



Herramientas del coaching educativo para fortalecer la resiliencia de estudiantes universitarios

Educational coaching tools to strengthen the resilience of university students

Roger Mancilla Parco
Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Perú
roger.mancilla.40@unsch.edu.pe
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0746-8656>

Recepción: 30/05/2022

Aceptación: 13/09/2022

Publicación: 30/12/2022

Resumen

La resiliencia es aquella capacidad del ser humano que posee para enfrentarse a las adversidades de la vida, aprender de ella, superar y seguir avanzando hacia adelante. De la misma manera, se conoce como la cualidad personal para sobrevivir con éxito a situaciones adversas los cuales aparecen con frecuencia en los estudiantes universitarios en aquellos que provienen de zonas urbano marginales, comunidades campesinas, nativas del Valle de los ríos Apurímac, ene y Mantaro por lo que debe ser tratado en las aulas universitarias como proceso formativo. El propósito del estudio fue comprobar el efecto que produce el desarrollo de herramientas del coaching educativo que fue diseñado para fortalecer la resiliencia de estudiantes universitarios en las dimensiones de: competencia social, resolución de problemas, autonomía, y sentido de propósito y futuro. El tipo de investigación es cuantitativo de diseño cuasiexperimental; como técnica se empleó la encuesta y como herramienta el cuestionario de resiliencia parco para la recopilación de datos. La muestra de estudio está conformada por 44 estudiantes de la facultad de ingeniería del I ciclo, de los cuales 22 pertenecen a la escuela profesional de ingeniería de negocios agronómicos y forestales al grupo control y 22 pertenecen a la escuela profesional de ingeniería y gestión ambiental al grupo experimental. Se concluye que el programa influyo de manera significativa en el fortalecimiento de resiliencia en estudiantes universitarios.

Palabras clave: coaching educativo, resiliencia

Abstract

Resilience is that capacity of the human being that has to face the adversities of life, learn from it, overcome and continue moving forward. In the same way, it is known as the personal quality to successfully survive adverse situations which frequently appear in university students in those who come from marginal urban areas, peasant communities, natives of the valley of the Apurímac, ene and Mantaro rivers. So it must be treated in university classrooms as a training process. The purpose of the study was to verify the effect produced by the development of educational coaching tools that were designed to strengthen the resilience of university students in the dimensions of: social competence, problem solving, autonomy, and sense of purpose and future. The type of research is quantitative with a quasi-experimental design; The survey was used as a technique and the frugal resilience questionnaire as a tool for data collection. The study sample is made up of 44 students from the engineering faculty of the 1st cycle, of which 22 belong to the professional school of agronomic and forestry business engineering to the control group and 22 belong to the professional school of engineering and environmental management to the group experimental. It is concluded that the program significantly influenced the strengthening of resilience in university students.

Keywords: educational coaching, resilience

1. Introducción

La propagación del COVID 19 ha puesto a luz los grandes problemas que existen en el sistema educativo de nuestro país y en particular a nuestra región Ayacucho. Esto ha generado a las autoridades nacionales realizar acciones estratégicas debido a que durante la pandemia hubo notable porcentaje en deserción y abandono de estudiantes por factores ajenos a ellos. Al respecto la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura -UNESCO (2020) sostiene que “la situación es particularmente preocupante respecto de los estudiantes más vulnerables que ingresaron a la educación superior en condiciones más frágiles” (p. 12). La Universidad Nacional Autónoma de Huanta no es ajeno a ello porque la mayor parte de sus estudiantes provienen de las zonas marginales, comunidades campesinas, nativas del Valle de los ríos Apurímac, Ene y Mantaro-VRAEM.

A nivel Latinoamérica la tasa de acceso a educación superior es muy baja a comparación de nuestros países vecinos, lo que indica la Política Nacional de Educación Superior y Técnico Productiva (2021) que “En el Perú, el acceso a los servicios educativos continúa siendo insuficiente, inequitativo y poco pertinente. En primer lugar, en promedio solo 3 de cada 10 egresados de la educación básica acceden a la educación superior” (p. 12). Estas cifras se deben a que las familias peruanas no tienen las condiciones económicas suficientes para apoyar en su educación a sus hijos, esto hace que los egresados de educación secundaria prefieren más que estudio trabajar para apoyar a sus padres.

A esto suma los bajos resultados en cuanto se refiere a egresos, como indica Ferreyra et al. (2017) al sostener que los resultados están por debajo del potencial de ellos, ya que solo la mitad de los estudiantes que ingresaron a la universidad obtienen su título entre los 25 y 29 años, ya sea porque continúan estudiando o porque abandonan sus estudios. El resultado de abandono se da mayormente en los primeros años de estudio, debido a que el estudiante se encuentra en una toma de decisión desequilibrada, así como también por la influencia de los familiares, amigos, por la carrera profesional y la universidad.

Por lo visto, las cifras no son alentadoras e invita al docente universitario a realizar y proponer actividades que ayuden al estudiante a fortalecer sus debilidades e incrementar su autoconfianza. En ese sentido, el trabajo está orientado a desarrollar y explicar los efectos que produce las herramientas del coaching educativo para fortalecer la resiliencia en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Huanta, asimismo se ha planteado cuatro dimensiones para los cuales se ha fijado los siguientes objetivos específicos:

Identificar los efectos que produce las herramientas del coaching educativo para fortalecer la resiliencia en competencia social en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Huanta.

Precisar los efectos que produce las herramientas del coaching educativo para fortalecer la resiliencia en resolución de problemas en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Huanta.

Describir los efectos que produce las herramientas del coaching educativo para fortalecer la resiliencia en autonomía en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Huanta.

Describir los efectos que produce las herramientas del coaching educativo para fortalecer la resiliencia en sentido de propósito y futuro en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Huanta.

1.1. Herramientas del coaching educativo

En la literatura científica el origen del término coaching aparece en Europa en dos versiones. Para Álvarez et al. (2018) quien sostiene que la primera versión es de origen húngaro que está relacionado a la utilización de un carruaje que servía como medio para transportar personas de un lugar a otro. Posteriormente fue pasando de un país a otro tomando diferentes formas en escritura y pronunciación tal es el caso de Alemania que se llamó kutsche, en Italia cocchio y España coche. En cuanto a la segunda versión se desarrolla en Inglaterra denominado to coach que significa entrenar. Mientras tanto, a finales del siglo XX en EEUU aparece el término coaching en el entorno del deporte que

propone un sistema de entrenamiento para fortalecer el potencial, incrementar al máximo su desempeño y se centra en ayudar a aprender en lugar de enseñar (Pérez et al. 2019).

Por otro lado, Díaz (2016) precisa que el “coaching trata de acompañar a la persona, mediante preguntas e intervenciones que le permitan lo que necesita y apoyarse a encontrar las mejores respuestas”. Asimismo, el acompañamiento se realiza por medio del método mayéutico, utilizando preguntas cuestionadoras, para generar en la persona reflexión, autorregulación, motivación y sobre todo efectuar un potencial cambio que ayude lograr su desarrollo personal.

Sin embargo, el coaching educativo es una alternativa de enseñanza para el docente ya que se considera al estudiante desde el punto de vista holístico. En la misma línea Bou (2013) citado por Rodríguez et al. (2021) considera al estudiante “con talentos, cualidades, actitudes, competencias, paradigmas, emociones, creencias y valores, es relevante establecer cómo pueden influir de manera positiva todos estos elementos dentro del ámbito educativo y en el proceso de aprendizaje” (p.89).

Mientras tanto, Mamani (2019) sostiene que el termino coach hace referencia al docente quien apoya en su preparación para enfrentar con éxito los exámenes. Esta acción ayuda al estudiante a mejorar sus debilidades y falencias. Asimismo, Martin & Marsh (2006) citado por Gómez et al. (2021) mencionan que los “estudiantes son aquellos que, a pesar de tener eventos desafortunados en su vida, tienen una motivación elevada para alcanzar sus logros, el mismo que le permite elevar su desempeño en la escuela y permanecer en ella construyendo un ambiente propicio” (p. 38).

Desde el punto de vista educativo el termino coaching ofrece dos tipos de herramientas internas y externas que se conocen como aquellos que se basan en la propia capacidad del estudiante las cuales puedes ser muy bien aprovechados por el docente universitario.

1.1.1. Herramientas internas

Calibración

Es aquella en donde el coach-docente se centra en analizar las señales no verbales de la comunicación que emplea el estudiante. “Se consigue a través de la observación objetiva de la fisiología y del lenguaje no verbal de las personas, para poder identificar los mensajes que emiten a través de sus canales de expresión (gesto, errores de habla, postura corporal, movimientos, entonación, respiración,)” (Núñez, 2009, p. 18).

La calibración permite al docente observar detenidamente a su estudiante para corregir la mala utilización de las señales no verbales. Si estos no fueran detectado y corregido a tiempo puede jugar una mala pasada en el estudiante ya que una mala expresión en público puede ser objeto de burla.

Escucha activa

Núñez (2009) afirma que la escucha activa es “una de las cualidades imprescindibles que debe poseer todo coach-profesor” (p. 19). Por lo tanto, escuchar de forma activa es sinónimo de analizar de manera minuciosa el mensaje que nos quiere transmitir el estudiante, a su vez es mostrar una actitud positiva para comprender perfectamente el mensaje, para lo cual el coach no debe mediar su juicio, ni llevar la contraria, ni mucho menos desviar la conversación y distorsionar.

Comunicación

La comunicación es una de las herramientas más básicas y poderosas para el ser humano, gracias a ello satisfacemos nuestras necesidades, gestionamos nuestro conocimiento y contribuimos al desarrollo de nuestra sociedad. Al respecto Núñez (2009) sostiene que existe dos tipos de comunicación “intrapersonal, un dialogo interno con nosotros mismos, que es muy importante, pero no suficiente para desarrollar una buena comunicación, y luego existe también la comunicación interpersonal, que es la que nos permite transmitir mensajes, pensamientos y emociones” (p. 22).



Intuición

Para Núñez (2009) la intuición es una habilidad que ayuda procesar de manera continua toda la información que se encuentra almacenada en nuestro cerebro este proceso se da de manera consciente e inconsciente, es un facilitador para la mejora del conocimiento lo cual permite tomar mejores decisiones en situaciones o circunstancias cotidianas. Asimismo, la intuición se centra en los detalles de los mensajes expresados, tales como la entonación, movimientos, gestos, expresiones, etc. que muchas veces contienen de mensaje que no hayan sido transmitidos en su totalidad.

1.1.2. Herramientas externas La rueda de vida

Para Connor y Lages (2005), citado por Herrero, (2016), la rueda de vida es una fantástica herramienta de coaching que sirve para evaluar la posición presente del estudiante, así como su equilibrio vital, están divididos en ocho apartados: entorno físico, la interacción con los pares y sus posesiones, proyectos, salud, carrera profesional, amor, autodesarrollo, finanza o economía, ocio y diversión. El estudiante a la hora de evaluar la posición presente debe responder los ocho apartados que aparecen de cero (0) a veinte (20) estos deben ser evaluados en función de su satisfacción actual.

Una vez evaluado en la rueda de vida el estudiante realiza la selección de algunas áreas que requieren mayor atención, el proceso de recuperación lo realiza conjuntamente con el docente. "Resulta interesante comprobar hasta qué punto si logramos que el alumno mejore en alguna de las áreas de la rueda, puede influir para que mejore en otras sin hacer ninguna acción en ellas" (Núñez, 2009, p. 24).

La línea del tiempo

Para Núñez (2009) línea de tiempos es una herramienta que nos ayuda a preparar un plan de acción, que significa planificar una serie de tareas en el tiempo, donde uno ya sabe que realizar en cada momento. Se representa de manera lineal las actividades que se realiza en función al tiempo pasado lejano, del presente inmediato y del futuro próximo.

Modelo Grow

Whitmore (2003), citado por Núñez (2009) propone el método para mejorar el rendimiento de las personas en cuatro etapas:

Tabla 1

Etapas para mejorar el potencial.

ETAPAS	
Primera	Establece la meta (Goal), a corto y largo plazo.
Segunda	Evaluar la realidad (Reality) para explorar la situación actual.
Tercera	Contemplar qué (What) se va a hacer, cuándo (When) o cursos de acción alternativos.
Cuarta	Determinar qué (What) se va a hacer, cuándo (When) y quién (Who) lo hará y la voluntad (Will) de hacerlo.

Nota. Elaboración propia a partir de Whitmore (2009)

Mientras tanto, para Díaz (2016) el modelo Grow consiste en fijar el objetivo de la actividad en un tiempo determinado, evaluar el contexto para indagar la problemática actual, involucrar todas las alternativas de solución y tener en cuenta: qué se va a realizar, en qué tiempo y con quién se hará y la voluntad para ejecutar.

Metáforas

Es un recurso literario que permite conocer la cultura y la forma de pensar y comunicarse de los estudiantes, asimismo permite al docente descubrir si la metáfora brinda apoyo realmente al deseo de sus estudiantes a partir del análisis del lenguaje y la conducta. Al respecto Núñez (2009) sostiene que "cuando tomamos conciencia de las metáforas que rigen nuestras vidas, la de nuestros alumnos e incluso amigos y compañeros de trabajo, descubrimos la naturaleza de nuestros procesos mentales y la de los demás" (p. 28)

Las posiciones perceptivas

Las posiciones perceptivas consisten en que el estudiante debe ser capaz de ver la realidad desde distintos ángulos para conocer sus debilidades y fortalezas, valores, creencias y objetivos que desea



alcanzar y finalmente poseer una capacidad de ver el mundo desde la perspectiva de los demás.

Esto requiere que el estudiante debe dominar los cuatro niveles de análisis que se conocen bajo la denominación de posiciones perspectivas (Núñez, 2009, p. 27)

Tabla 2

Posiciones perceptivas

POSICIONES PERCEPTIVAS	
Primera posición	Está relacionado al trabajo de autoconocimiento, donde debe ser capaz de conocerse uno mismo de manera íntegra.
Segunda posición	Se lleva a cabo un análisis exhaustivo al estudiante para comprender y situarse en su lugar y llegar a pensar como él.
Tercera posición	Se enfoca en realizar el trabajo de observar de manera externa a la relación que mantiene con otras personas y la conexión entre ambas partes.
Cuarta posición	Se lleva a cabo el reconocimiento del entorno del estudiante (familiar, amigos, compañeros, etc.) esto ayuda a comprobar algunas acciones que <u>condicionan y como esto afectan al mismo.</u>

Nota. Elaboración propia a partir de Núñez (2009)

La ventana de Johari

Es una herramienta psicológica actual, con una connotación cognitiva y comunicacional, la cual contribuye al desenvolvimiento de grupo, a nivel personal y organizacional (Costelló 2015, citado por Vargas, 2020). El autor sostiene que la herramienta ayuda a construir un proceso dinámico de aprendizaje mutuo a través de la retroalimentación (feedback) y se ilustra con un cuadro de doble entrada para la combinación de variables cambiantes como: conocido por mí, no conocido por mí, conocido por los demás y no conocido por los demás.

1.2. Resiliencia de estudiantes

El termino resiliencia “se refiere a la capacidad de sobreponerse a momentos críticos y adaptarse luego de experimentar alguna situación inusual, también indica volver a la normalidad” (Castagnola, et al. 2021). La resiliencia a lo largo de la historia se hace notar por varias escuelas entre los que destacan son:

La escuela anglosajona se divide en dos generaciones; la primera generación “se centra en

descubrir a los niños que viven en riesgo social, que distingue a aquellos niños que se adaptan positivamente de aquellos que no” (Pizarro, 2017). Estudio que trata de las personas que padecían trastornos psíquicos y de aquellos que tenían carencias físicas, afectivas o eventos traumáticos. Se identificó las características biológicas y psicológicas que juegan un papel importante en la superación de las adversidades. Mientras tanto, la segunda generación se centró en establecer cuál es la dinámica entre factores que permiten la adaptación positiva. Puso el énfasis en el proceso, en promoción en contexto social (Pizarro, 2017). Busca los procesos de una adaptación positiva, para todas las personas que han vivido en condiciones de adversidad.

Mientras que, la escuela europea se desarrolló en el siglo XX con su principal exponente Boris Cyrulnik para quien la noción de resiliencia trata de comprender de qué manera un golpe puede ser asimilado, puede provocar efectos variables, incluso un rebote, Hernández (2010), citado por Pizarro, (2017). La resiliencia para la escuela europea se considera como un proceso narrativo personal, donde la persona debe relatar su trauma como una acción terapéutica que lleva a fortalecer su autoestima baja.

Por un lado, la resiliencia latinoamericana se caracteriza por su estudio de resiliencia comunitaria se sustenta en las difíciles condiciones de vida y desarrollo en Latinoamérica, considera a los pilares de resiliencia comunitaria como autoestima colectiva, identidad cultural, humor social, honestidad estatal y solidaridad (Melillo 2004).

La resiliencia de estudiantes universitarios se fundamentado en el comportamiento de transición de educación básica a superior. Cada estudiante es único y afronta numerosos cambios comunes, no todos son capaces de afrontar por lo que necesitan ayuda, esto mayormente depende del ambiente de estudio, así como de la fuerza interior.

Asimismo, se entiende que, pese a estar expuesto a la adversidad el estudiante gracias a su capacidad que posee se recupera, sobrepone desarrollando su competencia. En la misma línea Henderson y Milstein (2003) explica que el estudiante posee una capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito



frente a la adversidad y desarrolla competencias sociales, académicas y vocacional pese a estar expuesto a un estrés grave o simplemente a las tensiones inherentes al mundo de hoy. Mientras tanto para Chen (2016) citado por Holguin et al. (2020) quien describe que estudiantes chinos con determinada personalidad resiliencia afrontan exigencias académicas y personales para ser exitoso.

Henderson y Milstein (2003) plantean un modelo de seis pasos que contribuyen a la construcción de la resiliencia en la escuela. Los tres se enfocan en mitigar el riesgo e incluyen enriquecer vínculos sociales, fijar límites claros y firmes y enseñar habilidades para la vida. Por otro lado, los tres últimos pasos contribuyen a construir resiliencia a través de tres grandes condiciones: brindar afectos y apoyo, establecer y transmitir expectativas elevadas, y promover oportunidades de participación significativa.

Mientras tanto, para Werner (1989) citado por Villagas (2019) sostiene que existen algunos factores protectores que intervienen en el desarrollo de la resiliencia estos favorecen su inclusión dentro del entorno en situaciones adversas. Entre los que destacan son: introspección, interacción, iniciativa, independencia, humor, creatividad y pensamiento crítico.

Los factores protectores del ser humano se conocen como pilares de resiliencia estos permiten estimular los efectos negativos de la adversidad. Al respecto, Wolin y Wolin (1993) afirma que una persona resiliente es aquel que posee cualidades personales para sobrevivir con éxito a situaciones adversas las cuales también aparecen con frecuencia en los niños y adolescentes. Este sustento de pilares de resiliencia lo presenta mediante la teoría de mandala de la resiliencia, los que destacan son:

Introspección. Capacidad que ayuda comprender las cualidades personales uno y de los demás, para lo cual se requiere realizar una reflexión personal sobre las experiencias vividas.

Interacción. Habilidad que debe poseer uno para entablar lazos íntimos con otras personas, con la finalidad de equilibrar la propia necesidad de ser empáticos y aptos para con otros.

Iniciativa. Es la exigencia de uno para ponerse a prueba en tareas; está relacionado a la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos.

Independencia. Saber fijar límites entre uno mismo y los ambientes adversos; se caracteriza por mantener una distancia emocional y física para no llegar al aislamiento

Humor. En situaciones difíciles de tragedia encontrar lo cómico y el sentido de humor.

Creatividad. Salir del confort para transformar la realidad en base a solución de problemas. Por lo cual, uno debe innovar en lo personal, familiar, artístico, científico y social.

Moralidad. Es la conciencia moral que ayuda una persona a relacionarse en base a valores humanos y permite discriminar entre lo bueno y lo malo esto lleva a una vida satisfactoria.

Para desarrollar las destrezas y acrecentar la resiliencia se deben utilizar los pilares, pero es importante categorizar y agrupar en cuatro componentes principales. Estos componentes, se da cuando el adolescente se siente seguro de sí mismo, con control sobre las cosas que le suceden, con la autoestima y con clara conciencia de los valores personales que posee (Velásquez, 2017, p.25). En la misma línea, Suárez (2004) denomina a los pilares de resiliencia como características de la resiliencia individual y agrupa en cuatro componentes básicos esto aporta mayor concreción en el fortalecimiento de la resiliencia, las mismas son:

Competencia social

“Habilidad social, autonomía, empatía, humor, flexible y adaptable a los cambios, moralidad, creatividad, optimismo” (Suárez, 2004 p. 239). Se conoce como un componente que incluye cualidades de estar listo para responder a cualquier estímulo, comunicarse con facilidad, demostrar empatía y afecto, y tener comportamientos pro-sociales. “Los adolescentes resilientes responden más al contacto con otros seres humanos, estableciendo relaciones positivas con las demás personas, son más activos, flexibles y adaptables” (Rodríguez, 2009, p. 296)

Resolución de problemas

Suárez (2004) afirma que es la “habilidad para pensar en abstracto reflexiva y flexiblemente y la posibilidad de buscar soluciones alternativas” (p. 240). Implica que el estudiante debe ser el primero en enfrentar, buscar, motivar a sus compañeros y gestionar alternativas de solución a los diferentes problemas que se puede presentarse.

Autonomía

“Se refiere al sentido de la propia identidad, la habilidad para poder actuar independientemente al control de elementos del propio ambiente” (Suárez, 2004 p. 240). Por otro lado, Rodríguez (2009) sostiene que distintos autores han usado diferentes definiciones. Algunos se refieren a un fuerte sentido de independencia, mientras que otros destacan la importancia de tener un control interno y un sentido de poder personal, a la vez se refieren a la autodisciplina y el control del impulso, al mismo a la habilidad para separarse de una familia disfuncional y colocarse psicológicamente fuera de los padres.

Sentido de propósito y futuro

Suárez (2004) manifiesta que es la “expectativa saludable, dirección hacia objetivos, sentido de anticipación y de la coherencia, fe en un futuro mejor y capacidad de pensamiento crítico” (p. 240). Mientras tanto, Rodríguez (2009) afirma que dentro de esta categoría entran varias cualidades, entre los que se encuentran expectativas saludables, objetivos claros, orientación hacia la consecución de objetivos propuestos, éxito en lo que emprenda, motivación para los logros, fe en un futuro mejor y uno de los más poderosos predictivos de resultados positivos en cuanto a resiliencia (p. 296).

2. Materiales y métodos

2.1. Establecimiento de modelo

Para responder al problema propuesto y los objetivos planteados, la investigación es de enfoque cuantitativo, de diseño cuasi experimental; debido a que se manipularon las variables no comprobadas, en

condiciones rigurosamente controladas, con el fin de describir de qué modo o por qué causa se produce una situación.

La población estuvo conformada por 575 estudiantes matriculados en el semestre académico 2021 de la Universidad Nacional Autónoma de Huanta. Se realizó un muestro no probabilístico que se tomó a 44 estudiantes del primer ciclo de la facultad de ingeniería; de los cuales se escogió a 22 estudiantes de la escuela profesional de Ingeniería de Negocios Agronómicos y Forestales para el grupo control y 22 de la escuela profesional de Ingeniería y Gestión Ambiental para el grupo experimental.

Como criterio de inclusión se tuvo en cuenta a los estudiantes universitarios que provienen de zonas urbanas marginales comunidades campesinas, nativas del Valle de los ríos Apurímac, ene y Mantaro-VRAEM. Mientras que como criterio de exclusión se tuvo en cuenta a estudiantes provenientes de zona urbana de estatus social alta, media y estudiantes con problemas clínicos.

2.2. Diseño de cuestionario

Para fines de la investigación se elaboró el instrumento denominado cuestionario de resiliencia parco, tiene una validez de constructo basado en la teoría de Suárez (2004) quien manifiesta que la resiliencia se centra las cualidades internas que poseen las personas para afrontar las adversidades teniendo en cuenta a: competencia social, resolución de problemas, autonomía, sentido de propósito y futuro.

Se realizó la confiabilidad con 49 estudiantes de la Escuela de Educación Superior Pedagógico Pública “José Salvador Caverro Ovalle”- Huanta, se encontró un coeficiente de Alpha de Cronbach de 0.90 que indica una confiabilidad alta para la investigación.

El instrumento está conformado por 32 ítems los cuales están distribuidos de acuerdo a los indicadores a) competencia social (ítems 1 al 8), b) resolución de problemas (ítems 9 al 16), c) autonomía (ítems 17 al 24), y d) sentido de propósito y futuro (ítems del 25 al 32). Cada informante calificó su acuerdo o desacuerdo marcando alguna de las alternativas propuestas según la escala de Likert: 1 (totalmente en



desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (no estoy seguro/a), 4 (de acuerdo), 5 (totalmente de acuerdo).

El cuestionario resiliencia parco se interpreta de la siguiente manera: todos los ítems se califican sobre una escala de 5 puntos; a partir de 1 “totalmente en desacuerdo”, hasta el 5 “totalmente de acuerdo”. Los ítems están redactados en forma afirmativa y reflejan con exactitud las declaraciones hechas por lo examinados, asimismo a todos se califican de manera positiva ya que los resultados varían de la siguiente manera: de 32 a 74 se interpreta nivel bajo de resiliencia, de 75 a 117, nivel mediano de resiliencia y

3. Resultado

3.1. Prueba de normalidad

Para realizar la prueba de hipótesis, se tuvo en cuenta el nivel de significancia del P valor=0,000 que es menor a 0,005 por lo que se acepta la hipótesis alterna (Ha), en merito a que la distribución de la variable es distinta a la distribución normal en consecuencia se rechaza la hipótesis nula (H0) (las puntuaciones no tienen una distribución normal) esto determinó el uso de la estadística no paramétrica (U de Mann-Whitney, W de Wilcoxon).

Tabla 3

Nivel de resiliencia antes y después de la aplicación del programa herramientas del coaching educativo.

Shapiro-Wilk	GRUPO CONTROL			GRUPO EXPERIMENTAL		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
PRE-TEST						
Resiliencia	0,628	22	0,000	0,640	22	0,000
POST-TEST						
Resiliencia	0,637	22	0,000	-	22	-

Nota. Aplicación de la encuesta a los estudiantes de la UNAH.

3.2. Prueba de hipótesis

La tabla 4, muestra los resultados de la prueba de hipótesis del pre-test tanto del grupo experimental y control, a través de la prueba estadístico de U de Mann-Whitney, W de Wilcoxon se obtuvo el siguiente resultado; en relación a la variable resiliencia el p-valor=0,000 por lo que se acepta la Ha y se rechaza la Ho. Mientras tanto, en relación a las dimensiones competencia social p-valor=0,760; resolución de problemas p-valor=0,028; autonomía el p-

de 118 a 160, nivel alto de resiliencia, de la misma manera para las dimensiones de 8 a 18 (nivel bajo de resiliencia), de 19 a 29 (nivel mediano de resiliencia) y de 30 a 40 (nivel alto de resiliencia).

Una vez obtenida la autorización para la ejecución se concedió a los participantes una carta de consentimiento informado que contiene los fines y objetivos de estudio. Los datos recogidos se exportaron al programa SPSS-25 y para el análisis de los resultados se utilizó la prueba estadística de U de Mann-Whitney, W de Wilcoxon, que considera una significancia de $p < 0.05$.

valor=0,268 y sentido de propósito y futuro p-valor=0,554 los cuales son mayores a 0,05 por lo que se acepta la Ho y rechazamos la Ha, se afirma que no existen diferencias significativas en el grupo experimental y control.

Tabla 4

Hipótesis para comparar la diferencia nivel de resiliencia entre grupo experimental y control en el pre-test.

COMPARACION	PRE-TEST			
	U de Mann-Whitney	W de Wilcoxon	Z	Sig.
Competencia social	231,000	484,000	-0,306	0,760
Resolución de problemas	165,000	418,000	-2,201	0,028
Autonomía	209,000	462,000	-1,108	0,268
Sentido de propósito	231,000	484,000	-0,591	0,554
Resiliencia	220,000	385,000	-3,546	0,000

Nota. Variable de agrupación grupo experimental y control.

Mientras tanto, en la tabla 5 se muestra los resultados de la prueba de hipótesis del pos-test tanto del grupo experimental y control, mediante la prueba estadístico de U de Mann-Whitney, W de Wilcoxon se obtuvo el siguiente resultado; en relación a la variable resiliencia el p-valor=0,000 de la misma manera en las dimensiones: competencia social, resolución de problemas y autonomía obtuvieron el mismo resultado; mientras tanto, la dimensión sentido de propósito y futuro el p-valor=0,004 lo cual es menor a 0,05 por lo que aceptamos la Ha y rechazamos la Ho, se afirma que existen diferencias significativas en el grupo experimental y control.



Tabla 5

Hipótesis para comparar la diferencia nivel de resiliencia entre grupo experimental y control en el post-test.

COMPARACIÓN	POST-TEST			
	U de Mann-Whitney	W de Wilcoxon	Z	Sig.
Competencia social	132,000	385,000	-3,546	0,000
Resolución de problemas	98,500	351,500	-4,079	0,000
Autonomía	99,000	352,000	-3,879	0,000
Sentido de propósito	165,000	418,000	-2,847	0,004
<u>Resiliencia</u>	<u>132,000</u>	<u>385,000</u>	<u>-3,556</u>	<u>0,000</u>

Nota. Variable de agrupación grupo experimental y control.

4. Discusión

La resiliencia “se destacado como un enfoque positivo de la intervención social con quienes sufren y viven en situaciones de pobreza y exclusión social al movilizar las fortalezas y oportunidades que facilitan el progreso hacia una vida más digna y saludable” (Castagnola, et al. 2021, p. 6). Para garantizar el éxito en los estudiantes universitarios es importante que el docente (coach) realice una intervención temprana para los cuales debe apoyarse de una propuesta pedagógica enfocado en fortalecer las distintas debilidades. En la región Ayacucho no todos los estudiantes universitarios tienen las mismas oportunidades, más aún para uno que viene de zona urbano marginal, comunidades campesinas, nativas del valle de los ríos Apurímac, ene y Mantaro que implica alejarse de la familia, soportar las carencias económicas, enfrentarse en soledad a los problemas; todo lo mencionado al no ser tratado a tiempo pueden ser perjudicial para el estudiante y la universidad.

El objetivo central de la investigación es explicar los efectos que producen las herramientas del coaching educativo en el fortalecimiento de la resiliencia en estudiantes universitarios. Al respecto los resultados, indican que se cumplió con la hipótesis general, mediante la prueba estadístico de U de Mann-Whitney, W de Wilcoxon, se encontró una diferencia estadística significativa ($p\text{-valor}=0,001 \leq (p\text{-valor}=0,05)$) en el nivel de resiliencia del grupo experimental. El resultado permite entender que la capacidad de recuperarse, sobreponerse, adaptarse al cambio mejoró de manera significativa en los

estudiantes, así como también en su competencia social y académica. El análisis de los resultados previos permite conocer que la variable resiliencia tiene un nivel alto de resiliencia. Así lo detallan los estudios obtenidos por Cayetano (2020) quien determinó que su programa mejoró significativamente la resiliencia, en relación a los valores que se obtuvieron en la T Student, donde la media = -20.931 y $T_c=-8.811 < T_t=1.69$ con significancia $0.000 < p\text{-valor}=0.05$; estos resultados permitieron aceptar la hipótesis alternativa; además se tiene que el nivel de resiliencia también ha tenido mejoría al comprobar que resalta la diferencia en el grupo experimental, donde el nivel moderada alta en el pretest tiene 21%, postest 51%; y el nivel alta, pretest 7%, postest 14%. De la misma manera, Velásquez (2017) concluye que los estudiantes de primer ciclo de la escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas, en su mayoría (74.1%), presentan un nivel promedio de resiliencia, seguido de un 23% que se encuentran en un nivel alto y un 2.9% en el nivel bajo, infiere que no existe niveles bajos de resiliencia en más de la mitad de los alumnos. También coincide con los resultados de Condor (2019) quien concluye que “existe una relación directa moderadamente la variable x resiliencia y la variable rendimiento académico en estudiantes de educación superior por lo general es 63.1% de los estudiantes son resilientes y también presentan un buen rendimiento académico” (p. 107). Así también, se tiene el estudio de López, et al (2013) quien detalla que los estudiantes participantes alcanzaron un nivel medio de resiliencia, lo cual permitió precisar que un porcentaje importante de los estudiantes posee una actitud favorable, es decir, que sus atributos personales les permiten hacer frente a las adversidades que la dinámica de la preparación profesional todo ello mediante los factores de: introspección, iniciativa, humor, interacción, independencia, creatividad, moralidad, pensamiento crítico. Bajo lo referido anteriormente y al analizar los resultados de los autores, se confirma que mientras más se priorice el uso de las herramientas internas y externas del coaching educativo en los estudiantes universitarios mejor será su capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito a los cambios. De la misma manera, aquellos estudiantes que viven lejos de hogar y familia que carecen de economía, habilidades

sociales, competencias y capacidades personales dejan de ser propensos al abandono y deserción de su estudio.

5. Conclusiones

Una vez desarrollado el programa Herramientas del Coaching Educativo en la Universidad Nacional Autónoma de Huanta, los estudiantes del I ciclo demostraron mejoría en el fortalecimiento de su resiliencia. En virtud a valores que se obtuvieron en la prueba estadístico, una significancia de $p\text{-valor}=0,000$ lo cual es menor a 0,05 esto demuestra mejora en las habilidades para enfrentar a las adversidades, facilidad para adaptarse a los cambios, mayor responsabilidad consigo mismo, compromiso y dedicación en su estudio.

Con respecto a la dimensión competencia social, se determinó que el programa fortaleció significativamente las habilidades de relacionarse, adaptarse al cambio, proporcionó mayor creatividad y sobre todo optimismo, asimismo, fomentó la autocrítica, reflexión a la hora de ejecutar una actividad.

De la misma manera, se determinó que el programa mejora significativamente la dimensión de resolución de problemas, en virtud a que los estudiantes utilizan de la mejor manera sus habilidades para solucionar un problema, en momentos críticos recurren a la reflexión, se aprecia mayor interés en ser los primeros en plantear alternativas de solución.

En relación a la dimensión autonomía se determinó que el programa mejora significativamente, ya que los estudiantes presentan mayor control de su impulso, no tienen problemas para adaptarse a los cambios, están seguros de lo hacen, realizan sus actividades de manera responsable y no necesita la autorización del tutor.

Finalmente es posible describir que en la dimensión sentido de propósito y futuro el programa demostró una mejora en sus expectativas saludables, fe en su futuro, todas las actividades lo direccionan hacia sus objetivos y se esmeran constantemente en ser los mejores.

Agradecimiento

Agradezco de manera especial a la Universidad Nacional Autónoma de Huanta permitir realizar este trabajo de investigación.

Declaración de consentimiento informado

Para realizar el estudio se obtuvo el consentimiento informado de los estudiantes participantes.

Conflicto de interés

El estudio es autofinanciado por lo tanto declaro no tener algún tipo de conflicto de interés que declarar.

Referencias

- Álvarez, Gudiño y Macias (2018). Coaching educativo: desarrollo de competencias en el educando de nivel superior. Universidad Espíritu Santo. Revista, 3(11), 169-182. <https://acortar.link/AWdgr>
- Cayetano, A. (2020) Programa inteligencia emocional para mejorar la resiliencia en estudiantes del segundo grado del nivel secundario, Institución Educativa San Nicolás, Huamachuco. Tesis doctoral, Universidad César Vallejo, Trujillo-Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/49120>
- Castganola, C., Carlos-Cotrina, J., & Aguinaga-Villegas, D. (2021). La resiliencia como factor fundamental en tiempos de Covid-19. Propósitos y Representaciones, 9(1), e1044. Doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n1.1044>
- Condor Y. (2019). La resiliencia y rendimiento universitario en los estudiantes del I ciclo de la facultad de educación en la especialidad de educación primaria de la Universidad Nacional Federico Villareal. Tesis, Lima - Perú. <https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/4329?show=full>
- Díaz (2016). El coaching educativo como formación de los estudiantes en el programa de maestría en docencia universitaria para el desarrollo profesional. Tesis Universidad de San Carlos de Guatemala. http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/07/07_2306.pdf



- Espinoza (2017). Educación superior para indígenas de la amazonia peruana: balances y desafíos. *Antropología*, 27(3). <http://dx.doi.org/10.18800/antropologica.201702.005>.
- Ferreyra, M. M., Avitabile, C., Botero Álvares, L., Haimovich Paz, F., & Úrzúa, s. (2017). Momento decisivo, la educación superior en América latina y el caribe. Washington, EE.UU. <https://acortar.link/6Jygr9>
- Herrero (2016). Educación, economía y axiología: el coaching educativo. Tesis Universidad de Valladolid. <https://acortar.link/WPzRGF>
- Henderson & Milstein (2003). Resiliencia en la escuela. Editorial Paidós. México.
- Holguin Alvares, J., & Rodríguez Castillo, M. (2020). Proactividad y resiliencia en estudiantes emprendedores de Lima. *Propósito y Representación*, 8(2), e367. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n2.367>
- Gómez, D. A. Delgado, U., Martínez, F. G., Ortiz, M.A. y Avilés, R. (2021). Resiliencia, género y rendimiento académico en jóvenes universitarios del Estado de Morelos. *Revista ConCiencia EPG*, 6(1), 36-51. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-1.3>
- Lárez (2008). El coaching como estrategia para potenciar el éxito durante la etapa de desarrollo y culminación del trabajo especial de grado. *Revista universitaria de investigación*, 9(2), 219-234. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41011837013>
- López, Y., Martínez, C., Serey, Y., Velasco, A., & Zúñiga, C. (2013). Factores de resiliencia en estudiantes de carrera de pedagógica de una universidad estatal de la región de Valparaíso. *Revista psicológica*, 3(5), 76-89. <http://sitios.uvm.cl/revistapsicologia/revista/05.05.resiliencia.pdf>
- Mamani (2019). El asesor de tesis como coach: una alternativa para impulsar la producción científica estudiantil. *Revista cubana de educación médica superior*.33. <http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v33n1/1561-2902-ems-33-01-e1590.pdf>
- Melillo (2008). Sobre la necesidad de especificar un nuevo pilar de resiliencia, A. Melillo y Suárez (Eds.), Descubriendo las propias fortalezas. Argentina - Paidós.
- Mateu, R. García, M. Gil, J. Caballer, A. (2010). ¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. *Revista de investigación*, 15(-), 231-248. http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum_2009_15.pdf
- Núñez, B. (2009). Una metodología innovadora aplicada a la práctica docente: el coaching. Valladolid.
- Política Nacional de Educación Superior y Técnica Productiva (2021). Documento resumen. Lima Perú. <https://acortar.link/2IISTC>
- Peralta, Ramírez & Castaño (2000). Factores resiliencia asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la universidad de sucre (Colombia). *Revista colombiana psicología desde el caribe*, 17(-), 196-219. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21301709.pdf>
- Pérez, Y., Reyes, A., Matos, H., De la Guardia, A. (2019). Coaching. Importancia del docente coach. *Revista médica*, 23(02), 365-385. <https://www.medigraphic.com/pdfs/multimed/mul-2019/mul192o.pdf>
- Pizarro (2017). Relación entre autoestima, resiliencia y rendimiento académico en estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Nacional mayor de San Marcos. Tesis Lima-Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/6624>
- Rodríguez, R., Niño, Y., Razo., (2021). Sistema del coaching tutorial: caso de uso en un seminario de titulación. *Revista apertura*, 13(01), 86-100. <https://doi.org/10.32870/ap.v13n1.1934>.
- Rodríguez (2009) "Resiliencia". *Revista psicopedagógica*. Vol. 26 N° 80 Sao paulo. <https://acortar.link/1VMeOB>
- Suarez (2003). Perfiles de resiliencia, en N.E Suarez, Munst, M. Kotliarenco, M. A (Eds), *Resiliencia tendencia y perspectiva*. Argentina: Fundación Bernard van Leer. UNLA.
- UNESCO IESALC (2020). Covid 19 y educación superior: de los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuesta y recomendaciones. París, Francia.

- <https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-ES-130520.pdf>
- Vargas, (2020). Programa de coaching educativo para disminuir las conductas antisociales y delictivas en estudiantes de educación secundaria, la esperanza 2019. Tesis Universidad Cesar Vallejo. Trujillo, Perú.
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/44404>
- Velásquez (2017). Medidas de la resiliencia en estudiantes universitarios de primer ciclo de la escuela profesional de administración y negocios internacionales de la facultad de ciencias empresariales de la universidad alas peruanas. Tesis universidad de Piura. Lima, Perú.
<https://hdl.handle.net/11042/3268>
- Villegas (2019). El uso de herramientas gamificadas para desarrollar la resiliencia en estudiantes universitarios. Tesis Universidad Nacional de Nuevo León. México.
<http://eprints.uanl.mx/18461/1/1080289224.pdf>
- Vinaccia, Quinteno & Moreno (2007). Resiliencia en adolescentes. Revista colombiana de psicología, 16(-), 139-146.
<https://www.redalyc.org/pdf/804/80401610.pdf>
- Wolin & Wolin (1993). The Resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity (el ser resiliente: como sobreviviente de problemas familiares pueden estar por encima de la adversidad). Nueva York, USA: Villard Books.