

**Relación entre la resiliencia,
el bienestar psicológico y la satisfacción familiar en universitarios
atendidos en servicios universitarios de atención psicológica**

**Relationship between resilience,
psychological well-being and family satisfaction
in university students attended in university psychological care services**

Tartakowsky-Pezoa, Viviana

Universidad Bernardo O'Higgins, Escuela de Psicología, Chile

viviana.tartakowsky@ubo.cl

 <https://orcid.org/0000-0001-7706-3761>

Araneda-Bengoechea, María Eugenia

Universidad Bernardo O'Higgins, Escuela de Psicología, Chile

maria.araneda@ubo.cl

 <https://orcid.org/0000-0002-4071-1048>

Marín-Medina, Claudio

Universidad Bernardo O'Higgins, Escuela de Psicología, Chile

claudio.marin@ubo.cl

 <https://orcid.org/0000-0001-5058-9042>

Resumen

El objetivo de la investigación fue analizar la relación entre la resiliencia, el bienestar psicológico y la satisfacción familiar, en estudiantes universitarios asistentes al servicio de atención psicológica de una universidad chilena, bajo el entendido de que dichas variables pueden ser factores protectores relevantes de la salud mental, pues favorecen el desarrollo adaptativo y funcional de las personas. La investigación tiene un alcance correlacional y posee un diseño no experimental transversal. En ella participaron 123 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Resiliencia Connor-Davidson, la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala de Satisfacción Familiar de Olson y Wilson. Los resultados muestran correlaciones significativas entre las tres variables centrales del estudio, siendo particularmente fuertes entre el bienestar psicológico y la resiliencia, pero con una fuerza moderada entre estas variables y la satisfacción familiar. Se concluye que se podría intervenir en el fortalecimiento de la resiliencia como un factor promotor del bienestar psicológico estudiantil en población usuaria de servicios psicológicos, teniendo como referencia la funcionalidad y satisfacción con la familia.

Palabras clave: resiliencia, bienestar psicológico, satisfacción familiar, estudiantes universitarios, servicios psicológicos.

Abstract

The objective of the research was to analyze the relationship between resilience, psychological well-being and family satisfaction in university students who have attended the psychological care service of a Chilean university, with the understanding that these variables may be protective factors of mental health and that they favor the adaptive and functional development of individuals. The research has a correlational scope and has a non-experimental cross-sectional design. A total of 123 students participated in the study. The instruments used were the Connor-Davidson Resilience Scale, the Ryff

Psychological Well-Being Scale and the Olson and Wilson Family Satisfaction Scale. The results show significant correlations between the three core variables of the study, being particularly strong between psychological well-being and resilience, but with a more moderate strength between these variables and family satisfaction. It is concluded that it would be possible to intervene in the strengthening of resilience as a factor promoting student psychological well-being in the population using psychological services, taking as a reference the functionality and satisfaction with the family.

Keywords: resilience, psychological well-being, family satisfaction, university students. psychological services.

Recibido: 12 diciembre 2024 - **Aceptado:** 06 mayo de 2025

1. Introducción

La incertidumbre dejada por la pandemia y el confinamiento por COVID-19 han tenido un fuerte impacto en el bienestar psicológico de la población a nivel global (Huarcaya-Victoria, 2020; Wang et al., 2020; Salgado et al., 2022), especialmente en grupos vulnerables, entre los que están las mujeres y los jóvenes (Pierce et al., 2020). Este último grupo, en gran parte compuesto por estudiantes cuyas edades están entre los 18 y 30 años presenta un alto

riesgo ante los efectos de la alerta sanitaria (Huarcaya-Victoria, 2020).

En Latinoamérica la situación no ha sido diferente, observándose que la pandemia tuvo consecuencias negativas en la vida de los adolescentes y jóvenes y en su bienestar subjetivo (Duarte y Jiménez-Molina, 2020; Moya-Vergara et al., 2022). Según la literatura, hay un especial impacto de la pandemia en la población universitaria, detectándose que es un grupo altamente vulnerable a presentar

desequilibrios psíquicos, depresiones e intentos de suicidio (García-Rivera et al., 2021; Mac-Ginty, Jiménez-Molina y Martínez, 2021; Martínez et al., 2021). Particularmente en Chile, Barrera-Herrera y otros (2021) evidenciaron que más de un 45% de los estudiantes presentaba sintomatología asociada a depresión, ansiedad o estrés; también reportaron que un 5% tenía ideación suicida, alrededor de un 14% problemáticas ligadas a trastornos de la alimentación, un 50% presentaba insomnio, además de un variado y preocupante consumo de sustancias. Otras investigaciones chilenas pospandemia muestran que los rangos de malestar psicológico oscilan entre 22,9% a 40,7%, y los síntomas depresivos y ansiosos alcanzan hasta un 45% (Langer et al., 2022; Valdés et al., 2022) con una prevalencia de riesgo suicidio alta (Valdés et al., 2022), siendo las estudiantes de sexo femenino las que sufren mayores problemas de salud mental (Langer et al., 2022).

El deterioro de la salud mental en universitarios puede tener importantes consecuencias en el mediano y largo plazo, desde el punto de vista académico (Camacho-Villa et al., 2023),

psicológico (Pérez-Villalobos et al., 2012; Antúnez y Vinet, 2013), laboral (Goldman-Mellor et al., 2014; Niederkröth et al., 2014), relacional (Kerr y Capaldi, 2011) y social (Canales y De Los Ríos, 2009). Si nos centramos en población universitaria vulnerable, este deterioro podría tener un efecto aún mayor en dichos ámbitos. Lo anterior implica ahondar en las dimensiones familiares, educacionales, sociales, personales y psicológicas (Canales y De Los Ríos, 2009), que favorecen el bienestar psíquico y la adaptación a las situaciones de crisis (Allan, McKenna y Dominey, 2014; Condori Meléndez et al., 2021) desde un enfoque preventivo (Cuijpers et al., 2019; Eisenberg, 2019) y centrado en los recursos y factores protectores de la salud mental y el bienestar de los estudiantes.

Si bien hay diversos factores que se pueden entender como recursos psicológicos o psicosociales protectores de la salud mental, la literatura evidencia que, dentro de ellas, algunas de las principales son la resiliencia, el bienestar psicológico y la satisfacción familiar. Por ejemplo, Cyrulnik (2003), Eisenberg et al. (2016), Wattick et al. (2023) han evidenciado

los efectos positivos de la resiliencia en la salud mental. Del mismo modo, Ryff y Singer (2008), Huppert (2009) y Jackman et al. (2022) han mostrado la importancia del bienestar psicológico para mantener un equilibrio en la salud mental. Finalmente, Olson (2000) y Pedrini et al. (2022), han hecho lo propio en relación con la satisfacción familiar y la salud mental. Ahora bien, ¿cómo se relacionan estas variables entre sí, particularmente en población universitaria vulnerable como las que se atienden en centros gratuitos de atención psicológica universitaria? La respuesta a esta interrogante resulta clave para pensar y diseñar estrategias protectoras de la salud mental, pues permitiría una mejor focalización y secuenciación de dichas intervenciones.

La resiliencia es definida como aquella capacidad de un sistema para adaptarse con éxito a riesgos que ponen en peligro su función y desarrollo (Masten, 2014). Esto, en el ser humano, se traduce como la capacidad para enfrentarse, sobreponerse y salir fortalecido ante situaciones desfavorables (Ruiz-Román, Juárez Pérez-Cea y Molina Cuesta, 2020). Revisiones sistemáticas han mostrado

relaciones significativas entre la resiliencia y la salud mental (Graner y Cerqueira, 2019), y la resiliencia y la calidad de vida (De Souza-Martins y Figueroa-Ángel, 2023).

Por su parte, el bienestar psicológico es entendido como un estado de equilibrio entre nuestros recursos psíquicos y las exigencias ambientales, lo que permitiría el logro de nuestra autorrealización (Ryff, 1989; Ryff y Keyes, 1995). Diversas investigaciones han mostrado la relación significativa entre esta variable y la salud mental (Huppert, 2009; Jackman et al., 2022).

Así también lo ha demostrado ser la satisfacción familiar percibida por las personas (Hafshoh y Saleh, 2021; Lagarda Lagarda, Vera Noriega y Tánori Quintana, 2022; Pailhé, Panico y Solaz, 2022). Dicha satisfacción puede ser definida como la percepción de logro de las metas definidas dentro del núcleo familiar, la cual se produce gracias a la conjunción de los recursos psicosociales propios de la familia, como son la cohesión, la flexibilidad y la comunicación familiar (Olson, 2000, 2011). Todo lo anterior refuerza la idea de que estas variables pueden

ser abordadas como cualidades psicosociales de los individuos que favorecen y protegen su salud mental.

Dado el significado y naturaleza de estas tres variables y la evidencia existente sobre su relación con la salud mental es posible hipotetizar en términos teóricos que entre ellas también puede existir una estrecha relación. Lo anterior, además, se sustenta en diversas investigaciones empíricas realizadas particularmente en población universitaria. Así, por ejemplo, se ha determinado que existe una correlación positiva y con diversos grados de fuerza entre la resiliencia y el bienestar psicológico (Ahluwalia et al., 2023; Akbayram y Keten, 2024; Al-Zain y Abdulsalam, 2022; Rodríguez-Fernández et al., 2016); entre la resiliencia y la satisfacción familiar o el apoyo familiar (Grevenstein et al., 2019; Rodríguez-Fernández et al., 2016); así como entre la satisfacción familiar y el bienestar psicológico (Marín et al., 2023). También se ha evidenciado que el apoyo y la satisfacción familiar son un factor predictor o que tiene un efecto positivo en la resiliencia (Dong et al., 2024; Flores y Cortés, 2022; Sagkal Midilli et al., 2024).

Algo equivalente se ha podido concluir de la relación de la resiliencia con el bienestar psicológico (Bore et al., 2016; Chow et al., 2018; Rayani et al., 2024; Ríos-Risquez et al., 2018; Sánchez-Aragón, 2020). Finalmente, también se ha mostrado que la resiliencia, mediada por factores como la esperanza, posee un efecto significativo tanto en el bienestar psicológico (Satici, 2016), como en la satisfacción familiar (Zarei y Fooladvand, 2022).

Todas estas investigaciones, si bien aportan información relevante para entender el modo en que estas variables se relacionan en la población universitaria, no entregan información significativa sobre la manera en que estos factores se modulan particularmente en población universitaria vulnerable, como aquella que accede a centros de atención mental universitarios gratuitos, lo cual redundaría en un vacío de conocimiento importante al momento de diseñar e intentar focalizar estrategias preventivas para la salud mental en población universitaria.

Dado lo anterior, esta investigación tiene como objetivo determinar la relación

existente entre la resiliencia, el bienestar psicológico y la satisfacción familiar en población universitaria vulnerable. La población, en particular, corresponde a estudiantes que han sido usuarios de centros universitarios de atención psicológica. Lo anterior es relevante, no solamente porque corresponden a una población vulnerable en términos de salud mental, sino además porque, dada la revisión de la literatura actual, por lo menos en Chile o Latinoamérica, no se encuentran estudios que se hayan preocupado de evidenciar el comportamiento de estas variables en esta población específica. Así, determinando la relación que pueden tener estas variables entre sí, este estudio puede ser de gran relevancia para el diseño e implementación de planes de promoción, prevención y apoyo al bienestar y la salud mental en instituciones de educación superior, particularmente en los estudiantes vulnerables de las mismas.

2. Método

Se realizó una investigación bajo el enfoque cuantitativo de tipo correlacional. El diseño

de investigación fue no experimental transversal, dado que se recopiló información de las variables de estudio en una situación ya dada y en un único momento en una determinada población universitaria. Las variables centrales del estudio fueron el *bienestar psicológico*, la *satisfacción familiar* y la *resiliencia*. Además, se tomaron algunas condiciones sociodemográficas para caracterizar a la muestra, como el sexo, la edad y la jornada de estudio. Se determinó esta metodología, dado que la problemática planteada apunta a determinar la correlación entre las variables ya mencionadas, de las cuales, además, existen en Chile instrumentos ya validados para su medición, lo que permite entregar validez y confiabilidad a los resultados obtenidos.

2.1. Participantes

La unidad de análisis fue acotada a estudiantes universitarios que hayan asistido a un centro universitario de atención psicológica. No se definieron criterios de exclusión. La población corresponde a los estudiantes de una universidad en Santiago de Chile, los cuales poseen en general altos niveles de vulnerabilidad. La vulnerabilidad de esta población se caracteriza,

entre otras condiciones, por los siguientes aspectos: el 86 % vive en familias con ingresos inferiores a \$800.000 (aproximadamente USD 818); el 40 % vive únicamente con la madre o en familias aglutinadas, mientras que solo el 20 % pertenece a familias biparentales; cerca del 45 % habita en viviendas que son propiedad de la familia, pero casi el 20 % reside en hogares de familiares, en calidad de allegados; finalmente, el 62 % no tiene antecedentes de estudios universitarios en sus padres, madres o tutores. La muestra fue de 123 estudiantes de la universidad que se atienden en el centro de atención psicológica de la misma, quienes fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico casual, ya que la información se recolectó a partir de un formulario online, que estuvo disponible desde el 2 de octubre al 6 de diciembre del 2023, para todos los estudiantes que pertenecieran a la población definida y que quisieran participar.

2.2. Instrumentos

Los instrumentos de recolección de información fueron: una breve ficha de datos demográficos con las variables ya indicadas, la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la Escala de

Satisfacción Familiar de Olson y Wilson, y la Escala de Resiliencia Connor-Davidson.

2.2.1. Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Es una escala tipo likert desarrollada por Ryff y Keyes (1995). La escala original se compone de 39 ítems, cada uno de los cuales posee seis categorías de respuesta, que van desde «muy en desacuerdo» (codificado con «1») a «muy de acuerdo» (codificado con «6»). Mientras más altos son los promedios de las puntuaciones, tanto en las subescalas como en la escala total, se interpreta como un mayor nivel de bienestar psicológico. La versión del instrumento que se utilizó fue la validada en Chile por Véliz (2012) para estudiantes universitarios, la que se compone de 37 ítems divididas en seis subescalas: *autoaceptación*, *relaciones positivas*, *autonomía*, *dominio del entorno*, *crecimiento personal* y *propósito en la vida*. En la presente investigación, el análisis de fiabilidad del instrumento completo arrojó un valor de $\alpha = .93$.

2.2.2. Escala de Satisfacción Familiar de Olson y Wilson

Es una escala tipo likert que se compone de 14 ítems. La escala está basada en el modelo de Olson y fue creada originalmente por Olson y Wilson en 1982 (Olson, 2011). Los ítems se distribuyen en dos dimensiones o subescalas, las cuales son *cohesión* y *adaptabilidad*. Los ítems impares miden la dimensión de cohesión, mientras que los pares valoran la dimensión de adaptabilidad. Cada ítem se responde con una escala ordinal de cinco grados, los cuales se puntúan de 1 a 5 y que van desde «totalmente insatisfecho» a «totalmente satisfecho». Para interpretar los resultados se deben promediar las puntuaciones de cada subescala y de la escala total, en donde mientras mayor es el promedio, mayor es la satisfacción percibida. En esta investigación, la escala total obtuvo una fiabilidad de $\alpha = .94$.

2.2.3. Escala de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC)

Es una escala tipo likert que posee 25 ítems con 5 alternativas de respuesta, las cuales van de «completamente en desacuerdo» a «completamente de acuerdo». Estas alternativas

se puntúan de 0 a 4. La escala posee cinco dimensiones, las cuales son: *competencia personal*, *tolerancia al afecto negativo*, *aceptación positiva del cambio*, *control* e *influencias espirituales*. Para interpretar sus resultados, se calculan promedios de las escalas y subescalas. Mientras mayor es el promedio, mayor es el nivel de resiliencia de los sujetos. En este estudio, la escala total obtuvo una fiabilidad de $\alpha = .94$.

2.3. Procedimiento y normas éticas

Para poder acceder a los participantes, se solicitó la autorización de una universidad en Santiago de Chile para obtener una base de datos con los correos electrónicos institucionales de los estudiantes que hayan asistido a su centro de atención psicológico. Posteriormente, se envió un correo masivo a los estudiantes de la base de dato ya mencionada, con la invitación a participar de la investigación, en donde se adjuntaba el link a un formulario online que, como primera sección, tenía un consentimiento informado que podía aceptarse o rechazarse y, posteriormente, presentaba los instrumentos de medición indicados previamente. El formulario electrónico se mantuvo en línea

desde el 2 de octubre al 6 de diciembre del 2023. Todo el proceso metodológico implementado fue aprobado por el Comité de Ética de una universidad chilena.

2.4. Procesamiento y análisis de datos

La base de datos que se descargó en un archivo Excel, se depuró y tabuló posteriormente en SPSS v.17. Habiendo ya tabulado los datos, primero se realizó el análisis de fiabilidad de cada una de las escalas, para posteriormente calcular el promedio de puntuación obtenida en cada una de ellas, pues con dichos promedios se realizan todos los análisis posteriores.

Se realizó un análisis descriptivo de todas las variables de estudio, tanto de las sociodemográficas como de las variables psicológicas. Además, se realizó un análisis de las variables psicológicas de acuerdo a las condiciones de género y edad.

En relación con el análisis inferencial, en primer lugar, se realizó una prueba de normalidad, para así decidir el tipo de prueba de correlación que se efectuaría entre las variables. Dicha prueba permitió decidir realizar un análisis

de correlación de Pearson entre las variables principales de la investigación. Este análisis se realizó tanto entre las puntuaciones totales de cada escala, como entre las puntuaciones de las subescalas. Todo lo anterior con la finalidad de realizar un análisis detallado de la manera en que estas variables se relacionan.

3. Resultados

Respecto del análisis de las variables demográficas, en la tabla 1 se observa que, de los 123 participantes, el 74,8% de los participantes corresponden a mujeres, el 22,8% a hombres y 3 personas (2,4%) se identificaron como no binarios. La mayoría de los encuestados asiste en jornada diurna (95,9%), mientras que solamente el 4,1% lo hace en vespertina. En cuanto a la edad, los participantes tuvieron un promedio de 22,24 ($\pm 3,55$) años, con un rango que oscila entre los 18 y 41 años.

Tabla 1: Características demográficas de la muestra

Variables		f	%
Sexo	Hombre	28	22,8
	Mujer	92	74,8
	No binario	3	2,4
Jornada	Diurna	118	95,9
	Vespertina	5	4,1
Edad	Media (DS)	Mediana	Min-Max
	22,24 (3,55)	21,00	18-41

Nota: f: Frecuencia; %: Porcentaje; DS: Desviación estándar; Min: Mínimo; Max: Máximo. Fuente:
 Elaboración propia.

En la tabla 2 se exponen los estadísticos descriptivos de cada una de las variables principales del estudio, incluyendo el análisis de las dimensiones que constituyen cada una de ellas de acuerdo a los instrumentos aplicados.

Tabla 2: Descriptivos de bienestar psicológico, resiliencia y satisfacción familiar

Variable	N	Rango	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Autoaceptación	123	5,0	1,0	6,0	3,816	1,0989
Relaciones positivas	123	5,0	1,0	6,0	3,734	1,0839
Autonomía	123	4,1	1,4	5,6	3,605	,9578
Dominio del entorno	123	4,2	1,8	6,0	3,863	,8477
Crecimiento personal	123	4,0	2,0	6,0	4,676	,9022
Propósito en la vida	123	4,8	1,2	6,0	4,016	1,1518
Bienestar psicológico	123	3,5	1,9	5,4	3,942	,7825
Cohesión familiar	123	4,0	1,0	5,0	3,120	,9767
Adaptabilidad familiar	123	4,0	1,0	5,0	2,851	1,0650
Satisfacción familiar	123	4,0	1,0	5,0	2,985	,9950
Competencia personal	123	3,6	,4	4,0	2,611	,8188
Tolerancia al afecto negativo	123	3,6	,4	4,0	2,403	,7231
Aceptación positiva del cambio	123	3,6	,4	4,0	2,774	,7474
Control	123	4,0	,0	4,0	2,534	,8382
Influencias espirituales	123	4,0	,0	4,0	2,699	,9746
Resiliencia	123	3,4	,6	4,0	2,583	,6664

Fuente: Elaboración propia.

En el caso del bienestar psicológico es importante recordar que las puntuaciones de la escala oscilan entre 1 y 6, interpretándose como más adecuado si las medias se acercan a 6 y como menos adecuado si ellas se aproximan a 1. La tabla 2 muestra que la media de bienestar psicológico es de 3,92 ($\pm,78$). Así, en términos generales, se puede afirmar que los estudiantes poseen un bienestar psicológico medio; en términos más específicos, se evidencia que las dimensiones con puntuaciones más altas son crecimiento personal ($4,67 \pm ,90$) y propósito en la vida ($4,01 \pm 1,15$). Por su parte, las dimensiones en las cuales los estudiantes reportan un menor desarrollo son autonomía ($3,60 \pm ,95$) y relaciones positivas ($3,73 \pm 1,08$). Sin embargo, todas estas dimensiones se mantienen dentro de un nivel medio de desarrollo. Lo anterior podría significar que el bienestar de los estudiantes estaría más bien basado en el logro de sus ideas de desarrollo personal, por sobre las relaciones adaptativas que pueden establecer con otras personas.

Respecto de la satisfacción familiar, las puntuaciones de la escala van de 1 a 5, interpretándose que mientras la media se aproxima a 1 es más baja

la satisfacción y en la medida que se aproxima a 5 es mayor la satisfacción familiar de los sujetos. De esta manera, en términos generales, la satisfacción familiar percibida por los participantes se encuentra dentro de un nivel medio, ya que su promedio es de 2,98 ($\pm,99$). Por su parte, la subescala de cohesión familiar obtuvo la mayor puntuación, con una media de 3,12 ($\pm,97$), mientras que la adaptabilidad familiar llegó a una media de 2,85 ($\pm 1,06$).

Finalmente, en relación con la resiliencia, la escala arroja puntuaciones que van de 0 a 4, siendo interpretadas como más resilientes aquellas que se aproximan a 4 y como menos resilientes las más cercanas a 0. De esta forma, los niveles de resiliencia reportados por los participantes pueden interpretarse como en un rango medio, ya que obtuvieron un promedio de 2,58 ($\pm,66$). El análisis también muestra que la dimensión con un mayor desarrollo es la de aceptación positiva del cambio ($2,77 \pm ,74$), mientras que la menos desarrollada es la de tolerancia al afecto negativo ($2,40 \pm ,72$). Sin embargo, todas las dimensiones de la resiliencia se establecen en un nivel medio de desarrollo.

Tabla 3: Estadísticos descriptivos de las variables del estudio de acuerdo al género

Variables	Género	N	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo
Bienestar psicológico	Masculino	28	3,823	,8071	1,9	5,2
	Femenino	92	3,976	,7878	2,4	5,4
	No binario	3	4,009	,2511	3,8	4,3
Satisfacción familiar	Masculino	28	3,186	,8928	1,0	4,8
	Femenino	92	2,936	1,0285	1,0	5,0
	No binario	3	2,619	,7868	1,7	3,1
Resiliencia	Masculino	28	2,419	,7168	,6	3,8
	Femenino	92	2,622	,6537	1,3	4,0
	No binario	3	2,920	,3020	2,6	3,2

Fuente: Elaboración propia

La tabla 3 muestra los resultados de las variables de acuerdo al género reportado por los participantes. Los datos indican que en la variable satisfacción familiar las personas de género masculino reportar un mayor desarrollo, con una media de 3,18 ($\pm,89$). Mientras, las personas identificadas como no binarias puntúan más tanto en la variable bienestar psicológico ($4,00 \pm ,25$) como en la variable resiliencia ($2,92 \pm ,30$), seguidas de las de sexo femenino en ambas variables. Sin embargo, la escasa muestra de personas no binarias no permitiría hacer mayores inferencias al respecto.

Tabla 4: Estadísticos descriptivos de las variables de estudio de acuerdo a la edad

Variables	Edad	N	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo
Bienestar psicológico	<= 21	66	3,823	,7630	2,0	5,4
	22 - 25	45	4,024	,8146	1,9	5,4
	26+	11	4,224	,6573	2,8	4,9
Satisfacción familiar	<= 21	66	2,863	,9959	1,0	5,0
	22 - 25	45	3,078	,9260	1,0	5,0
	26+	11	3,273	1,2506	1,4	4,7
Resiliencia	<= 21	66	2,470	,6739	,6	4,0
	22 - 25	45	2,699	,6388	1,3	3,8
	26+	11	2,735	,6801	1,4	3,7

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 4 describe la distribución de las variables centrales de la investigación de acuerdo a la edad de los participantes. En todas las variables se aprecia que quienes obtienen una mayor puntuación promedio son las personas de 26 o más años, obteniendo resultados de 4,22 ($\pm 0,65$), 3,27 ($\pm 0,25$) y 2,73 ($\pm 0,68$), en bienestar psicológico, satisfacción familiar y resiliencia, respectivamente. Por otra parte, en todas las variables quienes reportan un menor desarrollo son las personas de 21 años o menos.

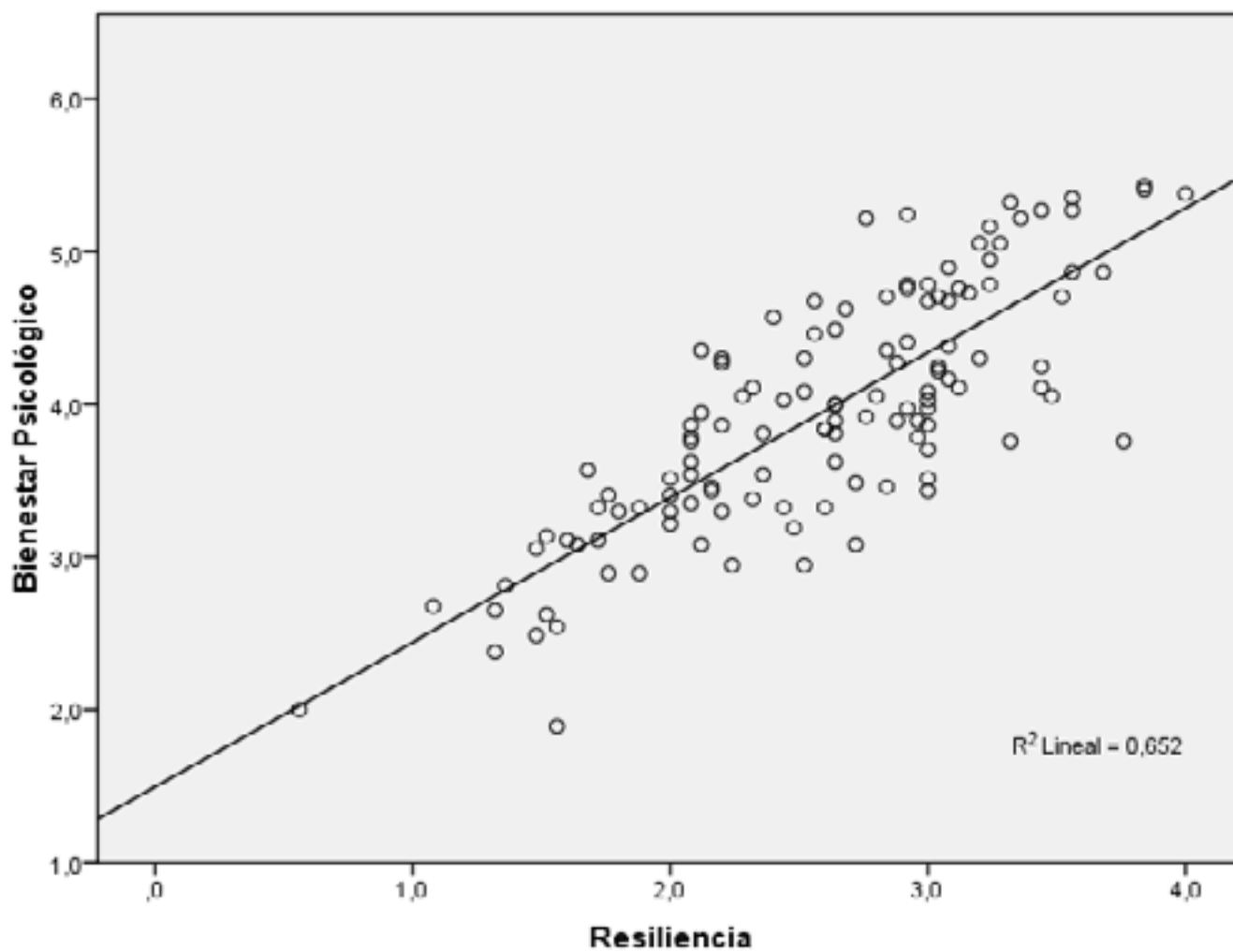
Tabla 5: Correlaciones resiliencia * bienestar psicológico

		Competencia personal	Tolerancia al afecto negativo	Aceptación positiva del cambio	Control	Influencias espirituales	Resiliencia
Autoaceptación	Correlación de Pearson	,727**	,515**	,687**	,669**	,213**	,722**
Relaciones positivas	Correlación de Pearson	,464**	,245**	,432**	,481**	,157*	,445**
Autonomía	Correlación de Pearson	,458**	,458**	,422**	,477**	,067	,494**
Dominio del entorno	Correlación de Pearson	,712**	,487**	,662**	,646**	,286**	,707**
Crecimiento personal	Correlación de Pearson	,637**	,344**	,607**	,542**	,254**	,603**
Propósito en la vida	Correlación de Pearson	,797**	,569**	,742**	,654**	,444**	,803**
Bienestar psicológico	Correlación de Pearson	,810**	,564**	,758**	,742**	,303**	,807**

Nota: * Las correlaciones son significativas a un nivel $\leq 0,05$; ** Las correlaciones son significativas a un nivel $\leq 0,01$. Fuente: Elaboración propia.

La tabla 5 muestra las correlaciones entre la resiliencia (columnas) y el bienestar psicológico (filas), tanto en términos generales como de acuerdo a sus distintas subescalas. Se puede apreciar que prácticamente entre todas las variables existen correlaciones significativas y directas (positivas), a excepción de influencias espirituales con autonomía. A propósito de lo anterior, también se puede inferir que la dimensión de influencias espirituales es la que correlaciona más débilmente con el resto de las variables. Las dimensiones del bienestar psicológico que correlacionan más fuertemente con la resiliencia son autoaceptación ($r=,72$), dominio del entorno ($r=,70$) y propósito en la vida ($r=,80$). Por su parte, las dimensiones de la resiliencia que correlacionan más fuertemente con el bienestar psicológico son competencia personal ($r=,81$), aceptación positiva del cambio ($r=,75$) y control ($r=,74$). Reforzando lo anterior, también resalta la fuerte correlación entre el bienestar psicológico y la resiliencia ($r=,80$), la cual se representa en el gráfico 1 expuesta a continuación.

Gráfico 1



Nota: Correlación resiliencia total con bienestar psicológico total. Fuente: Elaboración propia.

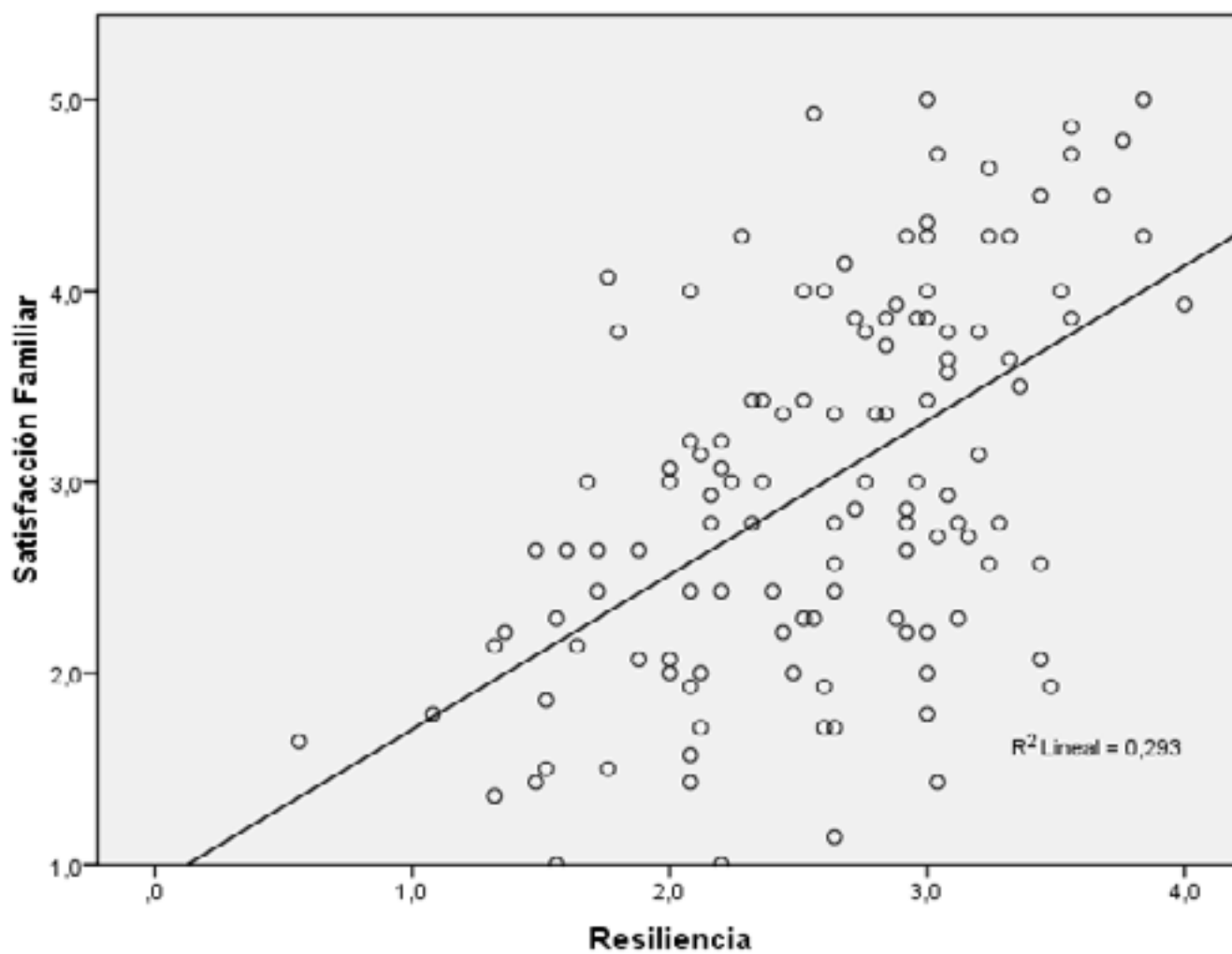
Tabla 6: Correlaciones resiliencia * satisfacción familiar

		Competencia personal	Tolerancia al afecto negativo	Aceptación positiva del cambio	Control	Influencias espirituales	Resiliencia
Cohesión familiar	Correlación de Pearson	,431**	,341**	,474**	,497**	,250**	,484**
Adaptabilidad familiar	Correlación de Pearson	,537**	,384**	,532**	,558**	,313**	,568**
Satisfacción familiar	Correlación de Pearson	,499**	,373**	,517**	,543**	,290**	,541**

Nota: ** Las correlaciones son significativas a un nivel $\leq 0,01$. Fuente: Elaboración propia.

La tabla 6 muestra las correlaciones observadas entre las variables resiliencia (columnas) y satisfacción familiar (filas), tanto a nivel global como por subescala. Entre todas las variables cruzadas se aprecian correlaciones significativas, directas (positivas) y con una fuerza moderada, a excepción de influencias espirituales, la cual correlaciona de manera más débil con las diversas variables constitutivas de la satisfacción familiar. Particularmente, entre la resiliencia y la satisfacción familiar existe una correlación moderada con una fuerza moderada ($r=,541$), la cual se representa a continuación.

Gráfico 2



Nota: Correlación resiliencia total con satisfacción familiar total. Fuente: Elaboración propia.

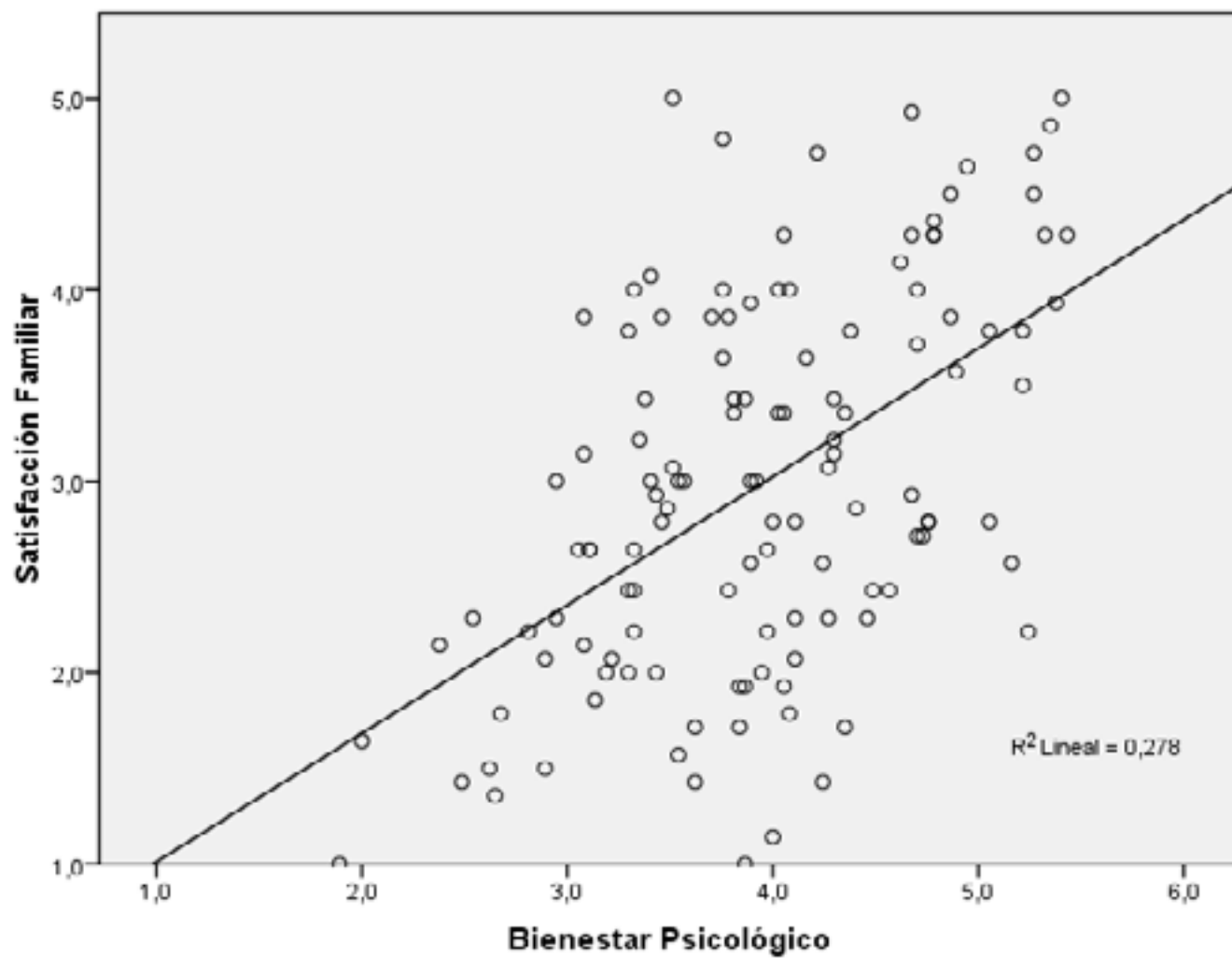
Finalmente, en la tabla 7 se exponen las correlaciones entre bienestar psicológico (columnas) y satisfacción familiar (filas). Se evidencia que entre todas las variables existen correlaciones significativas, directas (positivas) y con una fuerza moderada. De lo anterior, solamente difiere la dimensión autonomía, cuya fuerza de correlación con las dimensiones y total de la satisfacción familiar es más bien débil. También, se aprecia una correlación directa y con una fuerza moderada entre los totales de bienestar psicológico y satisfacción familiar ($r=,52$), lo cual se grafica en la tabla 7.

Tabla 7: Correlación bienestar psicológico * satisfacción familiar

		Autoaceptación	Relaciones positivas	Autonomía	Dominio del entorno	Crecimiento personal	Propósito en la vida	Bienestar psicológico
Cohesión familiar	Correlación de Pearson	,380**	,408**	,247**	,448**	,311**	,399**	,468**
Adaptabilidad familiar	Correlación de Pearson	,500**	,471**	,253**	,515**	,348**	,514**	,557**
Satisfacción familiar	Correlación de Pearson	,454**	,453**	,257**	,496**	,339**	,471**	,527**

Nota: ** Las correlaciones son significativas a un nivel $\leq 0,01$. Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3



Nota: Correlación resiliencia total con satisfacción familiar total. Fuente: Elaboración propia.

4. Discusión

Esta investigación tuvo como objetivo analizar las relaciones existentes entre la resiliencia, el bienestar psicológico y la satisfacción familiar, tanto a nivel general como entre las dimensiones que constituyen dichas variables, en población universitaria vulnerable, particularmente estudiantes consultantes de servicios de apoyo psicológico. Se hipotetizó que existiría relación significativa entre las tres variables, lo cual es posible confirmar con los resultados obtenidos. En efecto, se evidenció una fuerte correlación entre bienestar psicológico y resiliencia, así como una correlación con una fuerza más moderada entre estas variables y la satisfacción familiar. Así, se podría concluir que estas variables se comportan de una manera similar tanto en población universitaria general como en población universitaria más vulnerable, como es el caso de aquellos estudiantes que se atienden en los centros de atención psicológica.

Analizando más en detalle las relaciones entre las variables, se aprecia que entre las distintas subescalas de resiliencia y bienestar

psicológico existen correlaciones entre moderadas a fuertes, a excepción de la dimensión de la resiliencia denominada influencias espirituales, la cual no correlaciona con la subescala de autonomía y en general correlaciona de manera débil con las demás subescalas y la escala total de bienestar psicológico. Ese mismo comportamiento de la subescala de influencias espirituales se manifiesta en las correlaciones probadas con la satisfacción familiar en general y con sus subescalas. La dimensión de influencias espirituales se refiere a cómo las creencias religiosas o espirituales son elementos que permiten sobreponerse a las situaciones complejas que enfrentan las personas (Connor y Davidson, 2003). Este resultado difiere en cierta forma de lo reportado por Satıcı (2016), lo cual podría estar asociado a que en esta población y muestra en particular no existe un amplio desarrollo de la religiosidad y que, por ende, en ellos no estaría operando como un recurso psíquico resiliente. En el caso de las correlaciones entre el bienestar psicológico y la satisfacción familiar, destaca que en prácticamente todas ellas se evidencian correlaciones con una fuerza moderada, siendo, sin embargo, débiles en

las correlaciones que la satisfacción familiar y sus dimensiones presenta con la autonomía, que es un constituyente del bienestar psicológico. A partir de estos resultados no se puede inferir que la satisfacción familiar no tenga una correlación significativa con la autonomía de los sujetos, sino que simplemente tiene una relación menos fuerte que la que otros componentes del bienestar psicológico evidencian tener con la satisfacción familiar.

La literatura sugiere que la resiliencia tiene una correlación significativa con el bienestar psicológico (Rodríguez-Fernández *et al.*, 2016; Satici, 2016; Al-Zain and Abdulsalam, 2022; Ahluwalia, Shillington and Irwin, 2023; Akbayram and Keten, 2024), como también con la satisfacción familiar (Flores Galaz and Cortés Ayala, 2022; Zarei and Fooladvand, 2022; Dong *et al.*, 2024; Sagkal Midilli, Kalkim and Uslu, 2024). Así como también existiría una correlación significativa entre la satisfacción familiar y el bienestar psicológico (Marín *et al.*, 2023). Esta investigación muestra como particularmente fuerte la correlación entre resiliencia y bienestar psicológico, pero algo más moderada la correlación entre estas

variables y la satisfacción familiar. De esta forma, tanto la resiliencia como el bienestar psicológico pasan a ser variables centrales al momento de explicar los recursos psíquicos adaptativos con los cuales cuentan los sujetos.

Esto se puede leer desde la amplitud del concepto de resiliencia individual actual, el que integra dimensiones que están vinculadas con experiencias subjetivas de bienestar, capacidad de establecer vínculos positivos, así como de afrontar situaciones de adversidad (Grané y Forés, 2019); como también desde el modelo de bienestar psicológico de Ryff (1989; Ryff and Keyes, 1995), que involucra dimensiones relacionadas con la capacidad de los sujetos para establecer relaciones adaptativas, funcionales y sinérgicas con el entorno y las demandas que impone. Así, tanto la resiliencia individual como el bienestar psicológico dan cuenta de la satisfacción con la vida, además del bienestar con los vínculos más próximos, como por ejemplo las redes de apoyo, lo que brinda la consciencia y tendencia de acción hacia el solicitar apoyo si se visualizan necesidades de ayuda y/o transformación. Desde este hallazgo, resulta imperativo que se evalúe

la potenciación temprana de la resiliencia desde diversas instancias de soporte y apoyo a la población universitaria, como lo propone Castañeda-García y otros (2022), con características como las de esta muestra, como parte de una estrategia institucional para promover el bienestar psíquico deteriorado en este grupo, especialmente, tras la pandemia.

Por otro lado, también es relevante destacar que las variables estudiadas aparecen con puntuaciones en general dentro de un rango medio. Si bien lo anterior podría parecer contradictorio con el evidenciado incremento de problemas de salud mental en la población universitaria en Latinoamérica (Barrera-Herrera et al., 2021; Martínez et al., 2022; Restrepo et al., 2022), es comprensible considerando el hecho de que son estudiantes que están acudiendo a centros de atención psicológica en sus respectivos espacios universitarios. Es más, este resultado es alentador, ya que implica, por una parte, que aunque los participantes presentan desafíos en torno a su salud mental tienen consciencia de aquello y son capaces de pedir ayuda y abordar dicha situación de modo adaptativo, en vez de paralizarse o de

enfrentar mediante estrategias adversas. Esto refuerza la idea de implementar y evaluar programas de promoción de resiliencia, por ejemplo, mediante modelos de tutores de resiliencia, desde la perspectiva de Forés y Grané (2012), quienes consideran que las intervenciones con mirada sistémica son conscientes que los cambios en un sistema impactan en otros sistemas; demostrando su eficacia frente a acciones estándar, globales e impuestas desde la cúpula *hacia abajo* (Forés y Grané, 2008). De esta manera, instancias que incrementen mecanismos resilientes en esta población, deben ser contextualizadas a la población estudiantil de esta universidad, considerando, por ejemplo, que es una institución que forman a jóvenes que suelen enfrentar dificultades, de tipo económico y social, siendo la primera generación de sus familias que ingresa a la universidad.

Junto a lo anterior, también se podría conjeturar que la atención recibida está aportando a indicadores asociados a la promoción de su salud mental, lo que puede considerarse como un insumo positivo para los programas en los que las y los estudiantes están recibiendo apoyo.

Para poder verificar esta suposición, aparece como una línea para futuras investigación el desarrollar estudios longitudinales con esta población, para así determinar de manera más precisa la influencia de la intervención psicológica que reciben estos estudiantes en los espacios universitarios y la conexión con esta variable. Además, sería interesante comparar en futuros estudios a esta población con grupos de pares no consultantes respecto a las mismas variables, así como con el tipo y etapa de la intervención en que se encuentran, describiendo a cabalidad los marcos de referencia y modalidad bajo los que estas operan. Finalmente, como una última propuesta de investigación, resultaría interesante ahondar en el desarrollo de la espiritualidad y religiosidad tanto en población consultante como en población universitaria general, pues nuestros resultados denotan que esa dimensión de la resiliencia no estaría operando de manera significativa en la población estudiada, lo que incluso podría tener repercusiones para una posible reformulación del modelo de resiliencia de fondo, particularmente en poblaciones universitarias, y más aún si se trata de población con mayores condiciones de vulnerabilidad,

como es el caso de la consultante a centros de atención psicológica.

Como limitaciones del estudio está el no contar con una descripción detallada de las intervenciones o apoyo psicológico recibido por los participantes, así como la inclusión de otras variables psicosociales (como apoyo social y apoyo institucional, entre otras) que puedan estar afectando la salud mental de la población universitaria consultante en centros de atención psicológica gratuitos. Sin embargo, este estudio es un aporte frente a la necesidad de ahondar en el contexto latinoamericano, en las dimensiones personales relacionadas en mayor grado al bienestar psicológico y, por ende, de la adaptación y permanencia en el sistema educativo superior, con el fin último de diseñar, implementar y evaluar estrategias de intervención que incluyan recursos y factores protectores pertinentes según evidencia situada.

Declaración de conflictos de interés:

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

Referencias citadas

Ahluwalia, M., Shillington, K.J. e Irwin, J.D. (2023): «The relationship between resilience and mental health of undergraduate students: A scoping review», *Journal of American College Health* [Preprint]. Available at: <https://doi.org/10.1080/07448481.2023.2252925>.

Akbayram, H.T. y Keten, H.S. (2024): «The Relationship between Religion, Spirituality, Psychological Well-Being, Psychological Resilience, Life Satisfaction of Medical Students in the Gaziantep, Turkey», *Journal of Religion and Health*, 63(4), pp. 2847–2859. Available at: <https://doi.org/10.1007/s10943-024-02027-2>.

Allan, J.F., McKenna, J. y Dominey, S. (2014) «Degrees of resilience: profiling psychological resilience and prospective academic achievement in university inductees», *British Journal of Guidance & Counselling*, 42(1), pp. 9-25. Available at: <https://doi.org/10.1080/03069885.2013.793784>.

Al-Zain, A.O. y Abdulsalam, S. (2022): «Impact of grit, resilience, and stress levels on burnout and well-being of dental students», *Journal of*

Dental Education, 86(4), pp. 443–455. Available at: <https://doi.org/10.1002/jdd.12819>.

Antúnez, Z. y Vinet, E.V. (2013): «Problemas de salud mental en estudiantes de una universidad regional chilena», *Revista médica de Chile*, 141(2), pp. 209-216. Available at: <https://doi.org/10.4067/S0034-98872013000200010>.

Barrera-Herrera, A., San Martín, Y., y Universidad de La Frontera (2021): «Prevalencia de Sintomatología de Salud Mental y Hábitos de Salud en una Muestra de Universitarios Chilenos», *Psykhé (Santiago)*, 30(1). Available at: <https://doi.org/10.7764/psykhe.2019.21813>.

Bore, M. et al. (2016): «Predictors of psychological distress and well-being in a sample of Australian undergraduate students», *Higher Education Research and Development*, 35(5), pp. 869–880. Available at: <https://doi.org/10.1080/07294360.2016.1138452>.

Camacho-Villa, M.A. et al. (2023): «Cross-Sectional Analysis of Colombian University Students' Perceptions of Mental Health during the COVID-19 Pandemic: Repercussions on Academic

Achievement», *Healthcare*, 11(14), p. 2024. Available at: <https://doi.org/10.3390/healthcare11142024>.

Canales, A. y De Los Ríos, D. (2009): «Retención de estudiantes vulnerables en la educación universitaria», *Calidad en la Educación*, (30), p. 50. Available at: <https://doi.org/10.31619/caledu.n30.173>.

Castañeda-García, P.J. et al. (2022): «Análisis cuantitativo de resiliencia y apoyo social en estudiantes universitarios de primero y último curso de Psicología», *Revista iberoamericana de psicología*, 15(1), pp. 79–90. Available at: <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.15108>.

Chow, K.M. et al. (2018): «Resilience and well-being of university nursing students in Hong Kong: A cross-sectional study», *BMC Medical Education*, 18(1). Available at: <https://doi.org/10.1186/s12909-018-1119-0>.

Condori Meléndez, H. et al. (2021): «Efectos de la pandemia por coronavirus en la educación superior universitaria», *Revista Conrado*, 17(82), pp. 286–292. Available at: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442021000500286.

Connor, K.M. y Davidson, J.R.T. (2003): «Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)», *Depression and Anxiety*, 18(2), pp. 76–82. Available at: <https://doi.org/10.1002/da.10113>.

Cuijpers, P. et al. (2019): «The World Health Organization World Mental Health International College Student initiative: An overview», *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 28(2), p. e1761. Available at: <https://doi.org/10.1002/mpr.1761>.

Cyrułnik, B. (2003): *El murmullo de los fantasmas: volver a la vida después de un trauma*. Gedisa.

De Souza-Martins, M. y Figueroa-Ángel, M.X. (2023): «Psychological factors of university students and quality of life: A systematic review pre-pandemic», *Interdisciplinaria*, 40(1), pp. 25–41. Available at: <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.1.2>.

Dong, S. et al. (2024): «Enhancing psychological well-being in college students: the mediating role of perceived social support and resilience in coping styles», *BMC Psychology*, 12(1). Available at: <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01902-7>.

Duarte, F. y Jiménez-Molina, Á. (2020): «Psychological distress during the COVID-19 epidemic in Chile: the role of economic uncertainty», preprint. Psychiatry and Clinical Psychology. Available at: <https://doi.org/10.1101/2020.09.27.20202648>.

Eisenberg, D. (2019): «Countering the Troubling Increase in Mental Health Symptoms Among U.S. College Students», *Journal of Adolescent Health*, 65(5), pp. 573–574. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.08.003>.

Eisenberg, D., Lipson, S.K. y Posselt, J. (2016): «Promoting Resilience, Retention, and Mental Health», *New Directions for Student Services*, 2016(156), pp. 87–95. Available at: <https://doi.org/10.1002/ss.20194>.

Flores Galaz, M.M. y Cortés Ayala, M.L. (2022): «Resiliencia: Factores Predictores en Adolescentes», *Acta de investigación psicológica*, 12(3), pp. 115–128. Available at: <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2022.3.467>.

Forés, A. y Grané, J. (2008) «La resiliencia: Crecer desde la adversidad» 1st ed. Barcelona: Plataforma Editorial SL.

Forés, A. y Grané, J. (2012): *La resiliencia en entornos socioeducativos*. Narcea Ediciones.

Fullerton, D.J., Zhang, L.M. and Kleitman, S. (2021): «An integrative process model of resilience in an academic context: Resilience resources, coping strategies, and positive adaptation», *PLoS ONE*, 16(2 February). Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246000>.

García-Rivera, B.R. et al. (2021): «Influence of covid-19 pandemic uncertainty in negative emotional states and resilience as mediators against suicide ideation, drug addiction and alcoholism», *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24). Available at: <https://doi.org/10.3390/ijerph182412891>.

Goldman-Mellor, S.J. et al. (2014) «Suicide Attempt in Young People: A Signal for Long-term Health Care and Social Needs», *JAMA Psychiatry*, 71(2), p. 119. Available at: <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2013.2803>.

Grané, J. y Forés, A. (2019): *Los patitos feos y los cisnes negros: resiliencia y neurociencia*. Plataforma

Editorial. Available at: www.plataformaeditorial.com.

Graner, K.M. y Cerqueira, A.T.A.R. (2019): «Integrative review: Psychological distress among university students and correlated factors», *Ciencia e Saude Coletiva*, 24(4), pp. 1327-1346. Available at: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>.

Grevenstein, D. et al. (2019): «Better family relationships-higher well-being: The connection between relationship quality and health related resources», *Mental Health and Prevention*, 14. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.mph.2019.200160>.

Hafshoh, H.- y Saleh, A.Y. (2021): «The Effects of Family Functioning Dimensions on the Subjective Well-being among High School Students», *Psychological Research on Urban Society*, 4(1), p. 3. Available at: <https://doi.org/10.7454/proust.v4i1.63>.

Huarcaya-Victoria, J. (2020): «Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19», *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), pp. 327-34. Available at: <https://doi.org/10.17843/rpmpesp.2020.372.5419>.

Huppert, F.A. (2009): «Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences», *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), pp. 137-164. Available at: <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>.

Jackman, P.C. et al. (2022): «Mental health and psychological wellbeing in the early stages of doctoral study: a systematic review», *European Journal of Higher Education*, 12(3), pp. 293-313. Available at: <https://doi.org/10.1080/21568235.2021.1939752>.

Kerr, D.C.R. y Capaldi, D.M. (2011): «Young men's intimate partner violence and relationship functioning: long-term outcomes associated with suicide attempt and aggression in adolescence», *Psychological Medicine*, 41(4), pp. 759-769. Available at: <https://doi.org/10.1017/S0033291710001182>.

Lagarda Lagarda, A.E., Vera Noriega, J.Á. y Tánori Quintana, J. (2022): «Satisfacción con la vida y sus correlatos socio-personales en adolescentes de secundarias públicas de Sonora, México», *Revista de Psicología*, 40(1), pp. 9-35. Available at: <https://doi.org/10.18800/psico.202201.001>.

Langer, Á.I. et al. (2022): «Social and Economic Factors Associated With Subthreshold and Major Depressive Episode in University Students During the COVID-19 Pandemic», *Frontiers in Public Health*, 10, p. 893483. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.893483>.

Mac-Ginty, S., Jiménez-Molina, Á. y Martínez, V. (2021): «Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios en Chile», *Revista Chilena de Psiquiatría y Neurología de La Infancia y La Adolescencia*, 32(1), pp. 23-37. Available at: <https://tinyurl.com/4a2k5b9a>.

Marín Medina, C.E., Jorquera Silva, Y.X. y La Banca Ledesma, H.G. (2023): «Relación del bienestar psicológico con las estrategias de afrontamiento y la satisfacción familiar en universitarios durante la pandemia», *Revista de Psicología*, 41(2), pp. 823-858. Available at: <https://doi.org/10.18800/psico.202302.008>.

Martínez, P. et al. (2021): «Salud mental en estudiantes de educación superior en Chile: una revisión de alcance con meta-análisis», *Terapia psicológica*, 39(3), pp. 405-426. Available at: <https://doi.org/10.4067/S0718-48082021000300405>.

Masten, A.S. (2014): «Global Perspectives on Resilience in Children and Youth», *Child Development*, 85(1), pp. 6-20. Available at: <https://doi.org/10.1111/cdev.12205>.

Moya-Vergara, R. et al. (2022): «Prevalence and Risk Factors Associated with Mental Health in Adolescents from Northern Chile in the Context of the COVID-19 Pandemic», *Journal of Clinical Medicine*, 12(1), p. 269. Available at: <https://doi.org/10.3390/jcm12010269>.

Niederkrötenhaler, T. et al. (2014): «Future risk of labour market marginalization in young suicide attempters--a population-based prospective cohort study», *International Journal of Epidemiology*, 43(5), pp. 1520-1530. Available at: <https://doi.org/10.1093/ije/dyu155>.

Olson, D. (2000): «Circumplex Model of Marital and Family Systems», *Journal of Family Therapy*, 22(2), pp. 144-167. Available at: <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>.

Olson, D. (2011): «FACES IV and the Circumplex Model: Validation Study», *Journal of Marital and*

Family Therapy, 37(1), pp. 64-80. Available at: <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00175.x>.

Pailhé, A., Panico, L. y Solaz, A. (2022): «Children's well-being and intra-household family relationships during the first COVID-19 lockdown in France», *Journal of Family Research*, 34(1), pp. 249-280. Available at: <https://doi.org/10.20377/jfr-718>.

Pedrini, L. et al. (2022): «Adolescents' mental health and maladaptive behaviors before the Covid-19 pandemic and 1-year after: analysis of trajectories over time and associated factors», *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 16(1), p. 42. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13034-022-00474-x>.

Pérez-Villalobos, C. et al. (2012): «Problemas de salud mental en alumnos universitarios de primer año de Concepción, Chile», *Anales de Psicología*, 28(3), pp. 797-804. Available at: <https://doi.org/10.6018/analesps.28.3.156071>.

Pierce, M. et al. (2020): «Mental health before and during the COVID-19 pandemic: a longitudinal probability sample survey of the UK population»,

The Lancet Psychiatry, 7(10), pp. 883-892. Available at: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30308-4](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30308-4).

Rayani, A.M., Alodhailah, A.M. y Alreshidi, S.M. (2024): «A cross-sectional study of resilience and well-being among nursing students in Saudi Arabia», *SAGE Open Medicine*, 12. Available at: <https://doi.org/10.1177/20503121241245224>.

Ríos-Risquez, M.I. et al. (2018): «Connections between academic burnout, resilience, and psychological well-being in nursing students: A longitudinal study», *Journal of Advanced Nursing*, 74(12), pp. 2777-2784. Available at: <https://doi.org/10.1111/jan.13794>.

Rodríguez-Fernández, A. et al. (2016): «Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido», *Suma Psicológica*, 23(1), pp. 60-69. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.002>.

Ruiz-Román, C., Juárez Pérez-Cea, J. y Molina Cuesta, L. (2020): «Evolución y nuevas perspectivas del concepto de resiliencia: de lo individual a los contextos y relaciones socioeducativas», *Educatio*

Siglo XXI, 38(2 Jul-Oct), pp. 213–232. Available at: <https://doi.org/10.6018/educatio.432981>.

Ryff, C.D. (1989): «Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being», *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), pp. 1069–1081. Available at: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>.

Ryff, C.D. y Keyes, C.L.M. (1995): «The structure of psychological well-being revisited», *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), pp. 719–727. Available at: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>.

Ryff, C.D. y Singer, B.H. (2008): «Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being», *Journal of Happiness Studies*, 9(1), pp. 13–39. Available at: <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>.

Sagkal Midilli, T., Kalkim, A. y Uslu, B. (2024): «Relationship Between Health Anxiety and Psychological Resilience Among Nursing Students and Predictors of Psychological Resilience in the Last Period of the COVID-19 Pandemic», *Disaster*

Medicine and Public Health Preparedness, 18. Available at: <https://doi.org/10.1017/dmp.2024.71>.

Salgado, S. et al. (2022): «Relationships between Individual and Social Resources, Anxiety and Depression in the Early Lockdown Stage by the COVID-19 in Chile», *Behavioral Sciences*, 12(10), p. 357. Available at: <https://doi.org/10.3390/bs12100357>.

Sánchez-Aragón, R. (2020): «Bienestar subjetivo: el papel de la rumia, optimismo, resiliencia y capacidad de recibir apoyo», *Ciencias Psicológicas*, 14(2). Available at: <https://doi.org/10.22235/cp.v14i2.2222>.

Satici, S.A. (2016): «Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope», *Personality and Individual Differences*, 102, pp. 68–73. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.057>.

Valdés, J.M. et al. (2022): «Mental Health and Related Factors Among Undergraduate Students During SARS-CoV-2 Pandemic: A Cross-Sectional Study», *Frontiers in Psychiatry*, 13, p. 833263. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.833263>.

Wang, C. et al. (2020): «A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China», *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, pp. 40–48. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.028>.

Wattick, R.A., Hagedorn, R.L. y Olfert, M.D. (2023): «Impact of resilience on college student mental health during COVID-19», *Journal of American College Health*, 71(7), pp. 2184–2191. Available at: <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1965145>.

Zarei, S. y Fooladvand, K. (2022): «Family functioning and life satisfaction among female university students during COVID-19 outbreak: the mediating role of hope and resilience», *BMC Women's Health*, 22(1). Available at: <https://doi.org/10.1186/s12905-022-02103-3>.