



POBLACIÓN ESTUDIANTIL DE LA UNIVERSIDAD DE COSTA RICA: CARACTERÍSTICAS SOCIO-PERSONALES E INTERESES EN TORNO A SU DESARROLLO PERSONAL

STUDENT POPULATION OF THE UNIVERSITY OF COSTA RICA: PERSONAL
CHARACTERISTICS AND INTERESTS REGARDING THEIR PERSONAL DEVELOPMENT

Volumen 15, Número 3

Setiembre - Diciembre

pp.1-26

Este número se publicó el 1° de setiembre de 2015

DOI: <http://dx.doi.org/10.15517/aie.v15i3.20985>

Noilin Molina Rojas

Revista indizada en [REDALYC](#), [SCIELO](#)

Revista distribuida en las bases de datos:

[CATÁLOGO DE LATINDEX](#), [IRESIE](#), [CLASE](#), [DIALNET](#), [DOAJ](#), [E-REVIST@S](#),
[SHERPA/ROMEO](#), [QUALIS](#), [MIAR](#)

Revista registrada en los directorios:

[ULRICH'S](#), [REDIE](#), [RINACE](#), [OEI](#), [MAESTROTECA](#), [PREAL](#), [CLACSO](#)

Los contenidos de este artículo están bajo una licencia [Creative Commons](#)



POBLACIÓN ESTUDIANTIL DE LA UNIVERSIDAD DE COSTA RICA: CARACTERÍSTICAS SOCIO-PERSONALES E INTERESES EN TORNO A SU DESARROLLO PERSONAL

STUDENT POPULATION OF THE UNIVERSITY OF COSTA RICA: PERSONAL
CHARACTERISTICS AND INTERESTS REGARDING THEIR PERSONAL DEVELOPMENT

Noilin Molina Rojas¹

Resumen: El presente artículo presenta los resultados de una caracterización socio-personal de la población estudiantil de la Sede Rodrigo Facio de la Universidad de Costa Rica. El estudio partió de un modelo mixto de investigación, en el que se aplicaron 1237 cuestionarios, en un marco muestral de 14.635 estudiantes y se desarrollaron seis grupos focales, uno por cada área académica de la Sede. Los resultados indican que la mayoría de los y las estudiantes de la Sede cuenta con condiciones y características que favorecen su dedicación a estudiar tiempo completo. No obstante, pese a una cantidad importante de estudiantes no enfrenta dificultades personales que afecten su rendimiento académico (57.2 por ciento), un 42,8 por ciento de los estudiantes sí enfrenta estas dificultades, y entre estos, un 24,3 por ciento no cuenta con redes de apoyo para hacer frente a dichas problemáticas. En torno al desarrollo personal, para la población estudiantil resulta, principalmente, de interés conocer acerca de los temas de manejo del estrés, organización del tiempo y recreación y prefiere que éstos se desarrollen de manera presencial mediante la modalidad de taller. A partir de esto, se concluye que existe la necesidad de fortalecer las ofertas presenciales de atención en torno al manejo del estrés, organización del tiempo y recreación, desde el Eje de Desarrollo Personal de la Oficina de Orientación de la Universidad de Costa Rica, a los y las estudiantes que enfrentan estos tipos de problemáticas personales, con el fin de apoyarles en su desarrollo personal y académico.

Palabras clave: ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS, ADULTEZ EMERGENTE, ADULTEZ JOVEN, DESARROLLO PERSONAL, COSTA RICA.

Abstract: This article presents the main results of a socio-personal characterization of students in the Rodrigo Facio campus of the University of Costa Rica. The methodology corresponds to a mixed model of research, in which 1237 questionnaires and six focus groups were developed. The results reveal that the majority of students has social conditions and characteristics that allow them to be full time students. Nevertheless, in spite of the fact that the majority does not deal with personal difficulties that interfere with their academic performance, an important amount of students has to deal with this kind of problems (57,2 percent). Among the 42,8 percent of students that has personal difficulties that affect their academic performance, the 24,3 percent does not have a social support network to relay on. Regarding their social development, students are mainly interested in topics related to stress control, time management and recreation and they prefer participative and playful methodologies. Consequently, it is possible to conclude that the offers to bring support to the students, through the Oficina de Orientación of the Universidad de Costa Rica, who deal with personal difficulties related to stress control, time management and lack of recreation it is imperative to promote personal and academic students' development.

Key Words: UNIVERSITY STUDENTS, YOUNG ADULTHOOD, EARLY ADULTS, PERSONAL DEVELOPMENT, COSTA RICA.

¹ Psicóloga de la Oficina de Orientación de la Universidad de Costa Rica. Licenciada en Psicología por la misma universidad.

Dirección electrónica: noylin@gmail.com

Artículo recibido: 8 de enero, 2015

Enviado a corrección: 9 de marzo, 2015

Aprobado: 17 de agosto, 2015

1. Introducción

La Oficina de Orientación (OO), como parte de la Vicerrectoría de Vida Estudiantil de la Universidad de Costa Rica, tiene como principio rector apoyar a la población estudiantil durante su vida universitaria para brindarles oportunidades de crecimiento. La realización del estudio del que se deriva el presente artículo responde al interés que ha mantenido esta oficina por profundizar en el conocimiento de la población estudiantil a la que atiende y así realimentar las intervenciones que realiza. De esta forma, se planteó el estudio como un insumo para la actualización y mejora de las propuestas de trabajo que se articulan en el Eje de Desarrollo Personal, uno de los ejes que estructuran la OO.

Es así como en la investigación se definió estudiar las características sociopersonales de los y las estudiantes así como sus intereses en torno a temáticas y actividades relacionadas con el desarrollo personal del estudiantado. Y a partir de esto, fortalecer los lineamientos de trabajo del Eje de Desarrollo Personal, de cara a las necesidades reales de las y los estudiantes.

2. Referente teórico

2.1 Adultez joven

La adultez joven, etapa en la que se encuentra la mayor parte del estudiantado participante en el presente estudio, se caracteriza por ser una etapa del desarrollo humano en la que se experimentan cambios rápidos a la vez que se espera que se vaya adquiriendo autonomía y se construya el sentido de sí mismo. Las normas sociales que guían el paso de la adolescencia a la adultez joven se han flexibilizado, lo que ha generado que se cuenten con muchas opciones para atravesar esta etapa del desarrollo, a la vez que esta se ha visto extendida desde los 18 hasta aproximadamente los 30 años. Por esto, los recursos de apoyo social y psicológico resultan esenciales para que los y las jóvenes logren hacer la transición a la adultez (Shanahan, 2000, como se cita en Benson y Elder, 2011).

Un elemento importante en la conformación de la identidad en la adultez joven es la percepción que tienen las personas sobre su edad, la cual no es determinada únicamente por la edad cronológica, sino que obedece al resultado de las interacciones sociales con otros significantes y las normas sociales que rigen en el contexto donde se desenvuelven las personas (Kaufman y Elder, 2003, como cita en Benson y Elder, 2011). Este componente de la identidad etaria es particularmente relevante, ya que puede funcionar como un excelente predictor del funcionamiento psicológico y físico en las personas adultas emergentes.

Asimismo, la identidad etaria resulta de gran importancia en el contexto universitario, pues influye en la forma en la que los y las estudiantes puedan desenvolverse tanto a nivel académico como interpersonal (Neugarten y Hagestad, 1976, como se cita en Benson y Elder, 2011).

El desarrollo de la autonomía y la responsabilidad social es también trascendental durante esta etapa de la vida debido a que facilita que los adultos jóvenes manejen con éxito la adaptación a las demandas y retos que implica ser un adulto joven, así como también fomenta el fortalecimiento del sentido de sí mismo como persona adulta (Arnett 2000, como se cita en Benson y Elder, 2011).

De acuerdo con Benson y Kirkpatrick (2012), la madurez psicológica puede ser definida como la combinación de autonomía y responsabilidad social, entendiendo esta última como aquella tarea de asumir las consecuencias de las acciones de propias en el entramado social. Estos elementos proporcionan a los adultos y a las adultas jóvenes recursos muy valiosos para enfrentar tanto la transición de secundaria a la universidad como de la universidad al mundo laboral, ya que generan autoconfianza, responsabilidad y potencial adaptativo. Por ende, el desarrollo de madurez psicológica actúa como un factor de protección ante los riesgos que enfrenta la población adulta joven en los distintos ambientes en los cuales se desenvuelve..

2.2 Redes de apoyo

El concepto de redes de apoyo torna gran importancia en la experiencia de la adultez joven ya que los y las jóvenes se encuentran en proceso de transformación emocional y social y requieren de apoyo básico para la consolidación de las tareas que les insertan en la vida adulta (Terol, López, Neipp, Rodríguez, Pastor y Martín, 2004).

Siguiendo a Terol y otros (2004), el estudio de las redes de apoyo en investigación social es un tema trascendental pues se encuentra asociado con el buen pronóstico sobre adaptación y supervivencia de los individuos, además es un factor protector de conductas desadaptativas o enajenantes.

El término red social se refiere a la estructura y cantidad de un conjunto de relaciones interconectadas (Mitchell y Trickett, 1980 como se cita en Tracy y. Whittaker, 1999). Además, una red de apoyo social se refiere a un conjunto de relaciones que proporcionan sustento y refuerzo al hacer frente a la vida cotidiana, aunque no todas las redes son socialmente

sustentadoras ni tienen componentes sociales de refuerzo (Whittaker y Garbarino, 1983 como se cita en Tracy y Whittaker, 1999).

La relevancia del estudio del apoyo social en investigaciones relativas a la conducta de los individuos toma especial interés, ya que en un gran número de ellas queda claro que existe una relación entre el apoyo social y la salud tanto física como psicológica (Fernández del valle y García, 1994).

Finalmente, el apoyo social proporciona a los individuos una mirada más positiva de sí mismos, refuerza la autoestima y la autoeficacia debido a que favorece la buena resolución en conflictos o procesos de crisis y promueve el autocuidado y el mejor uso de sus recursos personales y sociales (Fernández Del Valle y García, 1994. y Méndez y Barra, 2008).

2.3 Autoconcepto

Al hablar de autoconcepto se hace referencia al modo cómo la persona se valora, respeta, evalúa y controla de manera que pueda tomar decisiones, tolerar el fracaso y desarrollar sus potencialidades (Núñez, González, García, González, Roces, Álvarez y González, 1998). Este concepto de sí mismo se da en la medida en que la persona se relaciona con quienes la rodean, ya que de esta interacción surge en ella la necesidad de ser valorada, respetada y evaluada positivamente.

Cardenal y Fierro (2003, citados en Véliz, 2010) han definido el autoconcepto como "un conjunto de juicios, tanto descriptivos como evaluativos, acerca de uno mismo, y consideran que el autoconcepto expresa el modo en que la persona se representa, conoce y valora a ella misma" (p. 32). Es así que, para los autores, sobre el autoconcepto pesan aspectos cognitivos del conocimiento de uno mismo, mientras que en la autoestima los evaluativo-afectivos.

Si bien existe una visión global del concepto que una persona tiene de sí misma, es decir, un autoconcepto general, no puede obviarse que se compone de diversos elementos. Goñi (2009) apunta que existe una significativa coincidencia entre los instrumentos utilizados para medir el autoconcepto y establece cuatro dominios, a saber: el social, físico, personal y académico.

Sobre el dominio académico se establece que no se puede entender la conducta de una persona en el área sin considerar las percepciones que tiene de sí misma en relación con su rendimiento académico. Para Miras (2004), el autoconcepto académico puede definirse como la "representación que el alumno tiene de sí mismo como aprendiz, es decir,

como persona dotada de determinadas características o habilidades para afrontar el aprendizaje en un contexto instruccional" (Goñi, 2009, p. 26).

A lo anterior, se añade que la concepción que la persona tiene de su capacidad para aprender y cómo se percibe en el plano académico, según lo anotado por Goñi (2009), está relacionada con lo descriptivo (el gusto por la materia) y lo evaluativo (la habilidad que se tiene en el campo).

Núñez y otros (1998) comentan que en el plano académico las y los estudiantes que poseen un sentido positivo acerca de sí mismos en su situación general de vida suelen ser más competentes. Al respecto, aclaran que para aprender es necesario que la persona sea cognitivamente capaz de enfrentarse a las tareas asignadas y que se encuentre motivacionalmente orientada hacia su propio aprendizaje.

2.4 Autoeficacia

El concepto de autoeficacia hace referencia a un juicio sobre la capacidad que estima poseer la persona para realizar una tarea, a la valoración con respecto a una habilidad o competencia para hacer algo. Además, dicho concepto está relacionado con el compromiso que se asume en una actividad y el esfuerzo que realiza la persona para alcanzar una meta. En esta línea, fue Bandura (Serra, 2011) quien desarrolló el concepto de autoeficacia percibida: "se define como los juicios de cada individuo sobre sus propias capacidades, con base en los cuales organizará y ejecutará sus actos de modo que le permitan alcanzar el rendimiento deseado" (Bandura, 1987 como se cita en Serra, 2011).

El concepto de autoeficacia influye en las decisiones que toman las personas: "la elección de actividades y de diferentes medios sociales está determinado por los juicios de eficacia personal" (Serra, 2011, p. 418). En este sentido, la autoeficacia tiene relación con el desarrollo de la capacidad de predecir los sucesos, de la destreza de resolver problemas y de sopesar la propia capacidad. Sin embargo, considerar que se tiene una elevada autoeficacia no es condición suficiente para una actuación exitosa, para esto, deben poseerse habilidades, incentivos y los recursos materiales necesarios para actuar (Veliz, 2010).

Bandura (1977) y Schunk (1989) (como se cita en Serra, 2011) definieron la autoeficacia académica como los juicios personales sobre las propias capacidades para organizar y ejecutar acciones educativas asignadas. Implica, las siguientes capacidades: planificar, regular las habilidades que la formación universitaria demande, sobrellevar la

carga académica, manejar el estrés, administrar el tiempo, ser perseverante aunque el rendimiento académico no sea proporcional al esfuerzo, y enfrentar con los recursos disponibles las situaciones asociadas a la vida académica más las situaciones sociopersonales. De esta forma, se espera que los y las estudiantes con un alto sentido de eficacia para completar una tarea educativa participen con mayor disposición, se esfuercen más y persistan durante más tiempo que quienes dudan de sus capacidades ante las dificultades.

En el ámbito académico, el mismo en el que se desarrolla el presente estudio, este concepto ayuda a entender las formas en que el estudiantado se organiza para cumplir todas aquellas tareas necesarias para alcanzar su meta final: el título universitario. Inclusive, a este concepto se le asocia como motivador intrínseco en el rendimiento académico y factor de influencia en las expectativas de logro de las y los estudiantes universitarios. En el ambiente universitario, la población estudiantil que posee una percepción autoeficaz de sí misma puede enfrentar los desafíos del nuevo contexto del estudiantado (Veliz, 2010).

3. Metodología

La metodología se desarrolló con el fin de indagar sobre las características socio-personales de la población estudiantil y sus intereses en torno al desarrollo personal. Para esto, se aplicaron técnicas cualitativas y cuantitativas de investigación. Se utilizó un cuestionario y se llevaron a cabo grupos focales con la población estudiantil de la Sede Rodrigo Facio.

Entre octubre y diciembre del año 2012 se aplicó un cuestionario de seis secciones, que contenía cuatro apartados desarrollados por el equipo de investigación y dos instrumentos utilizados previamente en distintos países. Específicamente, las secciones se dividieron en características sociales y personales de los y las estudiantes, las condiciones de estudio, factores personales y redes de apoyo, temas y actividades de interés con respecto al desarrollo personal, prueba de Autoconcepto (AF5) y una escala de Autoeficacia General (EAG). El cuestionario aplicado se incluye en el anexo 1.

El marco muestral sobre el que se trabajó para la aplicación del cuestionario contiene una población de 14.635 estudiantes de la sede Rodrigo Facio, distribuido en 13 facultades para el segundo semestre del año 2011. Para el cálculo del tamaño de la muestra se utilizó el programa STATS®; como parámetros de cálculo se consideró un error máximo aceptable

de 5%, un nivel de confianza del 95% y un porcentaje estimado de la muestra proporcional al tamaño de cada facultad (incidencia por facultad).

Previo a la aplicación definitiva del cuestionario, se llevó a cabo un proceso de validación con 35 estudiantes de las áreas de Ingeniería, Educación y Salud. En este proceso se realizaron las pruebas de análisis de fiabilidad y análisis factorial y se obtuvieron resultados preliminares satisfactorios, los cuales fueron confirmados posteriormente en el análisis de la aplicación final del cuestionario.

En total se realizaron 1237 encuestas en toda la Sede Rodrigo Facio, esto mediante una muestra por cuota. Luego de la depuración de los cuestionarios se procedió a reducir la base a una muestra de 1189 debido a que no se habían respondido adecuadamente o las personas que los contestaron no cumplían los criterios de inclusión (muerte muestral de 48 cuestionarios).

Las 13 facultades de la sede donde se realizó el estudio se usaron como Unidades Primarias de Muestreo. La tabulación de los datos se realizó con el programa CPro 5.0 y análisis estadístico con el software SPSS. En algunas variables, en las que se asumía una posible interrelación temática desde la teoría, se utilizó el método de cluster's, con el fin de observar la forma en que estas se agrupaban. Las principales categorías de análisis de los datos de los cuestionarios corresponden a características sociodemográficas, hábitos y condiciones de estudio, dificultades personales, apoyo social, autoeficacia y autoconcepto, habilidades por mejorar, y temas, actividades y modalidades metodológicas de interés.

Adicionalmente, entre mayo y junio del año 2013 se llevó a cabo un total de seis grupos focales, uno por cada área académica de la sede universitaria. El fin de estos fue profundizar en algunos de los ejes temáticos consultados en el cuestionario. En promedio hubo una participación de 10 estudiantes por grupo focal. En todos se dio la representación de la mayoría de las carreras del área y de hombres y mujeres. La información de los grupos fue categorizada a partir de las preguntas planteadas en las sesiones, este proceso se desarrolló con el apoyo de la herramienta Atlas Ti.

Así, se llevó a cabo una sesión de validación de los resultados de los grupos focales con las facilitadoras y observadoras de los grupos. Las categorías de análisis empleadas para estos datos cualitativos fueron las características socio-personales, las habilidades por mejorar, los temas y las actividades y modalidades metodológicas de interés. En el anexo 2 se adjunta la guía de preguntas de estos grupos.

Finalmente, cabe destacar que se consideran como aciertos metodológicos haber aplicado cuestionarios a una muestra amplia del estudiantado, de forma que pese a que hubo muerte muestral se mantuvo una cantidad representativa de respuestas para la Sede Rodrigo Facio, así como haber profundizado, mediante grupos focales, en algunas de las categorías de análisis del estudio, en las que el cuestionario presentó limitaciones. No obstante, un desacierto de la metodología correspondió a la aplicación de un número reducido (al hacer el cálculo proporcional por facultades) de cuestionarios en las facultades con menor población, ya que no es posible contar con resultados generalizables por facultad.

4. Resultados

4.1 Características sociopersonales de la población estudiantil

4.1.1 Características sociodemográficas

El total de estudiantes a quienes se les aplicó el cuestionario correspondió a 1189, los cuales se dividen en 559 hombres y 630 mujeres. La edad oscila entre los 18 y 23 años principalmente (42.2% entre 18 a 20 años y 48.4% entre los 21 y 23). Alrededor de la mitad de la muestra ingresó a la universidad entre los años 2010 y 2011 (49.5%).

En este sentido, la población estudiantil consultada se encuentra en la adultez joven, la cual abarca el período entre los 18 y 30 años. Llama la atención que en los grupos focales realizados se determinó que esta etapa fue considerada por dicha población como una experiencia que conlleva contradicciones, en el sentido de que como personas adultas jóvenes se ven en la necesidad de actuar de manera responsable y comenzar a tomar decisiones y asumir las consecuencias de estas, pero al no contar con ingresos económicos, continúan siendo dependientes con respecto a sus familias, lo que les limita para avanzar en este proceso de construcción de la autonomía personal.

En los grupos focales se encontraron dos elementos que pueden considerarse, de acuerdo con postulados teóricos, como predictores positivos para el éxito universitario. Primero, los y las jóvenes tienen una identidad etaria coherente con su edad cronológica, ya que efectivamente se perciben a sí mismas y a sí mismos como adultos jóvenes, lo que podría considerarse un elemento protector al ser un indicador del buen funcionamiento psíquico y físico (Neugarten y Hagestad, 1976, como se cita en Benson y Elder, 2011). Y en segundo lugar, se encontró el interés de los y las estudiantes por desarrollar su autonomía personal, lo que puede pensarse como un predictor positivo para el éxito universitario, ya

que les facultan de herramientas emocionales que favorecen la adaptación a las demandas y retos que implica ser un adulto joven (Arnett 2000, como se cita en Benson y Elder, 2011).

Por otra parte, al respecto de las dificultades para consolidar la experiencia como personas adultas, se encuentran puntos comunes con lo planteado por Benson y Elder, 2011 y Requena, 2002, a nivel internacional, quienes mencionan que en el caso de las y los jóvenes que tienen acceso a la educación universitaria se tiende a prolongar su transición a la adultez, ya que retrasan el independizarse de sus familias y acceder a empleos remunerados. Estas tareas a su vez demoran la consolidación de relaciones de pareja en los jóvenes adultos y el acceso a una vivienda, los cuales están muy relacionadas para los y las jóvenes con la consolidación de la adultez (Benson y Elder, 2011 y Requena, 2002).

En cuanto al lugar de procedencia, la mayor parte de la muestra del cuestionario correspondió a la provincia de San José (54%) y en segundo lugar se ubicaron los y las estudiantes procedentes de Alajuela (15.7%). Lo que circunscribe la muestra participante al Valle Central de Costa Rica.

La mayoría de estudiantes encuestados indicaron ser solteros y solteras (96.3%) y no tener hijos o hijas, solo un 1.4 por ciento dijo tenerlos. En términos de dedicación, un 83 por ciento de las personas consultadas no trabaja, y del 17 por ciento que sí labora, la mayoría lo hace por horas (52%) (no se incluyeron horas estudiante o asistente ni horas beca). Solamente un 11.3 por ciento trabaja jornada completa.

En cuanto al lugar de residencia, un 24 por ciento debió cambiarlo durante el tiempo lectivo, mientras que un 76 por ciento continuó con su residencia habitual después de iniciar las clases. En relación con este punto, en los grupos focales se destacó la experiencia de los y las estudiantes que han tenido que cambiar de residencia al ingresar a la universidad como un valor agregado a su proceso de crecimiento y desarrollo de la autonomía, ya que deben enfrentar y resolver las actividades de la vida diaria (administración de casa y el dinero, tareas domésticas, entre otras), en mayor medida que aquellas personas que continúan viviendo con sus familias nucleares.

4.1.2 Hábitos y condiciones de estudio

Más de la mitad de la población estudia en su casa de habitación (64.5%). El segundo lugar señalado fue el campus universitario (34.1%), y solo un 1.1 por ciento de la muestra señaló que estudia con más frecuencia en otros lugares distintos a los dos anteriormente señalados.

Adicionalmente, la mayoría de la muestra expresó que cuenta con buenas condiciones de infraestructura para estudiar. En una escala del uno al cinco, todos los elementos consultados puntuaron mayor a tres (comodidad, ventilación, iluminación, privacidad, silencio). Al igual que se indicó con respecto a los insumos para estudiar, en el que más del 80 por ciento del cuestionario indicó que contaba con éstos (materiales didácticos, computadora e internet).

4.1.3 Dificultades personales

Más de la mitad de la muestra del cuestionario respondió negativamente (57.2%) a la consulta de si enfrentaba alguna dificultad personal que, desde su perspectiva, estuviera afectando su rendimiento académico. No obstante, 509 personas respondieron que sí, lo cual representa un 42.8 por ciento. Entre las dificultades señaladas destacaron aspectos psicológicos, tales como el estrés, el estado de ánimo, la ansiedad y las problemáticas en las relaciones con los otros (82.2%, 65.9%, 61% y 60.4% respectivamente) y las dificultades económicas (41.2%).

Se realizó además un estimado de la cantidad de dificultades que puede tener un o una estudiante de acuerdo con los datos reportados en el cuestionario, ante lo que se obtuvo que con mayor frecuencia enfrentan tres problemas simultáneamente. Con el fin de observar el tipo de relación entre las problemáticas, se realizó un análisis de conglomerados, utilizando las correlaciones cuadradas entre las variables para agruparlas. Así, se determinó que si se presentara un grupo de estudiantes que enfrenten tres problemáticas simultáneas, estas corresponderían más frecuentemente al estrés, el estado de ánimo y la ansiedad.

4.1.4 Retos personales

En relación con el punto anterior, en los grupos focales los y las estudiantes expusieron cuáles consideran que son sus principales retos personales. Entre ellos destacaron la organización del tiempo (énfasis en lograr equilibrio entre su vida personal y el estudio) y las limitaciones económicas.

Llama la atención que los y las estudiantes mencionen que su mayor reto sea la organización del tiempo y sus problemáticas se refieran a aspectos psicológicos que podrían estar relacionados con esa dificultad, tales como el estrés, la ansiedad y las dificultades en el estado de ánimo. Por esto, se considera relevante desarrollar futuros estudios que permitan indagar la relación entre estos elementos planteados por la población estudiantil.

4.1.5 Apoyo social

Adicionalmente, el estudio señaló que del 42.8 por ciento de la muestra que enfrenta problemáticas personales que afectan su estudio, una mayoría cuenta con una red de apoyo para enfrentarlas (73.5%), la cual se conforma por tres o cuatro personas, correspondiendo principalmente a las madres y las y los amigos (71.2% y 68.4% respectivamente). No obstante, cabe señalar un 24.3 por ciento indicó que no cuenta con dichas redes.

Es precisamente este sector de población estudiantil, que no cuenta con redes de apoyo, uno de las que más requieren de la atención que pueda ofrecer la Universidad, con el fin de promover su permanencia y el éxito académico, así como su salud tanto física como psicológica. Lo anterior, debido a que de acuerdo con algunos postulados teóricos, existe una relación estrecha entre el apoyo social y la salud de las personas (Fernández del Valle y García, 1994).

En la misma línea, la relevancia del papel de la Universidad en la atención a estudiantes también se tornó evidente en los resultados de los grupos focales, en los cuales las entidades de la Universidad (la Oficina de Becas y Atención Socioeconómica y la Oficina de Orientación) fueron señaladas como parte de los principales actores que ofrecen apoyo a la población estudiantil, junto con la familia y las amistades.

4.1.6 Autoeficacia y autoconcepto

En términos generales puede señalarse que la mayoría de las y los estudiantes consultados en el cuestionario presentó una elevada percepción de autoeficacia y autoconcepto, lo que podría ser considerado como un aspecto que favorece el éxito académico y como predictor de un adecuado desempeño de la población estudiantil en la resolución de problemas y en enfrentar los desafíos del nuevo contexto estudiantil (Veliz, 2010).

Así, en el estudio, a la autoeficacia, evaluada mediante la Escala EAG, se sumó el valor de cada respuesta por persona, por lo tanto puede contar con valores entre 10 y 40. Se determinó para la presente investigación que en esta Escala los valores mayores a 30 serán considerados como elevados, valores entre 20 y 30 moderados y menores de 20 bajos. Así, de acuerdo con los resultados, se observa que las y los estudiantes de la sede Rodrigo Facio tienen un promedio aproximado a 32,60 en esta escala, lo que puede ser interpretado como valores altos en términos de autoeficacia. Por ende, puede señalarse que el estudiantado

tiende, en términos generales, a considerar que frente a situaciones adversas y retrospectiva con los recursos para hacerles frente y resolverlas (Bandura, 1977 y Schunk, 1989).

Mediante la aplicación de la escala AF5 que evalúa el autoconcepto, se observó que la muestra de estudiantes posee niveles moderadamente altos de esta variable. En todos los casos, se encontraron puntuaciones mayores a 6.2 en una escala de 1 a 10. Ante esto, es posible observar que hay una tendencia, en la más de la mitad de las y los estudiantes consultados, a valorarse y mostrar autocontrol, de manera que podrían tomar decisiones, tolerar el fracaso y desarrollar sus potencialidades (Núñez y otros, 1998 y Véliz, 2010).

A partir de estos resultados, se desprende la posibilidad de desarrollar futuras investigaciones que indaguen sobre la motivación y el éxito académico en la población estudiantil en relación con el autoconcepto y la autoeficacia, ya que estas dos últimas, se plantean como predictoras de las dos primeras en población estudiantil universitaria (Núñez y otros, 1998).

4.1.7 Habilidades por mejorar

En los grupos focales se consultó sobre las habilidades que la población estudiantil considera necesario adquirir o fortalecer para enriquecer su experiencia personal. Ante esto, en todos los grupos se enfatizó la habilidad de la comunicación, principalmente, la comunicación oral y asertiva (en varios grupos también se incluyó la comunicación escrita). En la mitad de los grupos realizados se señaló la necesidad de mejorar la habilidad de las relaciones interpersonales y del trabajo en equipo.

Es fundamental hacer notar que las habilidades que más interesa fortalecer al grupo de estudiantes consultado se relacionan con la interacción con las otras personas, y no en habilidades de corte individual.

4.2 Temas, actividades y modalidades metodológicas de interés

En el cuestionario, al consultar a los y las estudiantes sobre su interés en asistir a actividades relacionadas con los temas que se vienen trabajando en los Centros de Asesoría Estudiantil, se encontró que los que más interesan a la muestra son los de manejo del estrés y organización del tiempo (68.9% y 68.5% respectivamente). Esto se relaciona con la información mencionada anteriormente en cuanto a las dificultades y retos del estudiantado, ya que se señaló el estrés como una de las problemáticas más frecuentes y la organización del tiempo como uno de los principales retos que enfrentan. Además, los temas de

recreación, toma de decisiones, inteligencia emocional, y resolución de conflictos fueron señalados de interés por más del sesenta por ciento de la muestra consultada.

Adicionalmente, se realizó el análisis de estos datos para ver la conformación de grupos de temas, de acuerdo con la escogencia que realizaron los y las estudiantes, mediante el método de cluster's. Como resultado, los grupos temáticos más importantes fueron los correspondientes a los de estrés, organización del tiempo y recreación como puede observarse en los grupos 3 y 6 del cuadro 1. Nuevamente, esta agrupación toma sentido si se considera que las principales dificultades personales y retos señalados por los y las estudiantes en los apartados anteriores se encuentran muy relacionados con dichas temáticas. Lo anterior puede ser consultado en el cuadro 1.

Cuadro 1
Análisis de la importancia relativa y de cluster's de los temas planteados

Formación de grupos	Temas de interés	Seleccionan entre (1-13) actividades n=1189		Seleccionan entre (2-8) actividades n=520	
		% relativo entre grupos	% relativo dentro del grupo	% relativo entre grupos	% relativo dentro del grupo
Grupo 1	Motivación para el estudio		48		41
	Administración del dinero	15.91	52	15.30	59
Grupo 2	Autoestima		43		35
	Actitud positiva	13.55	57	8.74	65
Grupo 3	Manejo del estrés		50		50
	Organización del tiempo	19.29	50	22.79	50
Grupo 4	Inteligencia emocional		51		49
	Sexualidad y afectividad	16.91	49	17.45	51
Grupo 5	Toma de decisiones		26		27
	Habilidades para la vida		24		24
	Resolución de conflictos	16.71	25	15.49	25
	Comunicación asertiva		24		24
Grupo 6	Recreación	17.63	100	20.23	100

Fuente: Oficina de Orientación. Universidad de Costa Rica. Encuesta Características Socio-personales 2012. Octubre y noviembre del 2012.

Por otra parte, los grupos cuatro y cinco también presentaron un porcentaje relativo considerable. Estos grupos engloban una serie de temas que se relacionan con el desarrollo de habilidades, los cuales pareciera que resultan muy relevantes para la población estudiantil

En los grupos focales se recomendaron algunos temas distintos a los que se incluyeron en la consulta del cuestionario. Así, el tema que se sugirió mayoritariamente para ser trabajado desde los Centros de Asesoría Estudiantil es el de información tanto de trámites como reglamentos que rigen en la Universidad. También, las relaciones interpersonales fueron sugeridas en tres de los grupos focales, así como el de manejo del estrés y la ansiedad y la administración del dinero. Con menos frecuencia se mencionaron los temas de relaciones de género y la comunicación (en dos grupos).

Adicionalmente, en todos los grupos focales se recomendó que se lleven a cabo actividades recreativas con el fin de que existan espacios para compartir en grupo y para la diversión. En todos los casos, se sugirió que estas actividades se realicen en coordinación con otras instancias como las unidades académicas o las asociaciones de estudiantes y que sean organizadas en cada una de las áreas o facultades. Lo anterior, con el fin de que las y los estudiantes se sientan identificados con la oferta de actividades y estas atiendan las necesidades concretas de la población de cada área. Llama la atención que en todos los grupos focales, las actividades recreativas fueron el punto que generó más entusiasmo entre las personas participantes.

Resulta de interés que se presentaron coincidencias entre los temas y actividades de interés de la población estudiantil y las dificultades y retos señalados, lo que sugiere que el estudiantado mantiene interés en participar en actividades que respondan a las necesidades y problemáticas que aquejan su vida universitaria.

En cuanto a las modalidades metodológicas para el trabajo de los temas sugeridos para la Oficina de Orientación en la temática de desarrollo personal, la que prefirió la población estudiantil es el taller (70.7%), mientras que las charlas y los cine foros contaron con la aprobación del 58% de la muestra. Los conversatorios fueron los menos llamativos (41%). Estos datos fueron coincidentes, en su mayoría, con los resultados de los grupos focales, donde los y las estudiantes de todas las áreas sugirieron mayoritariamente los talleres y las charlas.

Con respecto a las modalidades presenciales y virtuales, las y los estudiantes prefirieron las actividades presenciales para que se desarrollen por parte de la Oficina de Orientación. En el cuestionario un 70.6% de la muestra prefirió las actividades presenciales

para que se desarrollen sus temas de interés, mientras que la información electrónica y las actividades virtuales no contaron con tanta popularidad (61.4% y 41.2% respectivamente). También, en los grupos focales hubo una tendencia a preferir las actividades presenciales.

En términos generales, puede verse que el estudiantado muestra interés por formarse en temas relativos al desarrollo personal, especialmente, aquellos que le permiten afrontar el estrés y mejorar el uso del tiempo, ya que estos son vistos como retos en su vida universitaria. A su vez, las actividades presenciales tienen mayor preferencia que las virtuales, y dentro de ellas, destaca la modalidad de taller.

5. Conclusiones

A partir de los resultados obtenidos, puede señalarse que la mayor parte de los y las estudiantes cuenta con herramientas personales y sociales que podrían facilitar el éxito académico. Esto debido a que la mayoría de la población estudiantil consultada, por sus características socio-personales, cuenta con las posibilidades para dedicarse tiempo completo a los estudios universitarios. También, la mayor parte de los y las estudiantes cuenta con buenas condiciones de infraestructura para estudiar y tiene acceso a los insumos básicos necesarios mientras estudia. A esto se suma una tendencia mayoritaria, en la muestra consultada, a presentar niveles moderados y altos de autoestima y autoeficacia, categorías predictoras del rendimiento académico.

No obstante, es necesario considerar que un porcentaje importante de la población estudiantil consultada enfrenta dificultades personales que afectan su rendimiento académico (42.8%). Estas problemáticas guardan relación directa con factores emocionales y económicos, por lo que los esfuerzos de la Universidad para procurar el mejoramiento académico de la población estudiantil, deben considerar el abordaje de dichos elementos personales y sociales, y no circunscribirse al ámbito académico solamente.

En la misma línea, pese a que la mayor parte de la población estudiantil cuenta con una red de apoyo para enfrentar las dificultades socio-personales, existe un sector importante de estudiantes exento de este tipo de sostén (24.3%). Ante esta realidad, se torna de gran relevancia el papel de la Universidad como ente que promociona diversas ofertas de apoyo para la población estudiantil, que busquen garantizar su permanencia en el sistema de educación universitaria pública. Es importante retomar que la presencia de estas redes proporciona diversas herramientas a las personas, las cuales facilitarían su éxito académico en la universidad, tales como una mirada más positiva de sí mismas, mejor autoestima,

promoción del autocuidado y el mejor uso de sus recursos personales y sociales (Fernández Del Valle y García, 1994 y Méndez y Barra, 2008).

La Universidad es considerada, por un sector de la población estudiantil, como una de las fuentes de apoyo más importantes para dar continuidad a su proyecto académico. En el caso de la ayuda económica, la beca universitaria fue considerada como el principal recurso con el que se cuenta por un porcentaje de la muestra del cuestionario (21%). Ante esto, se considera de gran importancia que se continúen mejorando los servicios que se ofrecen desde la Universidad para la población estudiantil, y así buscar su permanencia exitosa.

En esta misma línea, se considera necesario fortalecer las intervenciones de la OO, desde el Eje de Desarrollo Personal, encaminadas a crear espacios para la formación de vínculos entre los y las estudiantes, de forma que ellos y ellas puedan fortalecer sus redes de apoyo por medio de relaciones con otros que se vayan formando en el ambiente universitario.

Las dificultades para la organización del tiempo y el estrés parecen ser dos de los aspectos que más afectan negativamente a la población estudiantil en su cotidianidad. Esto se fundamenta en que ambos aspectos fueron planteados como temas de mayor interés en el cuestionario aplicado. El estrés fue señalado como una de las dificultades más frecuentes que afectan el rendimiento académico del estudiantado. Además, en los grupos focales se señaló la organización del tiempo como el principal reto que se enfrenta como estudiante. Ante esto, la OO tiene la necesidad de fortalecer los procesos de atención, tanto individuales como grupales, que realiza en torno a estas temáticas, de forma que pueda responder a las principales dificultades que enfrenta el estudiantado.

El cambio de residencia al entrar a la Universidad es considerado por los y las estudiantes como una oportunidad para desarrollar competencias que les permitan asumir las actividades de la vida diaria, las cuales compartían con sus familias antes del cambio del lugar de residencia. Esto es visto por los y las jóvenes como un punto a favor en su proceso de consolidación como personas adultas. Esta experiencia servirá de insumo en la iniciativa que se está desarrollando en el Eje de Desarrollo Personal, para trabajar de manera grupal, la experiencia de estudiantes de primer ingreso que cuentan con beca cinco y el beneficio de reubicación geográfica, para abordar sus experiencias de cambio de residencia al integrarse a la universidad.

La interacción con los otros en el marco de la diversidad cultural, académica y personal resulta muy valorada por los y las estudiantes. En los grupos focales, las habilidades de más

interés para ser desarrolladas así como las experiencias más enriquecedoras en su vivencia estudiantil, se vincularon con las interacciones sociales en el medio universitario.

La población estudiantil apuesta por modalidades metodológicas que permitan aprender haciendo, que abran espacio a los intereses y necesidades de los y las estudiantes, y que se basen en la interacción de las personas participantes para construir sus propios aprendizajes.

El estudiantado expresó interés y necesidad en que, desde los CASE, se realicen actividades encaminadas a favorecer el desarrollo de las habilidades necesarias para incorporarse al contexto universitario y enfrentar con éxito las demandas de la vida académica. En este punto destacó lo referente a la organización del tiempo, manejo del estrés y la ansiedad, las habilidades de comunicación y relaciones interpersonales. Ante ello, el Eje de desarrollo Personal tiene el reto de implementar iniciativas que se orienten al desarrollo de las habilidades más destacadas por el estudiantado y con las metodologías de su preferencia, con el fin de atender a sus requerimientos actuales.

Las prioridades en cuanto a intereses de la población estudiantil están enfocadas en el ámbito académico. Por ende, la mayoría de las actividades y temas referentes al desarrollo personal se tornan relevantes para dicha población cuando constituyen una herramienta para el éxito académico. Esto plantea un desafío para el Eje de Desarrollo Personal de la OO, en el sentido de llevar a cabo iniciativas que logren articular elementos del desarrollo personal de la población estudiantil, de la mano con el éxito académico, que sigue siendo su prioridad.

Los y las estudiantes plantean una preferencia mayoritaria por las actividades presenciales, pero ante las limitaciones de tiempo que enfrentan, esta se vuelve poco accesible. Ante esto, el uso de la modalidad virtual se presenta como una opción que podría ser promovida para facilitar el acceso a recursos para el desarrollo personal. No obstante, esto implica enfrentar el reto de adecuar los temas y actividades de interés para el estudiantado a esta modalidad.

Agradecimientos

A Karen Ortega Borloz, Marysol Chinchilla Morera, María Elena Brenes Rodríguez, Wendy López Mainieri, Enos Brown Richards y Anabetty González Jiménez, quienes colaboraron con la investigación como parte del Eje de Desarrollo Personal de la Oficina de Orientación.

A la Licda. Catalina Ramírez Vega, por la coordinación del inicio del proyecto de investigación.

A la MSc. Sonia Parrales Rodríguez por su apoyo en la construcción y validación del cuestionario.


Referencias

- Bandura, Albert. (1982). Self-Efficacy Mechanism in Human Agency. *American Psychologist*, 2(37), 122-147.
- Benson, Janel y Elder, Glen. (2011). Young Adult Identities and their Pathways: a Developmental and Life Course Model. *Developmental Psychology*, 6(47), 1646-1657. Recuperado de <http://psycnet.apa.org/journals/dev/47/6/1646/>
- Benson, Janel. y Kirkpatrick, Monica. (2012). The Implications of Adult Identity for Educational and Work Attainment in Young Adulthood. *Developmental Psychology*, 6(48), 22-38. Recuperado de <http://psycnet.apa.org/journals/dev/48/6/1752/>
- Cid, Patricia, Orellana, Alda y Barriga, Omar. (2010). Validación de la Escala de Autoeficacia General en Chile. *Revista Médica*, 2(138), 551-557.
- Fernández Del Valle, Jorge y García, Aránzazu. (1994). Redes de apoyo social en usuarios del servicio de ayuda a domicilio de la tercera edad. *Psicothema*, 1(16), 39-47. Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/901.pdf>
- Goñi, Eider. (2009). *El Autoconcepto Personal: Estructura Interna, Medida y Variabilidad*. [versión digital pdf]. Recuperado de <http://www.tesisenred.net/handle/10803/133902>
- Méndez, Pablo y Barra, Enrique. (2008). Apoyo Social Percibido en Adolescentes Infractores de ley y no Infractores. *Psykhé*, 1(17), 59-64.
- Molina, Denyz. (2004). Concepto de orientación educativa: diversidad y aproximación. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1(13). 2-22. Recuperado de <http://www.rieoei.org/deloslectores/736Molina108.PDF>
- Mora, Diego y Vargas, Gustavo. (2006). *Evaluación de las contribuciones al desarrollo de habilidades para la vida en la población estudiantil del Programa de Residencias, sede Rodrigo Facio, Universidad de Costa Rica*. (Tesis para optar por el grado de Magíster), Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.
- Núñez, José, González, Julio, García, Marta, González, Soledad, Rocés, Cristina, Álvarez, Luis y González, María del Carmen. (1998). Estrategias de Aprendizaje, Autoconcepto y Rendimiento Académico. *Psicothema*, 1(10), 97-109. Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/146.pdf>
- Requena, Miguel. (2002). Juventud y dependencia familiar en España. *Estudios de Juventud* 2(58), 2-13. Recuperado de <http://www.injuve.es/sites/default/files/58articulo2.pdf>

- Serra, José. (2011) *Autoeficacia, depresión y el rendimiento académico en estudiantes universitarios*. (Tesis para optar por el grado de doctorado), Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España. Recuperado de <http://eprints.ucm.es/11105/1/T32194.pdf>
- Terol, María del Carmen, López, Sofía, Neipp, María del Carmen, Rodríguez Jesús, Pastor, María de los Ángeles y Martín, Maite. (2004). Apoyo social e instrumentos de evaluación: revisión y clasificación. *Anuario de Psicología*, 1(35), 23-45.
- Tracy, Elizabeth y Whittaker, James. (1999). *El mapa de la Red Social: Evaluación de Apoyo Social en la Práctica Clínica*. Material sin publicar. USA.
- Véliz, Alex Leandro. (2010). *Dimensiones del Autoconcepto en Estudiantes Chilenos: un Estudio Psicométrico*. (Tesis para optar por el grado de doctorado), Universidad del País Vasco, Bizkaia, España. Recuperado de <https://www.educacion.gob.es/teseo/imprimirFicheroTesis.do?fichero=19823>

Anexo 1

Cuestionario "Características socio-personales de la población estudiantil de la Sede Rodrigo Facio de la Universidad de Costa Rica".

	Instituto de Investigación en Educación Oficina de Orientación	No. de cuestionario _____
<p>Estimada/o estudiante: le agradecemos por responder el presente cuestionario, en el cual se incluyen preguntas sobre características socio-personales y dos escalas sobre autoeficacia y autoconcepto. La información que proporcione es voluntaria, de carácter confidencial y se utilizará en el estudio "Características socio-personales de la población estudiantil de la sede Rodrigo Facio de la Universidad de Costa Rica". Esta investigación se está realizando para enriquecer el trabajo que hace la Oficina de Orientación con los/as estudiantes.</p>		
<p>Sección A: Datos generales. Le solicitamos por favor responder de forma completa cada una de las preguntas de esta sección. En las preguntas abiertas utilice las líneas en blanco para responder y en las de selección única marque con una equis "X" su respuesta sobre el número.</p>		
<p>1. Edad: /__ / __ / años cumplidos</p>		
<p>2. Sexo: 1. () Hombre 2. () Mujer</p>		
<p>3. Anote la carrera en la que se encuentra empadronado/a: _____</p>		
<p>4. Indique el año en el que ingresó a la UCR: _____</p>		
<p>5. ¿Tiene beca socioeconómica? 1. () Sí 2. () No (PASE A LA PREGUNTA 7)</p>		
<p>6. Indique la categoría de beca que tiene asignada _____</p>		
<p>7. ¿Tiene beca de estímulo? 1. () Sí 2. () No (PASE A LA PREGUNTA 9)</p>		
<p>8. Marque el tipo de beca de estímulo que tiene asignada</p> <p>1. () De honor 2. () Actividades cultural y deportivas</p> <p>3. () Representación estudiantil 4. () Horas estudiante /asistente</p>		
<p>9. Indique la dirección de su grupo familiar</p> <p>1. Provincia _____ 2. Cantón _____ 3. Distrito _____</p>		
<p>10. Al ingresar a la UCR, ¿tuvo usted que trasladarse a vivir a un lugar distinto al de su núcleo familiar?</p> <p>1. () Sí 2. () No (PASE A LA PREGUNTA 12)</p>		
<p>11. Indique su dirección en tiempo lectivo</p> <p>1. Provincia _____ 2. Cantón _____ 3. Distrito _____</p>		
<p>12. ¿Cuánto tiempo tarda usted diariamente para trasladarse a la Universidad? (SUME TIEMPO DE IDA Y VUELTA)</p> <p>1. () Una hora o menos 2. () Entre 1 y 3 horas</p> <p>3. () Entre 3 horas y 4 horas 4. () Más de 4 horas</p>		
<p>13. ¿Cuál es su estado civil actual?</p> <p>1. () Soltera (o) 2. () Casada (o) 3. () Unión libre 4. () Divorciada (o) 5. () Viuda (o)</p>		
<p>14. ¿Tiene usted hijos/as? 1. () Sí 2. () No</p>		
<p>15. ¿Tiene hijas/os en edades de 0 a 4 años? 1. () Sí 2. () No</p>		

16. ¿Realiza usted algún tipo de trabajo remunerado? **(NO INCLUYE HORAS ASISTENTE-ESTUDIANTE)**

1. () Sí 2. () No **(PASE A LA PREGUNTA 18)**

17. ¿Cuál es su jornada de trabajo?

1. () Tiempo completo 2. () Medio tiempo 3. () Cuarto de tiempo 4. () Por horas

18. ¿Cuenta usted con adecuación curricular en la universidad? 1. () Sí 2. () No

Sección B. Condiciones de estudio. En este apartado se le consultará sobre algunas de las condiciones en las que usted se desenvuelve como estudiante universitario/a. Por favor responda con sinceridad marcando con una equis X la opción que mejor se ajuste a su criterio.

19. ¿Dónde estudia con mayor frecuencia? **(MARQUE SOLO UNA OPCION)**

1. () En el campus universitario 2. () En su casa **(PASE A LA PREGUNTA 21)**

8. () Otro, especifique _____ **(PASE A LA PREGUNTA 22)**

20. Indique el lugar donde estudia con mayor frecuencia en el campus universitario, **(MARQUE SOLO UNA OPCION).**

1. () Biblioteca (salas de estudio) 2. () Las aulas 3. () El cubículo de la asociación de estudiantes

4. () Los pasillos 5. () La soda 8. () Otro, especifique _____

21. Cuando estudia en la casa, indique el lugar que más utiliza **(MARQUE SOLO UNA OPCION)**

1. () Su habitación 2. () La sala 3. () El comedor

4. () Sala de estudio u oficina 8. () Otro, especifique _____

22. Califique las condiciones del lugar de estudio que usted utiliza con mayor frecuencia **(SEGUN SU RESPUESTA EN LA PREGUNTA 19)** de acuerdo a si las considera óptimas o deficientes. Marque con una X el número que mejor se ajuste a su criterio

Condiciones	Calificación				
	Deficiente				Óptima
1. Comodidad	1	2	3	4	5
2. Ventilación	1	2	3	4	5
3. Iluminación	1	2	3	4	5
4. Privacidad	1	2	3	4	5
5. Silencio	1	2	3	4	5

23. Complete la siguiente frase con cada uno de los enunciados del cuadro de abajo **"Cuando me encuentro en el lugar donde estudio más frecuentemente..."**

	Sí	No
1. Puedo concentrarme	1	2
2. Tengo los materiales necesarios a la mano	1	2
3. Tengo acceso a la computadora	1	2
4. Tengo acceso a internet	1	2

Sección C. Factores personales y Apoyo social. En esta sección se le consulta acerca de factores personales que puedan influir en su experiencia como estudiante universitario/a y las personas con las que usted cuenta para hacer frente a diversas dificultades. Por favor responda con la mayor honestidad posible.

24. ¿Considera usted que se encuentra enfrentando algún/os problema/s personal/es que pueda/n estar influyendo negativamente en su rendimiento académico?

1. Sí 2. No (PASE A LA PREGUNTA 28)

25. ¿Con cuál/es de los siguientes factores se relaciona/n el/los problemas que usted está enfrentando? (EN CASO DE QUE NO CORRESPONDA, MARQUE EL NÚMERO 2)

	Sí	No
1. Estado de ánimo	1	2
2. Ansiedad	1	2
3. Estrés	1	2
4. Relaciones con otras personas (familia, amigos/as, pareja)	1	2
5. Duelo (muerte de alguna persona cercana)	1	2
6. Sexualidad (identidad y prácticas sexuales)	1	2
7. Adaptación a la universidad	1	2
8. Dificultades económicas	1	2
81. Otras situaciones, especifique:		

26. ¿Cuenta usted con alguna/s persona/s que le brinde/n apoyo para enfrentar las problemáticas señaladas anteriormente?

1. Sí 2. No (PASE A LA PREGUNTA 28)

27. Identifique quién o quiénes son las personas que le ofrecen apoyo para enfrentar estas problemáticas (EN CASO DE QUE NO CORRESPONDA, MARQUE EL NÚMERO 2)

	Sí	No
1. Papá	1	2
2. Mamá	1	2
3. Pareja	1	2
4. Hermanos/as	1	2
5. Abuelos/as	1	2
6. Amigos/as	1	2
7. Compañeros/as de estudio	1	2
8. Funcionarios/as de la UCR	1	2
81. Otro, especifique		

28. ¿Cuenta usted con apoyo familiar para estudiar en la Universidad?

1. Sí 2. No (PASE A LA PREGUNTA 30)

29. ¿Qué tipo de apoyo recibe usted de su familia para estudiar? (PUEDE MARCAR VARIAS OPCIONES)

1. Emocional 2. Económico 8. Otro (especifique) _____

30. Identifique cuál es su principal fuente de apoyo económico para estudiar _____

Sección D. Temas y actividades de interés en torno al desarrollo personal. El objetivo de esta sección es identificar cuáles son los temas y actividades que le resultan de mayor interés y utilidad a usted para desarrollar habilidades personales que le permitan enfrentar el ambiente universitario con éxito. Favor responda con la mayor honestidad posible.

31. Indique si asistiría o no a actividades relacionadas con los siguientes temas (EN CASO DE QUE NO CORRESPONDA, MARQUE EL NÚMERO 2)

	Sí	No
1. Toma de decisiones	1	2
2. Autoestima	1	2
3. Actitud positiva	1	2
4. Manejo del estrés	1	2
5. Inteligencia emocional	1	2
6. Sexualidad y afectividad	1	2
7. Habilidades para la vida	1	2
8. Resolución de conflictos	1	2
9. Organización del tiempo	1	2
10. Comunicación asertiva	1	2
11. Motivación para el estudio	1	2
12. Administración del dinero	1	2
13. Recreación	1	2
81. Otro, especifique:		

32. Indique cuál o cuáles de las siguientes modalidades prefiere para que se desarrollen los temas que señaló en la pregunta anterior (EN CASO DE QUE NO CORRESPONDA, MARQUE EL NÚMERO 2)

	Sí	No
1. Charlas	1	2
2. Talleres	1	2
3. Conversatorios y/o mesas redondas	1	2
4. Cine foros	1	2
81. Otra, especifique:		

33. Indique cuáles de las siguientes opciones prefiere para obtener información sobre diversos temas (EN CASO DE QUE NO CORRESPONDA, MARQUE EL NÚMERO 2)

	Sí	No
1 Asistir a actividades presenciales	1	2
2 Accesar a actividades virtuales	1	2
3 Recibir información electrónica	1	2
81 Otra, especifique:		

Sección E: Cuestionario AF5. Esta sección intenta recoger su **percepción** ante diversas cuestiones relativas a sus estudios, sus relaciones sociales, entre otras. Lea cada una de las siguientes afirmaciones y conteste con un valor entre 1 y 5 según su grado de acuerdo o desacuerdo. El "1" implica **TOTAL DESACUERDO** y el "5" implica **TOTAL ACUERDO**. Señale con una equis "X" el número que represente más su grado de acuerdo o desacuerdo con cada afirmación.

Frases	Grado de acuerdo				
	Total desacuerdo	2	3	4	Total acuerdo
1 Hago bien los trabajos escolares y/o académicos.	1	2	3	4	5
2 Hago fácilmente amigos/as	1	2	3	4	5
3 Tengo miedo de algunas cosas.	1	2	3	4	5
4 Soy muy criticado/a en casa.	1	2	3	4	5
5 Me cuido físicamente.	1	2	3	4	5
6 Mis profesores/as me consideran buen/a estudiante.	1	2	3	4	5
7 Soy una persona amigable.	1	2	3	4	5
8 Muchas cosas me ponen nervioso/a.	1	2	3	4	5
9 Me siento feliz en casa.	1	2	3	4	5
10 Me buscan para realizar actividades deportivas.	1	2	3	4	5
11 Trabajo mucho en clase.	1	2	3	4	5
12 Es difícil para mí hacer amigos/as.	1	2	3	4	5
13 Me asusto con facilidad.	1	2	3	4	5
14 Mi familia está decepcionada de mí.	1	2	3	4	5
15 Me considero elegante.	1	2	3	4	5
16 Mis profesores/as me estiman.	1	2	3	4	5
17 Soy una persona alegre.	1	2	3	4	5
18 Cuando los/as mayores me dicen algo me pongo muy nervioso/a.	1	2	3	4	5
19 Mi familia me ayudaría en cualquier tipo de problema.	1	2	3	4	5
20 Me gusto cómo soy físicamente.	1	2	3	4	5
21 Soy un/a buen/a estudiante.	1	2	3	4	5
22 Me cuesta hablar con personas que apenas conozco.	1	2	3	4	5
23 Me pongo nervioso/a cuando el/la profesor/a me hace preguntas.	1	2	3	4	5
24 Mis padres me dan confianza.	1	2	3	4	5
25 Soy bueno/a haciendo deporte.	1	2	3	4	5
26 Mis profesores/as me consideran inteligente y trabajador/a.	1	2	3	4	5
27 Tengo muchos amigos/as.	1	2	3	4	5
28 Me siento nervioso/a.	1	2	3	4	5
29 Me siento querido/a por mis padres.	1	2	3	4	5
30 Soy una persona atractiva.	1	2	3	4	5

Sección F. Escala de Autoeficacia: A continuación encontrará una serie de afirmaciones sobre su forma de actuar en diferentes situaciones. Marque con una equis "X" el número en la columna que mejor corresponda a su preferencia. Las respuestas tienen un valor entre 1 y 4, donde: 1= incorrecto, 2= apenas cierto, 3= más bien cierto y 4= cierto.

	Afirmaciones	Preferencia			
		Incorrecto	Apenas cierto	Más bien cierto	Cierto
1	Puedo encontrar la manera de obtener lo que quiero aunque alguien se me oponga.	1	2	3	4
2	Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.	1	2	3	4
3	Me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas.	1	2	3	4
4	Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados.	1	2	3	4
5	Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas.	1	2	3	4
6	Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo/a porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles.	1	2	3	4
7	Venga lo que venga, por lo general soy capaz de manejarlo.	1	2	3	4
8	Puedo resolver la mayoría de los problemas si me esfuerzo lo necesario.	1	2	3	4
9	Si me encuentro en una situación difícil, generalmente se me ocurre qué debo hacer.	1	2	3	4
10	Al tener que hacer frente a un problema, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo.	1	2	3	4

Anexo 2

Guía de preguntas para la realización de los grupos focales

Tema	Preguntas
Características Socio-personales	<p>Para ustedes, ¿Cuáles son las experiencias más enriquecedoras a nivel personal que se viven en la universidad?</p> <p>¿Cómo se han sentido como adultos y adultas jóvenes universitarias?</p> <p>¿Qué o quiénes les han ofrecido ayuda a lo largo de su experiencia como estudiantes en la universidad?</p> <p>¿Qué les hace falta para que la experiencia como universitarios/as sea más positiva?</p>
Temas de interés de lo socio-personal	<p>¿Cuáles son los principales retos que enfrentan ustedes como estudiantes universitarios/as?</p> <p>Piensen ahora en su vida cotidiana como estudiantes y a partir de eso comenten ¿Cuáles temas en el ámbito socio-personal les gustaría conocer o profundizar desde la Oficina de Orientación?</p> <p><i>Si no conocen sobre la Oficina se debe mencionar información muy breve al respecto, aclarando que los CASE forman parte de la OO (COVO, CASE, CASED, CIU).</i></p> <p><i>Si preguntan de qué se trata lo socio-personal se debe:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Preguntar al grupo ¿Qué temas piensan ustedes que se pueden relacionar con los aspectos socio-personales? • Decir al grupo "Piensen en los aspectos que se presentaron en las fotos, esos se relacionan con lo socio-personal ¿Con qué se relacionan?"
Actividades	<p>Ahora que hablamos de los temas que les interesan, nos gustaría que nos cuenten también ¿Qué habilidades les gustaría mejorar para su vida universitaria desde lo socio-personal?</p> <p><i>Si en el grupo no se entiende qué son habilidades se puede:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Preguntar al grupo ¿Cuáles ejemplos de habilidades podrían ustedes mencionar? • Dar ejemplos de habilidades: capacidad de observación y autoobservación, facilidad de expresión y facilidad para relacionarse con otras personas. <p>¿Qué tipo de actividades recomendarían que desarrollen los CASE para abordar los temas que han mencionado?</p>
	<p>¿Entre actividades presenciales y virtuales, cuáles prefieren para participar en procesos de formación sobre los temas que mencionaron?</p> <p>Por favor, especifiquen qué tipo de actividades virtuales prefieren.</p> <p>Por favor, especifiquen qué tipo de actividades presenciales prefieren.</p>