos, W., Köller, O. & Schöber, C. (2020). Determinants of academic self-efficacy in different socialization contexts: investigating the relationship between students' academic self-efficacy and its sources in different contexts. *Social Psychology of Education*, 23, 339–358. <https://doi.org/10.1007/s11218-019-09535-0>
- González, G. (2020). Una lectura desde la apropiación de tecnologías en clave. En R. Canales y C. Herrera. (Ed). Acceso, democracia y comunidades virtuales, (327-346). CLACSO. https://www.clacso.org.ar/libreria-latinoamericana/libro_detalle.php?id_libro=2284&pageNum_rs_libros=0&totalRows_rs_libros=146
- González, J., Morón, J., González, V., Abundis, A y Macías, F. (2020). Autoeficacia académica, apoyo social académico, bienestar escolar y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *PSICUMEX*, 10(2), 95-113. <https://psicumex.unison.mx/index.php/psicumex/article/view/353/287>
- González, R., Souto, A., González, L., y Corrás, T. (2018). Afrontamiento y regulación emocional en estudiantes de fisioterapia. *Universitas Psychologica*, 17(2), 1-13. https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/20689/Cbnach_Aftrmtto.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Grijalva, C., Valdés, A., Parra, L. y García, F. (2020). Parental Involvement in Mexican Elementary Students' Homework: Its Relation with Academic Self-Efficacy, Self-Regulated Learning, and Academic Achievement. *Psicología Educativa*, 26(2), 129-136. <https://doi.org/10.5093/psed2020a5>
- Guamán, K., Hernández, E. y Lloay, S. (2020). El positivismo y el positivismo jurídico. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(4), 265-269. Recuperado de: <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v12n4/2218-3620-rus-12-04-265.pdf>
- Guerner, D., Calejo, B., & Pereira, S. (2013). *Ensino experimental das ciências - um guia para professores do ensino secundário - biología e geología*. U. Porto Edições. <https://ebookcentral.proquest.com>
- Guadarrama, R., Mendoza, V., Márquez, O., Veytia, M., y Padilla, I. (2018). Diferencias en la aplicación de estrategias de afrontamiento adolescente entre alumnos hombres y mujeres del nivel medio superior. *Interdisciplinaria*, 35(1), 205-216. <https://www.redalyc.org/pdf/180/18058784012.pdf>
- Gutiérrez, A. y Landeros, M. (2018). Autoeficacia académica y ansiedad, como incidente crítico, en mujeres y hombres universitarios. *Costarricense de Psicología*, 37(1), 1-25. <http://dx.doi.org/10.22544/rcps.v37i01.01>

- Gutiérrez, A. & Landeros, M. (2020). Relationship between academic self-efficacy, performance and anxious and depressive symptoms in emerging adult college students. *Educación XXIX*, 29(57), 87–109. [https://doi-org.craiustadigital.usantomas.edu.co/10.18800/educacion.202002.005](https://doi.org/craiustadigital.usantomas.edu.co/10.18800/educacion.202002.005)
- Gutiérrez, M. y Tomás, J. (2018). Clima motivacional en clase, motivación y éxito académico en estudiantes universitarios. *Revista de Psicodidáctica*, 23(2), 94-101. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2018.02.001>
- Hechenleitner, M., Jerez, A. y Pérez, C. (2019). La autoeficacia académica en estudiantes de carreras de la salud de una universidad tradicional chilena. *Rev. Med Chile*, 147, 914-921. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v147n7/0717-6163-rmc-147-07-0914.pdf>
- Hernández, L. (2018). Perfil sociodemográfico y académico en estudiantes universitarios respecto a su autoeficacia académica percibida. *Psicogente*, 21(39), 35-49. <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/2820/3128>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wpcontent/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sextaedicion.compressed.pdf>
- Iglesias, S., Azzara, S., González, D., Ibar, C., Jamardo, J., Berg, G., Bargiela, M., y Fabre, B. (2018). Programa para mejorar el afrontamiento del estrés de los estudiantes, los docentes y los no docentes de la Facultad de Farmacia y Bioquímica de la Universidad de Buenos Aires. *Ansiedad y estrés*, 24(2), 105-111. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1134793718300678>
- Jiang, L., Zhang, S., Li, X. y Luo, F. (2021). How grit influences high school students' academic performance and the mediation effect of academic self-efficacy and cognitive learning strategies. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144020-01306-x>
- Landinelli, Morales y Rivoir, (2020). Personas mayores en contexto de digitalización. En R. Canales y C. Herrera. (Ed). *Acceso, democracia y comunidades virtuales*, (273-294). CLACSO. https://www.clacso.org.ar/librerialatinoamericana/libro_detalle.php?id_libro=2284&pageNum_rs_libros=0&totalRows_rs_libros=1461
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping [Teoría e investigación transaccional sobre emociones y afrontamiento]. *European Journal of Personality*, 1 (3), 141-169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>
- Lazarus, R. (2000). Estrés y emoción: manejo e implicaciones en nuestra salud. Editorial Desclée de Brouwer. <https://elibro.net/es/ereader/usta/47645?page=117>

- Lemos, M., Henao, M., y López, D. (2018). Estrés y salud mental en estudiantes de Medicina: Relación con afrontamiento y actividades extracurriculares. *Archivos de medicina*, 14(2), 3. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6499267>
- Londoño, N., Henao, G., Puerta, I., Posada, S., Arango, D., y Aguirre, D. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Universitas Psychologica*, 5(2), 327-350. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S165792672006000200010
- López, C. y Sánchez, M. (Coord.). (2010). Estrés y salud: aportaciones desde la psicología social. México: Editorial Miguel Ángel Porrúa. <https://elibro.net/es/ereader/usta/38270?page=1>
- López, O., Ortiz, J. y Ibáñez, J. (2020). Autoeficacia y logro de aprendizaje en estudiantes con diferente estilo cognitivo en un ambiente m-learning. *Pensamiento lógico*, 18(1), 71-85. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI18-1.alae>
- Malo Pé, A. (2009). Introducción a la psicología. Pamplona, España: EUNSA. <https://elibro.net/es/ereader/usta/46998?page=19>
- Maluk, O. y Maluk, S. (2019). Variables que explican la autoeficacia emprendedora de graduados de economía y negocios: Validación de la escala de Maluku Noble. *Revista espacios*, 40(21), 7-22. <http://www.revistaespacios.com/a19v40n21/a19v40n21p07.pdf>
- Martínez, I., Meneghel, I., y Peñalver, J. (2019). ¿El género afecta en las estrategias de afrontamiento para mejorar el bienestar y el desempeño académico? *Revista de Psicodidáctica*, 24(2), 111-119. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.01.003>
- Martínez, J., Amador, B., y Guerra, M. (2017). Estrategias de afrontamiento familiar y repercusiones en la salud familiar: Una revisión de la literatura. *Enfermería Global*, 16(47), 576-604. <http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v16n47/1695-6141-eg-16-47-00576.pdf>
- Masso, J., Pérez, D. y Sánchez, K. (2019). Variables predictoras del rendimiento académico en estudiantes universitarios. [Trabajo de grado, Universidad Santo Tomás]. Repositorio Institucional. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/18168/2019kellysanchez?sequence=6&isAllowed=y>
- Meneghel, I., Boix, Q. y Salanova, M. (2021). Resiliencia y autoeficacia cómo mecanismos psicológicos que favorecen el éxito académico. *DEDICA. Revista de educação e humanidades*. 10, 153-171. DOI: <http://dx.doi.org/10.30827/dreh.vi18.18022>

- Melo, L., Ramos, J., y Hernández, P. (2017). La educación superior en Colombia: situación actual y análisis de eficiencia. *Revista Desarrollo y sociedad*, (78), 59-111. <https://revistas.uniandes.edu.co/doi/pdf/10.13043/dys.78.2>
- Ministerio de Salud. (1993). Resolución 8430 del día 4 de octubre de 1993. *Normas Científicas, Técnicas y Administrativas para la Investigación en Salud*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Mohallem, R. y Angeli, A. (2018). Learning strategies and academic self-efficacy in university students: a correlational study. *Psicología Escolar e Educativa*, 23, 1-7. <http://dx.doi.org/10.1590/2175-35392019016346>
- Morales, F. (2017). Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. *European Journal of Education and Psychology*, 10(2), 41-48. <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1888899217300090?token=B814F72562B77658138E44FBB11E2EC4A3FBF8323BD798D59908A85DA1165540FE72916AE8FFC20E20F18F17CF714AB6>
- Morales, F. (2018). Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, 2(1), 289-294. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1228/1061>
- Morán, C., Landero, R. y González, M. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9 (2), 543-552. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/up/v9n2/v9n2a20.pdf>
- Morán, M., Finez, M., Meneses, E., Pérez, M., Urchaga, J. y Vallejo, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, 4(1), 183-190. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1542>
- Naciones Unidas. (2017). Evaluación del cumplimiento de las Reglas Nelson Mandela. Lista de verificación para los mecanismos de inspección interna. New York: UNODC. https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/Checklist-Mandela_Rules-Spanish.pdf
- Nájera, J., Salazar, M., Vacío, M. y Morales, S. (2020). Evaluación de La Autoeficacia, Expectativas y Metas Académicas Asociadas Al Rendimiento Escolar. *Revista de Investigación Educativa*. 38(2), 435-52. <https://doi.org/10.6018/rie.350421>.

- Narvaez, G., Posso, M., Guzmán, F. y Valencia, S. (2018). Autoeficacia académica: un factor determinante para el ajuste académico en la vida universitaria. *Sathiti: sembrador*, 13(2), 59-69. <https://doi.org/10.32645/13906925.755>
- Olivo, S., Bustos, M. y Madero, O. (2018). Manejo de las emociones negativas desde el aula: un reto para el equilibrio, salud y conocimiento. *REDHECS: Revista electrónica de Humanidades, Educación y Comunicación Social*, 13(25), 180-196. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6865950.pdf>
- Padua, L. (2019). Factores individuales y familiares asociados al bajo rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista mexicana de investigación educativa*, 24(80), 173-195. <http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v24n80/1405-6666-rmie-24-80-173.pdf>
- Palmar, S. A. M., & Palmar, S. A. M. (2014). *Métodos educativos en salud*. Elsevier Castellano. <https://www.sciencedirect.com/book/9788490224496/metodoseducativos-en-salud>
- Peña, E., Bernal, L., Pérez, R., Ávila, L., y García, K. (2017). Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. *NURE investigación: Revista Científica de enfermería*, 15(92), 1-8. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6279759>
- Pérez, P., González, A., Mielles, I. y Uribe, A. (2017). Relación del apoyo social, las estrategias de afrontamiento y los factores clínicos y sociodemográficos en pacientes oncológicos. *Pensamiento psicológico*, 15(2), 41-54. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6071960>
- Piergiovanni, L., y Depaula, P. (2018). Estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios argentinos. *Revista mexicana de investigación educativa*, 23(77), 413-432. <http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v23n77/1405-6666-rmie-23-77-413.pdf>
- Ramudo, I., Brenlla, J., Barca, A. y Peralbo, M. (2017). Enfoques de aprendizaje, autoeficacia y rendimiento académico en el alumnado de bachillerato: implicaciones para la enseñanza. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, Extr. (1), 138-142. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.01.2435>
- Restrepo, J., Sánchez, O., y Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17-37. <http://revistas.iue.edu.co/revistas/iue/index.php/Psicoespacios/article/view/1331/148>
- Ricoy, C. (2006). Contribución sobre los paradigmas de investigación. *Revista do Centro de Educacao*, 31(1), 11-22. <https://www.redalyc.org/pdf/1171/117117257002.pdf>
- Rodríguez, A., Maury, E., Troncoso, C., Morales, M., y Parra, J. (2020). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile.

- Edumecentro*, 12(4), 1-16. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v12n4/2077-2874-edu-12-04-1.pdf>
- Rodriguez, E., Moya, M., y Rodriguez, M. (2020). Importancia de la empatía docenteestudiante como estrategia para el desarrollo académico. *Dominio de las Ciencias*, 6(3), 23-50. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7467931>
- Puigbó, J., Edo, S., Rovira, T., Limonero, J., y Fernández, J. (2019). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el afrontamiento del estrés cotidiano. *Ansiedad y estrés*, 26(1), 1-6. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S113479371830112X>
- Romero, L. (2011). Una aproximación al campo epistémico, metodológico y filosófico del Derecho. En Madrigal, C., *Aspectos metodológicos en las Ciencias Sociales y Humanas*, (151-162). Plaza y Valdes Editores. <https://elibro.net/es/ereader/usta/38991?page=156>
- Rosales, C. (2020). Autoeficacia académica y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de nutrición. *Revista Electrónica Educare*, 24 (3), 1-17. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7538272>
- Salavera, C. y Usán, P. (2017). Repercusión de las estrategias de afrontamiento de estrés en la felicidad de los alumnos de Secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(3), 65-77. <http://dx.doi.org/10.6018/reifop.20.3.282601>
- Sánchez, J. (2015). Antropología. *Difusora Larousse - Alianza Editorial*. <https://elibro.net/es/ereader/usta/45451?page=15>
- Sánchez, A., Navarro, G., Padrós, F. y Cruz, C. (2020). Relación entre Autoeficacia, Apoyo Social, Adherencia Al Tratamiento y HbA1C Por Nivel de Percepción de Amenaza En Pacientes Con DM2. *Nova Scientia*, 12(25), 1-22. <https://doi.org/10.21640/ns.v12i25.2466>
- Santrock, J. W. (2020). *Psicología de la educación*. McGraw-Hill. <http://ebooks7-24.com.crai-ustadigital.usantotomas.edu.co/?il=9241>
- Scorsolini, F., Dapieve, N., Junior, A., Warken, P. y Von, J. (2021). Salud mental y estrategias de afrontamiento en estudiantes de postgrado durante la pandemia de COVID-19. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 29(1), 1-11. Recuperado de: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/ZWnTbwWJgm76RhFBVYG5p9c/?format=pdf&lang=es>
- Schunk, D. (1991). Self-Efficacy and Academic Motivation [Autoeficacia y motivación académica]. *Educational Psychologist*, 26(3-4), 207-231.

<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/00461520.1991.9653133?needAccess=true>

- Schunk, D. & Dibenedetto, M. (2016). Self- Efficacy theory in education. En K. Wentzel & D. Miele (Ed). Handbook of motivation at school, 34-54. <https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=MmyaCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA34&dq=handbook+of+self+efficacy&ots=Z85Iq-nqs1&sig=T3WpqkmZnKVTtW9m VEEVDCHE w#v=onepage&q=handbook%20of%20self%20efficacy&f=false>
- Skinner, E. A., Chapman, M., & Baltes, P. B. (1988). Control, means-ends, and agency beliefs: A new conceptualization and its measurement during childhood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(1), 117–133. https://www.researchgate.net/publication/232534747_Control_Means-Ends_and_Agency_Beliefs_A_New_Conceptualization_and_Its_Measurement_During_Childhood
- Uribe, A., Ramos, I., Villamil, I. & Palacio, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Psicogente*, 21(40), 440-457. <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/3082>
- Usán, P., Salavera, C. y Domper, E. (2018). ¿Cómo se interrelacionan las variables de burnout, engagement y autoeficacia académica? un estudio con adolescentes escolares. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del Profesorado*, 21(2), 141-153. <http://dx.doi.org/10.6018/reifop.21.2.311361>
- Valdés, A., Cervantes, D., Valadez, M., y Tanori, J. (2018). Diferencias en autoeficacia académica, bienestar psicológico y motivación al logro en estudiantes universitarios con alto y bajo desempeño académico. *Psicología desde el Caribe*, 35(1), 7-17. <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v35n1/2011-7485-psdc-35-01-7.pdf>
- Valle, M., Vergara, J., Bernardo, A., Díaz, A. y Gahona, I. (2019). Estudio de Perfiles Motivacionales Latentes Asociados con la Satisfacción y Autoeficacia Académica de Estudiantes Universitarios. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 57(4), 137-147. <https://doi.org/10.21865/RIDEP57.4.10>
- Villasana, M., Tapia, J., y Ruiz, M. (2017). Procesos de afrontamiento y factores de personalidad como predictores de la resiliencia en adolescentes: validación de un modelo estructural. *Revista de Psicodidáctica*, 22(2), 93–101. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1136103417301004>

- Victorino, A., Hernández, G., Mateo, Y., González, M., y Rivas, V. (2020). Estrategias de Afrontamiento Familiar y la Prevalencia del Consumo de Alcohol en Adolescentes de Secundaria. *Horizonte sanitario*, 19(1), 59-67. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74592020000100059&script=sci_arttext
- Vizoso, C. (2019). Resiliencia, optimismo y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Ciencias de la Educación. *Psychology, Society, & Education*, 11(3), 367-377. <http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/7545/2280-8300-1PB.pdf?sequence=1>
- You, J. (2018). Testing the three-way interaction effect of academic stress, academic selfefficacy, and task value on persistence in learning among Korean college students. *High Educ*, 76, 921–935. <https://doi-org.craiustadigital.usantotomas.edu.co/10.1007/s10734-018-0255-0>