

El estrés, dificultades de regulación emocional y adaptación escolar en adolescentes aspirantes a la educación superior en Ecuador

Stress, Emotional Regulation Difficulties and School Adaptation in adolescents aspiring to higher education in Ecuador

Gabriela Jarrín-García

Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ecuador

ghjarrin@pucesa.edu.ec

 <https://orcid.org/0000-0003-0589-3613>

Rodrigo Moreta-Herrera

Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Universitat de Girona, España

rmoreta@pucesa.edu.ec

 <https://orcid.org/0000-0003-0134-5927>

Recepción: 17 Mayo 2023

Aprobación: 08 Diciembre 2023

Publicación: 03 Enero 2024



Acceso abierto diamante

Resumen

Objetivo: Analizar la presencia, diferencias por género y correlaciones entre el estrés, las dificultades de regulación emocional y la adaptación escolar en una muestra de adolescentes aspirantes a la educación superior de Ecuador. **Metodología:** Enfoque cuantitativo, descriptivo, comparativo por género, correlacional y de corte transversal. **Participantes:** 375 adolescentes, el 69.3% corresponde a mujeres y 30.7% a hombres, mismos que son procedentes de las 24 provincias del Ecuador, con una edad media de $M=17.85$ años y $DE=0.73$. **Resultados:** Los participantes experimentan niveles altos de dificultades de regulación emocional y moderados de estrés y adaptación escolar. Hay diferencias significativas ($p<.05$) en los resultados de estrés y adaptación escolar según el género, con mayor presencia en las adolescentes. Las variables muestran correlaciones moderadas y significativa ($p<.01$). **Conclusiones:** Los adolescentes que perciben el ingreso a la universidad como un evento estresante y experimentan dificultades para regular sus emociones pueden tener problemas para adaptarse a la universidad.

Palabras clave: Regulación emocional, estrés académico, adaptación escolar, género, relación.

Abstract

Objective: To analyze the presence, gender differences, and correlations between stress, emotional regulation difficulties, and school adjustment in a sample of adolescents aspiring to higher education in Ecuador. **Methodology:** Quantitative, descriptive, comparative by gender, correlational and cross-sectional approach. **Participants:** 375 adolescents, 69.3% correspond to women and 30.7% to men, who are originally from the 24 provinces of Ecuador, with a mean age of $M=17.85$ years and $SD=0.73$. **Results:** The participants experienced high levels of emotional regulation difficulties and moderate levels of stress and school adjustment. There are significant differences ($p<.05$) in the stress and school adjustment results according to gender, with a greater presence in adolescents. The variables show moderate and significant correlations ($p<.01$). **Conclusions:** Adolescents who perceive entering college as a stressful event and experience difficulties regulating their emotions may have trouble adjusting to college.

Keywords: Emotional regulation, academic stress, school adjustment, gender, relationship.

Introducción

Ingresar a la universidad es probablemente la transición educativa más desafiante para los estudiantes adolescentes en la actualidad. Ocurre generalmente en la fase más tardía de esta etapa (cuando se suelen presentar cambios emocionales, conductuales y psicosociales significativos) y es ahí cuando deben tomar decisiones determinantes para el futuro en términos de educación y empleo. Ante esta doble transición, es probable que el bienestar del adolescente pueda verse afectado (Cage et al., 2021; Larzabal-Fernandez et al., 2023).

La transición a la educación superior, que inicia con los procedimientos de admisión de una institución de educación superior (IES) y culmina cuando el estudiante que ingresó a una IES logra adaptarse al nuevo contexto educativo, involucra cuestiones académicas antes desconocidas, motivacionales para el aprendizaje exitoso y logros futuros, de adaptación a un nuevo contexto social y de ajuste a una mayor independencia (Guzmán, 2021). Estas cuestiones demandan una inversión personal emocionalmente significativa, lo que puede hacer del proceso una experiencia desalentadora e intimidante para muchos participantes. Especialmente, en países como Ecuador, en el que la asignación de un cupo a una IES se establece a partir del resultado de una prueba de admisión, que como contraparte genera niveles elevados de competencia entre los estudiantes para su ingreso (Romito et al., 2020).

Los adolescentes que transitan hacia la educación superior requieren de diferentes capacidades y habilidades para adaptarse a un entorno de aprendizaje totalmente desconocido con mayores exigencias académicas y nuevas situaciones sociales. Esto implica, enfrentar un currículo diferente, métodos de enseñanza y formas de evaluación desconocidas, mayor autonomía y responsabilidad personal, nuevos maestros y compañeros. La medida en que los estudiantes son capaces de gestionar estos cambios puede influir en el éxito académico; es decir, en el rendimiento, en la permanencia en la universidad y posterior titulación (Thompson et al., 2021). Por el contrario, no adaptarse bien a la universidad puede afectar el bienestar del estudiante y conducir a la deserción escolar (Conley et al., 2020) u otros problemas, incluso de salud mental (Moreta-Herrera et al., 2023). Al respecto, Hope (2017) enfatiza que las primeras semanas de transición son cruciales para la adaptación de los estudiantes, especialmente, porque las experiencias con las que se encuentran en el campus disminuyen las expectativas que tenían antes del ingreso. Por lo tanto, uno de los principales problemas a los que se enfrentan los estudiantes durante la transición a la universidad es la adaptación escolar.

Investigaciones previas en diferentes países, identificaron que la mayoría de los estudiantes en su primer año de universidad exhiben una adaptación general de nivel moderada. Sin embargo, algunos estudiantes, mostraron dificultades de ajuste significativas en uno u otro aspecto de los criterios de adaptación. A pesar de que esto depende del contexto, se reportaron con mayor frecuencia puntuaciones más bajas de adaptación personal-emocional y académica (Páramo et al., 2017). E incluso, el género, al parecer tiene una incidencia, ya que se reporta que las estudiantes femeninas enfrentan mayores dificultades de ajuste y adaptación en especial en el aspecto emocional (Dominguez-Lara & Prada-Chapón, 2020).

La adaptación escolar generalmente se refiere a la capacidad para ajustarse a las exigencias y características del sistema escolar; así como, al grado en que se sienten cómodos, comprometidos y aceptados (Tomás, 2020). En el contexto de transición a la educación superior (foco de este estudio) los investigadores la refieren como adaptación a la universidad (Feldt et al., 2011). De acuerdo al modelo de adaptación de Baker y Siryk (1989) el proceso de adaptación a la universidad es multidimensional y se refleja en la adaptación académica, social, personal-emocional e institucional.

Varios factores pueden mermar o facilitar el proceso de adaptación incluyendo la preparación para entrar a una próxima experiencia educativa. Miranda-Molina (2022) y Money y otros (2020) señalan que la diferencia entre la educación secundaria y la superior es demasiado grande para asumir que el estudiante está preparado para la experiencia de aprendizaje en la universidad. Así, cuando no hay una preparación suficiente surgen

problemas que conducen, en algunos casos, al abandono de la carrera (Fennie et al., 2020). Esto último, es relevante dada la alta tasa de estudiantes que abandonan la universidad. En Ecuador, por ejemplo, la tasa de deserción universitaria es del 27% (Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación [SENESCYT] 2021). Aunque, la adaptación a la universidad puede no ser la razón principal para la deserción, sí puede aumentar la probabilidad de que un estudiante abandone los estudios (Merlino & Ayllón, 2012). En este sentido, es probable que los adolescentes aspirantes a la educación superior que no se encuentran preparados para el cambio académico, abandonen el proceso, obtengan resultados negativos en las pruebas de ingreso, y exhiban estados emocionales y psicológicos negativos.

Es importante por lo tanto señalar qué elementos pueden encontrarse asociados en forma positiva o negativa a los procesos de adaptación escolar en adolescentes preuniversitarios para identificar mejor este fenómeno. De lo mencionado, hay dos elementos que llaman particularmente la atención, por una parte, el estrés y por otra los procesos de regulación emocional, dado que son elementos que inciden significativamente en la vida del adolescente y se encuentran estrechamente relacionados (Usán & Quílez, 2021; Zumba-Tello & Moreta-Herrera, 2022) por lo que no se descarta que incidan de alguna manera en la vida escolar.

1.1 Estrés, Dificultades de Regulación Emocional y Adaptación Escolar

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), múltiples factores pueden afectar la salud mental de los adolescentes y uno de los más comunes es el estrés. En promedio, el 60% de ellos experimentan al menos un factor estresante significativo en algún momento de su vida (Benarous & Mazet, 2020) que pueden incidir en su condición mental.

Se entiende por estrés como la “experiencia emocional incómoda” que resulta cuando las personas perciben que las demandas de una situación exceden sus recursos personales, y hace referencia al estado psíquico del individuo al evaluar los eventos de la vida como amenazantes (Lazarus & Folkman, 1984). En este sentido, los procesos de ingreso a la universidad pueden ser de considerable estrés para los adolescentes (Ye et al., 2019). De hecho, se considera que la presencia de estrés es un aspecto cotidiano tanto al final del bachillerato como al inicio de la enseñanza universitaria (Pascoe et al., 2020). Indistintamente de aspectos geográficos o la cultura, los niveles de estrés altos en este grupo de estudiantes fluctúa entre el 27% y 32% de los casos (Mayya et al., 2022; Saleem et al., 2023). Cabe señalar, que el género tiene una incidencia particular, dado que, al parecer, las mujeres experimentan mayor estrés a diferencia de los hombres (Pinto et al., 2017). Estos resultados son especialmente preocupantes, debido a que los efectos del estrés afectan de forma relevante al funcionamiento académico, la pérdida de la motivación y las dificultades de adaptación escolar, entre otros (Pascoe et al., 2020). Por lo que, su relación es aparente, como lo señala la evidencia que muestra covarianzas negativas entre estos atributos (Lim et al., 2020). Aunque no específicamente en adolescentes preuniversitarios, incluidos los de Ecuador, por lo que se necesita aclarar sobre este vacío.

Además del estrés, los estudiantes experimentan emociones que favorecen (positivas) o afectan (negativas) la transición exitosa a la universidad (Parmentier et al., 2021). En este sentido, la regulación de las emociones desempeña un papel fundamental para intervenir en el manejo adaptativo escolar (Moreta-Herrera et al., 2022). La regulación emocional (RE) puede definirse como la capacidad de reconocer y regular la calidad, intensidad y duración de las experiencias emocionales para responder adecuadamente a diferentes situaciones y contextos desafiantes (Gratz & Roemer, 2004). Este concepto implica habilidades de conciencia, comprensión y aceptación de las propias emociones; además, de la capacidad de controlar el comportamiento y emplear estrategias apropiadas para modular las reacciones emocionales ante circunstancias muy exigentes o estresantes, con el fin de facilitar la adaptación a las demandas situacionales. Sin embargo, la RE puede volverse disfuncional cuando la respuesta emocional falla, impidiendo controlar el comportamiento cuando se experimentan emociones negativas, lo que se denomina desregulación o dificultades de regulación emocional (DRE).

Estudios previos han encontrado que las DRE en adolescentes suelen ser moderadas llegando alcanzar niveles altos, especialmente en aquellos que experimentan eventos estresantes (Moya-Solís & Moreta-Herrera,

2022). Además, suele presentar diferencias por género, siendo las mujeres más vulnerables que los hombres a este fenómeno (Caqueo-Urizar et al., 2020). En el contexto escolar, se ha propuesto como un aspecto clave para el ajuste a la vida universitaria. Park y otros (2012) sugieren que los estudiantes con DRE son más propensos a experimentar dificultades de transición académica y de adaptación, ya que generalmente estas dificultades no mejoran durante el primer año. Sin embargo, poco se ha investigado acerca de qué tan presentes está esta capacidad en los estudiantes previo a ingresar a la universidad, aunque si se manifiesta que en la educación secundaria existe una marcada relación negativa entre estos fenómenos (Delgado et al., 2019).

1.2 Objetivos e hipótesis

De lo revisado se recoge la importancia que se tiene en analizar estrés, DRE y adaptación escolar, principalmente por que los estudios que se recogen se presentan aislados y la evidencia actual no es amplia a la actualidad. Además, los estudios en adolescentes preuniversitarios de forma específica no se encuentran presentes (incluidas muestras ecuatorianas) por lo que generalizar sobre asociaciones manifiestas aún no es la apropiado. Es por esto que es importante ahondar en este fenómeno para a futuro mejorar las prácticas en torno a los procesos de transición a la vida universitaria en los adolescentes y que se pueda optimizar la enseñanza superior.

En base a la revisión para el desarrollo del presente trabajo, se establecen los siguientes objetivos: a) Conocer sobre el mecanismo de covarianza que presentan los atributos de Estrés, DRE y Adaptación Escolar en una muestra de adolescentes del Ecuador. Sobre esto se hipotetiza que las variables de interés se correlacionan entre sí. Complementariamente se proponen también: b) Identificar el estado actual del Estrés, las Dificultades de Regulación Emocional y de la Adaptación Escolar en la muestra identificada; y c) Conocer las diferencias en función del género.

Metodología

Se trata de una investigación cuantitativa no experimental, con alcance descriptivo, comparativo y correlacional de corte transversal (Ato et al., 2013). En el que se analiza la presencia, diferencias por género y covarianza entre las variables de estrés, dificultades de regulación emocional y adaptación escolar en una muestra de adolescentes del Ecuador.

Participaron 375 adolescentes (69.3% mujeres y 30.7% hombres) de 24 provincias de Ecuador, estudiantes de una institución preuniversitaria, con una edad media de 17.85 años ($DE = 0.73$). El 84.5% se identifican como mestizos y el 15.5% restante como indígenas, blancos y montubios. El 58.1% indicaron que proceden del sector urbano mientras que el 41.9% del sector rural. El 74.4% se graduaron de bachilleres en colegios públicos, el 14.4% de privados y el 11.2% de fiscomisionales con una nota promedio de 9.10 puntos ($DE = 0.50$).

La selección de los participante fue mediante un muestreo no probabilístico por accesibilidad con los siguientes criterios de inclusión: (a) estar inscritos para rendir la prueba Transformar, (b) tener una edad comprendida entre los 16 y 19 años y (c) desear participar del estudio (d) en los mayores de edad firmar el consentimiento informado y en el caso de los menores de edad, el consentimiento informado firmado por un representante legal y el asentimiento informado del adolescente.

Se utilizó la Escala de Estrés Percibido (PSS-14; Cohen, 1983), versión traducida al español por Remor (2006) para medir, desde la perspectiva psicológica del individuo el grado de estrés percibido durante el último mes. Consta de 14 ítems a evaluar dos factores de 7 elementos en una escala de Likert de cinco puntos. El primer factor corresponde a los sentimientos negativos relacionados con el estrés y el segundo a la autoeficacia percibida para hacer frente a los factores estresantes. La puntuación de la prueba varía en un rango de 0 a 56, siendo una puntuación más alta indicativa de un mayor nivel de estrés. El PSS-14 cuenta con evidencia de validez concurrente y consistencia interna de $\alpha = .81$ (Remor, 2006) y $\alpha = .617$ en adolescentes ecuatorianos (Larzabal-Fernández & Ramos-Noboa, 2019). La confiabilidad de la escala en este estudio fue alta $\omega = .80$.

Para medir el estrés académico, se empleó el Inventario de Estrés Académico 2da versión (SISCO SV-21; Barraza-Macias, 2018), el cual consta de 21 ítems. La medida se estructura en base a tres dimensiones: a) estresores, b) síntomas y c) estrategias de afrontamiento (cada uno con 7 ítems). Las respuestas se califican en una escala tipo Likert de cinco opciones. Como punto de corte se consideran puntuaciones de 0 a 33% como nivel leve de estrés académico, de 34 a 66% como nivel moderado, y de 67 a 100% como nivel severo. Respecto a las propiedades psicométricas, presenta evidencia de validez convergente y confiabilidad de $\alpha = .85$ (Camacho & Barraza-Macías, 2020), incluido en estudiantes ecuatorianos con $\alpha = .894$ (Álvarez-Silva et al., 2018). En este estudio, el instrumento obtuvo una consistencia interna de $\omega = .84$. En todos estos casos la consistencia interna es aceptable.

Para evaluar las dificultades de regulación emocional se aplicó la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS; Gratz & Roemer, 2004) en la versión traducida al español por Hervás y Jódar (2008). Consta de 36 ítems agrupados en seis sub-escalas: a) no aceptación de las respuestas emocionales; b) dificultades para participar en comportamientos dirigidos a metas; c) dificultades de control de impulsos; d) falta de conciencia emocional; e) acceso limitado a estrategias de regulación emocional y f) falta de claridad emocional. Cada ítem se califica en una escala tipo Likert de cinco puntos. El puntaje total puede variar entre 1 y 180 puntos, las puntuaciones más altas indicarían una mayor dificultad en la regulación emocional. El DERS presenta propiedades psicométricas adecuadas, con evidencia de validez de constructo y un alto coeficiente de fiabilidad de $\alpha = .93$ en la escala original. También ha demostrado validez a través de un análisis factorial confirmatorio y valores de $\alpha = .90$ en la adaptación lingüística para la población ecuatoriana (Reivan-Ortiz et al., 2020), y consistencia interna adecuada $\alpha = .87$ en adolescentes ecuatorianos (Zumba-Tello & Moreta-Herrera, 2022). En este estudio, la consistencia interna de esta escala fue alta $\omega = .939$.

Se utilizó el Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ; Baker & Stryk, 1989) en la versión breve adaptada al español de Dominguez-Lara y otros (2021), que fue diseñada para medir el nivel de adaptación del estudiante a la universidad. Consta de 27 ítems en un formato de respuesta tipo Likert de cinco opciones que evalúan cuatro aspectos de adaptación a la universidad: a) Institucional; b) Personal-Emocional; c) Académica; y d) Social. La suma de las cuatro subescalas produce una puntuación total que representa el índice de adaptación general del estudiante a la vida universitaria. Los puntos de corte corresponden a puntuaciones de ≤ 54 para un nivel muy bajo de adaptación escolar, entre 55 y 81 para un nivel bajo, de 82 a 108 para un nivel medio, y ≥ 109 para un nivel alto. Sobre las propiedades psicométricas del SACQ-PE, se estima que son satisfactorias con una confiabilidad $\alpha > .70$ y validez concurrente (Dominguez-Lara et al., 2021). En el estudio actual, presentó un coeficiente omega de $\omega = .726$ que indica una consistencia interna adecuada.

2.1 Procedimiento metodológico

El desarrollo de esta investigación contó con la autorización de la institución de estudios preuniversitarios participante en la investigación. Después de socializar el proyecto, los objetivos de estudios, el proceso de evaluación y las garantías de confidencialidad con los jóvenes, se solicitó su participación voluntaria. Aquellos que aceptaron participar en el estudio y contaban con la mayoría de edad firmaron el consentimiento informado, mientras que los casos de menores de edad, sus representantes legales firmaron el consentimiento informado; y ellos el asentimiento informado. La recolección de datos se realizó de manera virtual, utilizando un formulario en Google Forms <https://forms.office.com/r/Fwktk2k2xi> que incluía una ficha sociodemográfica y los reactivos de evaluación. Culminada la fase de evaluación, se realizó la depuración y sistematización de los datos y a continuación los análisis estadísticos correspondientes para con ello establecer la contrastación de la hipótesis y las conclusiones. Al final se realizó los reportes de investigación respectivos.

2.2 Análisis de datos

El análisis de los resultados se basó entre bloques de análisis. El primero es el análisis descriptivo sobre el estrés, la DRE y la adaptación escolar. En este, se calcularon las medidas de tendencia central y dispersión como son la media aritmética (M) y la desviación estándar (DE); así como las medidas de distribución que

corresponden a la asimetría (g_1) y la curtosis (g_2). El segundo bloque corresponde al análisis comparativo de las variables, para conocer las posibles diferencias ($p < .05$) entre grupos basado en el género. Esto se llevó a cabo mediante la prueba *t* of student (*t*) para muestras independientes. Esto verificando previamente el supuesto de homogeneidad de varianzas con la prueba de Levene (*F*), que se cumple ante la ausencia de significancia ($p > .05$). Además, se usó la prueba de Hedges ajustado (*g*) para identificar los índices del tamaño del efecto de las diferencias encontradas. Finalmente, se presenta el análisis de correlaciones múltiples entre el estrés, la desregulación emocional y la adaptación escolar. Que se utilizó en este caso, el coeficiente de correlación momento-producto de Pearson (*r*), para identificar la magnitud de la relación existente entre las variables. La cual se define cuando los valores de *r* son superiores a .20 cuando las relaciones son positivas o menor a -.20 cuando son covarianzas negativas. La gestión de todos los procedimientos estadísticos se realizó utilizando el software SPSS 29.0 (IBM Corp., 2012).

Resultados

La información que se presenta en la Tabla 1 indica que el estrés percibido en la muestra de estudio es moderado, con mayor predominio del factor autoeficacia percibida (moderado), seguido por la indefensión percibida (bajo). En cuanto al análisis del estrés académico, el valor de la variable y de los componentes estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento son moderados, siendo las estrategias de afrontamiento el factor con mayor incidencia. De manera general, se detecta un alto nivel de dificultades de regulación emocional entre los participantes, el indicador control de impulsos y falta de estrategias se muestran más afectadas que las dimensiones restantes. Finalmente, sobre los criterios de adaptación escolar, las medias obtenidas señalan un nivel moderado de adaptación institucional y adaptación académica, contrario a los criterios adaptación personal-emocional y social que muestran un nivel bajo. En términos generales, la adaptación escolar en la muestra investigada es moderada.

Tabla 1
Análisis descriptivo de los indicadores de estrés percibido, estrés académico, desregulación emocional y adaptación escolar

Factores	Media	DE	Asimetría	Curtosis
Estrés	30.22	5.44	-0.002	-0.422
Indefensión percibida	12.20	3.66	0.17	-0.33
Autoeficacia percibida	18.02	3.15	-0.56	-0.08
Estrés académico	57.01	15.54	-0.57	1.11
Estresores	18.86	7.68	-0.32	-0.11
Síntomas	17.89	8.09	-0.11	-0.61
Estrategias de afrontamiento	20.26	7.44	-0.22	-0.24
Desregulación emocional	100.87	26.16	0.17	-0.25
Falta de conciencia emocional	17.62	4.90	-0.06	-0.45
Dificultad de control de Impulsos	15.10	5.86	0.44	-0.63
No aceptación	19.78	7.63	0.20	-0.85
Dificultad para dirigirse a metas	15.28	4.81	0.02	-0.77
Falta de claridad emocional	14.93	4.52	-0.11	-0.46
Estrategias limitadas	18.15	6.34	0.29	-0.73
Adaptación escolar	83.89	11.03	0.27	-0.07
Institucional	24.06	3.71	-0.42	-0.33
Personal emocional	34.20	6.94	0.44	0.07
Académica	14.07	2.89	-0.44	0.36
Social	11.55	3.14	-0.02	-0.02

Resultado de N=375

La Tabla 2 muestra los resultados del análisis comparativo. Estos indican que los niveles tanto del estrés percibido como del estrés académico son más altos en las mujeres que en los hombres, con diferencias estadísticamente significativas ($p < .05$) y tamaños del efecto moderados ($g > .4$). Es decir, que el género incide en la presencia y magnitud de estas variables. En el caso de las DRE, no se presentan diferencias significativas entre los grupos ($p > .05$), el género es invariante en cuanto a este aspecto, aunque ligeramente las mujeres presentan mayor DRE que los hombres. Por último, en los niveles de adaptación escolar, se aprecia que este es mayor en los hombres que en las mujeres, con diferencias significativas ($p < .05$) y un tamaño del efecto pequeño ($g > .2$).

Variables	Femenino		Masculino		Contraste				
	M	DE	M	DE	f	sig.	t	p	g
Estrés percibido	31.00	5.24	28.46	5.50	.06	0.80	4.25	.00	.48
Estrés académico	59.31	14.55	51.81	16.48	.35	0.56	4.41	.00	.49
Desregulación emocional	102.05	25.83	98.20	26.82	.33	0.57	1.32	.19	.15
Adaptación escolar	82.64	10.92	86.70	10.79	.00	0.99	-3.34	.00	-.37

M: media aritmética; DE: Desviación estándar; F: Test de Levene; t: t-test; p: significancia; g: Prueba de Hedges ajustada.

La Tabla 3 presenta el resultado del análisis de correlación múltiple que guardan las variables del estudio. Se puede observar que existe una correlación moderada y significativa entre el estrés percibido y las DRE (positiva) y con la adaptación escolar (negativa). Por otro lado, el estrés académico se correlaciona de forma leve y positiva con las DRE y de forma negativa con la adaptación escolar. Con respecto a las DRE y la adaptación escolar, existe una relación moderada y negativa. Finalmente, el estrés percibido y el estrés académico se correlacionan de forma positiva y significativa en una magnitud leve.

Tabla 3
Análisis de correlación del estrés, DRE y la adaptación escolar

Variables	Estrés percibido	Estrés académico	Desregulación emocional	Adaptación escolar
Estrés percibido	1			
Estrés académico	.350**	1		
Desregulación emocional	.624**	.290**	1	
Adaptación escolar	-.608**	-.329**	-.623**	1

La correlación es significativa $p < .01$

Discusión

El propósito del estudio fue analizar la presencia, diferencias por género y correlaciones entre las variables de estrés, dificultades de regulación emocional y adaptación escolar en una muestra de adolescentes aspirantes a la educación superior de Ecuador.

La mayoría de los participantes experimentaron un estrés percibido moderado, con mayor incidencia de autoeficacia percibida. Similar a lo encontrado por Saleem y otros (2023) en preuniversitarios. También existieron niveles moderados de estrés académico en la mayoría de la muestra con mayor incidencia de estrategias de afrontamiento. Los resultados son congruentes con el estudio de Mayya y otros (2022) en estudiante que se preparaban para un evento similar. En conjunto, estos hallazgos indican que los adolescentes experimentaron cierto grado de estrés dadas las exigencias del proceso de admisión. Aunque para un grupo de participantes el estrés en sus dos manifestaciones fue más severo, lo que podría afectar su bienestar emocional y rendimiento académico (Pascoe, 2020). Además, la mayor incidencia del afrontamiento sugiere que los participantes adoptaron medidas para hacer frente al estrés y lidiar con las demandas académicas relacionadas con su preparación para la prueba admisión. Sin embargo, no se puede determinar la eficacia de las estrategias utilizadas, debido a que en este estudio no se examinó individualmente las estrategias empleadas por esta población.

Por otra parte, los resultados reflejaron un alto nivel de dificultades de regulación emocional. Concretamente los participantes presentaron mayor dificultad para el control de impulsos y un acceso limitado a estrategias de afrontamiento. Contrario a los resultados de investigaciones en adolescentes (Moya-

Solís & Moreta-Herrera, 2022). Estas diferencias sugieren que la capacidad para regular las emociones puede variar en función del contexto.

La adaptación escolar en la muestra investigada fue moderada con tendencia baja. Los participantes presentaron criterios de adaptación institucional y adaptación académica moderados y criterios de adaptación personal-emocional y adaptación social bajos. Lo que sugiere un mayor potencial para adaptarse al aprendizaje y a la vida universitaria, pero una menor capacidad para adaptarse a los componentes sociales y emocionales. Estos resultados varían en comparación con los hallazgos de Páramo y otros (2017) en estudiantes de primer año que exhibieron puntajes más bajos en adaptación académica y más altos en adaptación social. Las diferencias encontradas podrían explicarse por las diferencias en las poblaciones estudiadas o en la diversidad de contextos de aplicación.

En cuanto a las diferencias de género, destacan niveles significativamente más altos de estrés percibido y estrés académico entre las adolescentes. Estos resultados son congruentes con el estudio de Pinto y otros (2017) en el que se muestra que en circunstancias similares las estudiantes son más vulnerables a los acontecimientos estresantes, siendo más propensas a percibir niveles de estrés más altos. Una de las razones vinculadas a la brecha de género en el estrés de los adolescentes podría estar relacionada con una mayor inquietud de las mujeres por el rendimiento y las expectativas académicas. Por el contrario, no se detectaron diferencias significativas en las DRE. Aunque investigadores anteriores han encontrado evidencia que sugería que las adolescentes tienen mayores dificultades de regulación emocional en comparación con sus compañeros (Caqueo-Úrizar et al., 2020). Es probable que esto se deba a diferencias entre grupos de muestras cuyos aspectos culturales y sociales puedan incidir en la variabilidad del constructo. Es por ello que se requieren de más estudios confirmatorios ante la escasa evidencia y los resultados antagónicos existentes.

Por último, se pudo apreciar que el género masculino muestra una mayor adaptación escolar que el femenino; aunque, las mujeres presentan mayores dificultades de adaptación personal-emocional, exhibe una mejor adaptación institucional, esto hace que las diferencias de género no sean tan marcadas. El hallazgo es consistente con lo señalado por Dominguez-Lara y Prada-Chapoñan (2020) en los que se destaca al género femenino como un predictor significativo de desajuste personal-emocional.

Finalmente, el análisis de correlación de los datos autoinformados reflejó que el estrés percibido se asocia a una menor capacidad de regulación emocional como se identificó en Zumba-Tello y Moreta-Herrera (2022) y Moreta-Herrera (2022). Esto sugiere que cuando los estudiantes experimentan estrés, tienen mayores dificultades para regular sus emociones. Además, el estrés se relacionó de manera negativa con la adaptación escolar, lo cual es consistente con lo señalado por Lim y otros (2020), por lo que cuanto más estresados se encuentren los estudiantes, es menos probable que se adapten al nuevo entorno educativo.

Respecto al estrés académico, la variable se relacionó positivamente con las DRE. Esto concuerda con lo señalado por Usán y Quílez (2021), lo que indica que cuando los estudiantes experimentan estrés relacionado a las demandas académicas, pueden tener mayores dificultades para regular sus emociones. Además, el estrés académico se relacionó de forma leve negativa con la adaptación escolar, similar al estudio de Kim y otros (2018), lo que sugiere que cuanto más estresado estén los estudiantes por las exigencias académicas, mayores dificultades presentarán para adaptarse al entorno escolar.

En cuanto a las DRE se obtuvo una relación negativa significativa con la adaptación a la universidad, lo que sugiere que cuando los estudiantes tienen dificultades para regular sus emociones, será más difícil para ellos adaptarse a la vida universitaria. Este hallazgo se alinea a la investigación en adolescentes (Delgado, 2019) y muestra evidencia de lo sugerido por Park y otros (2012) en población universitaria.

Los hallazgos de este estudio permiten, desde un punto de vista teórico, enriquecer la comprensión del estrés percibido, estrés académico, dificultades de regulación emocional y adaptación escolar en los adolescentes aspirantes a la educación superior. Además de proporcionar valiosa información sobre la respuesta conductual ante un evento específico en una población que no ha sido estudiada previamente en Ecuador, como son los

adolescentes preuniversitarios. Desde un punto de vista práctico, los hallazgos obtenidos pueden ser útiles para desarrollar intervenciones preventivas sobre el manejo del estrés y la regulación de las emociones en los adolescentes, especialmente cuando se preparan para evaluaciones importantes; así como, intervenciones y estrategias de apoyo específicas para facilitar la adaptación a la universidad. Además, los resultados también invitan a los departamentos de bienestar estudiantil en las instituciones de educación superior brindar asesoramiento individual o en grupos pequeños para estudiantes que experimentan problemas sociales o emocionales significativos durante la transición a la universidad.

Aunque los resultados de este estudio contribuyen sustancialmente al conocimiento en el campo de la salud mental de los adolescentes en transición hacia la educación superior, las limitaciones merecen consideración. Una limitación es el diseño transversal del estudio, que no proporciona una relación causal de las variables. Es decir, que al medir las variables únicamente antes de ingresar a la universidad no se puede determinar si el estrés y las DRE incidieron en la adaptación escolar de los adolescentes que lograron ingresar a la universidad. De igual forma, se recomienda realizar estudios longitudinales que proporcionen la validez de los resultados. Otro aspecto a considerar es que, debido a la falta de un instrumento psicométrico disponible para evaluar las habilidades y capacidades de adaptación a un evento futuro, este estudio no brinda una respuesta concluyente al tema del potencial de los adolescentes para adaptarse al nuevo contexto educativo. Se recomienda la adaptación del SACQ o la creación de una escala que se adapte al objetivo de evaluar el potencial adaptativo.

Conclusiones

Los adolescentes que perciben el ingreso a la universidad como un evento estresante y experimentan dificultades para regular sus emociones pueden tener problemas para adaptarse a la universidad, por lo que se considera esencial comprender el bienestar emocional y la adaptación de los adolescentes para garantizar que tengan éxito en su educación y su vida en general.

Referencias bibliográficas

- Álvarez-Silva, L. A., Gallegos-Luna, R. M., & Herrera-López, P. S. (2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Universitas-XXI, Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, (28), 193-209. <http://dx.doi.org/10.17163/uni.n28.2018.10>
- Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). Student adaptation to college questionnaire. In Program of the Seventy-Fourth Annual Meeting. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/t06525-000>
- Barraza-Macias, A. (2018). Inventario Sisco SV-21. Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. ECORFAN. México. <https://bit.ly/3W6waLX>
- Benarous, X., & Mazet, P. (2020). Trastornos psíquicos en la adolescencia. *EMC-Tratado de Medicina*, 24(1), 1-5. [https://doi.org/10.1016/S1636-5410\(20\)43347-1](https://doi.org/10.1016/S1636-5410(20)43347-1)
- Cage, E., Jones, E., Ryan, G., Hughes, G., & Spanner, L. (2021). Student mental health and transitions into, through and out of university: student and staff perspectives. *Journal of Further and Higher Education*, 45(8), 1076-1089. <https://bit.ly/3MvWuf9>
- Camacho, C. R., & Barraza-Macías, A. (2020). Validación del Inventario SISCO SV-21 en estudiantes universitarios españoles. Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica SC. <https://bit.ly/3MsSFHH>
- Caqueo-Urizar, A., Mena-Chamorro, P., Flores, J., Narea, M., & Irarrázaval, M. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia psicológica*, 38(2), 203-222. <https://bit.ly/3o9F3Ys>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of health and social behavior*, 24(4), 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Conley, C. S., Shapiro, J. B., Huguenel, B. M., & Kirsch, A. C. (2018). Navigating the college years: Developmental trajectories and gender differences in psychological functioning, cognitive-affective strategies, and social well-being. *Emerging Adulthood*, 8(2), 103-117. <https://doi.org/10.1177/2167696818791603>
- Delgado, B., Aparisi, D., León Antón, M. J., & Gomis Selva, N. (2019). La adaptación a la universidad y su relación con factores psicoemocionales y sociales. En R. Roig-Vila (Ed.), *Investigación e innovación en la Enseñanza Superior. Nuevos contextos, nuevas ideas* (pp. 124-131). Octaedro. <http://hdl.handle.net/10045/98875>
- Dominguez-Lara, S., & Prada-Chapoñan, R. E. (2020). Adaptación universitaria en estudiantes peruanos de ciencias de la salud. Diferencias por sexo y grupo etario. *Archivos de Medicina (Col)*, 20(2), 410-417. <https://www.redalyc.org/journal/2738/273863770012/273863770012.pdf>
- Dominguez-Lara, S., Prada-Chapoñan, R., & Gravini-Donado, M. (2021). Estructura interna del Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) en universitarios de primer año. *Educación médica*, 22, 335-345. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2019.06.004>
- Feldt, R. C., Graham, M., & Dew, D. (2011). Measuring adjustment to college: Construct validity of the student adaptation to college questionnaire. *Measurement and evaluation in counseling and development*, 44(2), 92-104. <https://doi.org/10.1177/0748175611400291>

- Fennie, T., Mayman, Y., van Louw, C., Useh, E., & Kombora, M. (2020). Psychosocial factors impacting the college adjustment of undergraduate students: A scoping review. *Journal of Psychology in Africa*, 30(2), 96-105. <https://bit.ly/3pOph5I>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26(1), 41-54. <https://doi.org/10.1080/14330237.2020.1716548>
- Guzmán, P., Cifuentes Gomez, G., & Santelices, M. V. (2021). Secondary students' expectations on transition to higher education. *Educational Research*, 63(2), 164-179. <https://doi.org/10.1080/00131881.2021.1915173>
- Hervás, G., & Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y salud*, 19(2), 139-156. <https://bit.ly/3OlfQoV>
- Hope, J. (2017). 'Cutting rough diamonds': The transition experiences of first-generation students in higher education. In *Higher education transitions* (pp. 85-100). Routledge.
- IBM Corp. (2012). IBM SPSS Statistics for Windows. Armonk, NY: IBM Corp.
- Kim, I., Kim, W. S., & Bae, S. C. (2018). Effects of Adolescents' Academic Stress on School Life Adjustment: Focusing on Mediator Effect of Resilience. *Medico-Legal Update*, 18(1). DOI: 10.5958/0974-1283.2018.00060.9
- Larzabal-Fernandez, A., Pilco, K., Moreta-Herrera, R., & Rodas, J. A. (2023). Psychometric Properties of the Kessler Psychological Distress Scale in a Sample of Adolescents from Ecuador. *Child Psychiatry & Human Development*, 1-10. <https://bit.ly/3Mzdfq5>
- Larzabal-Fernandez, A., & Ramos-Noboa, M. I. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) en estudiantes de bachillerato de la provincia de Tungurahua (Ecuador). *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 17(2), 269-282. <https://bit.ly/3nZ5Err>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Lim, J. R., Han, Y. K., & Kim, H. H. (2020). Relationship between Academic Stress, University Life Adaptation and Health Promotion Behaviors in Health College Students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 21(1), 308-316. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2020.21.1.308>
- Mayya, S. S., Mayya, A., Martis, M., & Lakshmi, R. V. (2022). Academic stress and associated sociodemographic variables: A study of pre-university students in Karnataka, India. *Journal of Education and Health Promotion*, 11(1), 230. 10.4103/jehp.jehp_87_22
- Merlino, A., & Ayllón, S. (2012). *Experiencias en investigación educativa: deserción, regulación emocional y representaciones en estudiantes universitarios*. Editorial Brujas.
- Miranda-Molina, R. (2022). Brechas y desniveles: el problema representado en las iniciativas de "nivelación" en la Educación Superior Latinoamericana. *Revista de estudios y experiencias en educación*, 21(46), 292-311. <https://bit.ly/41C7OLj>
- Money, J., Nixon, S., & Graham, L. (2020). Do educational experiences in school prepare students for university? A teachers' perspective. *Journal of Further and Higher Education*, 44(4), 554-567. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2019.1595547>
- Moreta-Herrera, R., Bassante, C., Bonilla-Yucailla, D., Salinas-Palma, A., Paredes-Proañó, A., & Dominguez-Lara, S. (2023). Influence of attitudes and alcohol consumption on tobacco use among university

- students in Ecuador: an explanatory model with SEM. *Health and Addictions= Salud y drogas*, 2023, 23(1), 249-262. <https://doi.org/10.21134/haaj.v23i1.741>
- Moreta-Herrera, R., Dominguez-Lara, S., Rodas, J. A., Sánchez-Guevara, S., Montes-De-Oca, C., Rojeab-Bravo, B., & Salinas-Palma, A. (2022). Examining Psychometric Properties and Measurement Invariance of the Emotion Regulation Questionnaire in an Ecuadorian Sample. *Psychological Thought*, 2022, 15(2), 57-74. <https://doi.org/10.37708/psyct.v15i2.634>
- Moya-Solís, A., & Moreta-Herrera, R. (2022). Víctimas de cyberbullying y su influencia en las Dificultades de Regulación Emocional en adolescentes del Ecuador. *Psychology, Education and Society*, 2022, 14(1), 67-75. <https://doi.org/10.21071/psyce.v14i1.14066>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Park, C. L., Edmondson, D., & Lee, J. (2012). Development of self-regulation abilities as predictors of psychological adjustment across the first year of college. *Journal of Adult Development*, 19, 40-49. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10804-011-9133-z>
- Páramo, M. F., Araújo, A. M., Tinajero-Vacas, C., Almeida, L. S., & Rodríguez-González, M. S. (2017). Predictors of students' adjustment during the transition to university in Spain. *Psicothema*, 29(1), 67-72. <http://dx.doi.org/10.7334/psicothema2016.40>
- Parmentier, M., Dangoisse, F., Zacher, H., Pirsoul, T., & Nils, F. (2021). Anticipatory emotions at the prospect of the transition to higher education: A latent transition analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 125, 103543. <https://bit.ly/3OfRmgx>
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104-112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Pinto, A. D. A., Claumann, G. S., Medeiros, P. D., Barbosa, R. M. D. S. P., Nahas, M. V., & Pelegrini, A. (2017). Association between perceived stress in adolescence, body weight and romantic relationships. *Revista Paulista de Pediatria*, 35(4), 422-428. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/;2017;35;4;00012>
- Remor, E. (2006). Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). *The Spanish journal of psychology*, 9(1), 86-93. doi:10.1017/S1138741600006004
- Reivan-Ortiz, G. G., Ortiz Rodas, P. E., & Reivan Ortiz, P. N. (2020). A brief version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS): Validity evidence in Ecuadorian population. *International Journal of Psychological Research*, 13(2), 14-24. <https://doi.org/10.21500/20112084.4325>
- Romito, M., Pilutti, S., & Contini, D. (2020). Why do students leave university? Qualitative research at an Italian higher education institution. *European Journal of Education*, 55(3), 456-470. <https://doi.org/10.1111/ejed.12408>
- Saleem, Q., Khan, A., Hameed, T., Begum, A., Ansari, T. A., & Abro, S. U. (2023). Association of Perceived Stress with Gender and BMI in students appearing in University Entrance Examination. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 17(01), 8-10. <https://doi.org/10.53350/pjmhs20231718>
- Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (2021). Sistema Ecuatoriano de Acceso a la Educación Superior. <https://bit.ly/3WaR4jH>
- Thompson, M., Pawson, C., & Evans, B. (2021). Navigating entry into higher education: the transition to independent learning and living. *Journal of Further and Higher Education*, 45(10), 1398-1410. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1933400>

- Tomás, J. M., Gutiérrez, M., Pastor, A. M., & Sancho, P. (2020). Perceived social support, school adaptation and adolescents' subjective well-being. *Child Indicators Research*, 13, 1597-1617. <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09717-9>
- Usán, S., P., & Quílez R., A. (2021). Emotional regulation and academic performance in the academic context: The mediating role of self-efficacy in secondary education students. *International journal of environmental research and public health*, 18(11), 5715. <https://doi.org/10.3390/ijerph18115715>
- Ye, L., Posada, A., & Liu, Y. (2019). A review on the relationship between Chinese adolescents' stress and academic achievement. *New directions for child and adolescent development*, 2019(163), 81-95. <https://doi.org/10.1002/cad.20265>
- Zumba-Tello, D., & Moreta-Herrera, R. (2022). Afectividad, Regulación Emocional, Estrés y Salud Mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia. *Revista de Psicología de la salud*, 10(1). <https://doi.org/10.21134/pssa.v10i1.801>

Información adicional

Citación de este artículo: Jarrín-García, G. y Moreta-Herrera, R. (2024). Estrés, Dificultades de Regulación Emocional y Adaptación Escolar en adolescentes aspirantes a la educación superior en Ecuador. *Rehuso*, 9(1), 24-35. <https://doi.org/10.33936/rehuso.v9i1.5772>



Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=673176626003>

Cómo citar el artículo

Número completo

Más información del artículo

Página de la revista en redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc
Red de revistas científicas de Acceso Abierto diamante
Infraestructura abierta no comercial propiedad de la
academia

Gabriela Jarrín-García, Rodrigo Moreta-Herrera

El estrés, dificultades de regulación emocional y adaptación escolar en adolescentes aspirantes a la educación superior en Ecuador

Stress, Emotional Regulation Difficulties and School
Adaptation in adolescents aspiring to higher education in
Ecuador

Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuSo)

vol. 9, núm. 1, p. 24 - 35, 2024

Universidad Técnica de Manabí, Ecuador

rehuso@utm.edu.ec

/ ISSN-E: 2550-6587

DOI: <https://doi.org/10.33936/rehuso.v9i1.5772>