

¿Pueden las fortalezas del carácter relacionarse con la adaptación a la universidad? Una investigación en estudiantes del Área Metropolitana y Gran Buenos Aires

Aldana Sol Grinhauz¹, Sergio Héctor Azzara², Cynthia Claudia Frascaroli³ y Melina Gabriela Elkouss⁴

RESUMEN

Se trata de un estudio transversal, descriptivo y correlacional realizado con 339 estudiantes universitarios del Área Metropolitana de Buenos Aires con una media de edad de 27 años. El objetivo fue evaluar la relación entre la adaptación a la universidad en cuatro dimensiones (académica, social, personal-emocional e institucional) y las fortalezas de carácter de acuerdo con la clasificación *Values in Action*. Se utilizaron el Cuestionario de Adaptación a la vida universitaria (SACQ) y el Inventario de Virtudes y Fortalezas (IVyF). Los resultados indicaron que la dimensión institucional, relacionada con la aceptación de normas y la motivación para concluir la carrera, fue la más alta, mientras que la adaptación emocional, asociada a la capacidad de manejar el estrés y los desafíos personales, fue la más baja. Las fortalezas de carácter más destacadas fueron la amabilidad y la perspectiva, mientras que la autorregulación y la espiritualidad presentaron las medias más bajas. Se encontraron también correlaciones significativas entre la adaptación a la universidad y ciertas fortalezas de carácter, destacándose la vitalidad, la persistencia, la inteligencia social y la gratitud, las cuales se asociaron con tres o cuatro dimensiones de la adaptación universitaria a la vez. Estos resultados sugieren que estas fortalezas pueden desempeñar un papel crucial en la adaptación a la universidad.

Palabras Clave: adaptación, fortalezas, estudiantes, universidad.

Can character strengths be relate to adjustment to college? A research in Students of the Metropolitan Area and Greater Buenos Aires

ABSTRACT

This is a cross-sectional, descriptive, and correlational study conducted with 339 university students from the Metropolitan Area of Buenos Aires, with an average age of 27 years. The study aimed to evaluate the relationship between university adaptation across four dimensions (academic, social, personal-emotional, and institutional) and character strengths according to the Values in Action classification. The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) and the Inventory of Virtues and Strengths (IVyF) were used. The results indicated that the institutional dimension, related to the acceptance of norms and motivation to complete the degree, was the highest, while emotional adaptation, associated with the ability to manage stress and personal challenges, was the lowest. The most prominent character strengths were kindness and perspective, while self-regulation and spirituality had the lowest means. Significant correlations were also found between university adaptation and certain character strengths, with vitality, persistence, social

¹ Universidad de la Defensa Nacional (UNDEF), Facultad del Ejército, Colegio Militar de la Nación, Argentina; sol.grinhauz@undef.edu.ar; <https://orcid.org/0000-0003-2832-339X>

² Universidad de la Defensa Nacional (UNDEF), Facultad del Ejército, Colegio Militar de la Nación, Universidad de Buenos Aires (UBA), Argentina; sergio.azzara@undef.edu.ar; <https://orcid.org/0000-0003-2310-2256>

³ Universidad de la Defensa Nacional (UNDEF), Facultad del Ejército, Colegio Militar de la Nación, Argentina; cfrascaroli@siedcmn.undef.edu.ar; <https://orcid.org/0000-0002-3906-7056>

⁴ Universidad de Palermo, Argentina; melielk@gmail.com; <https://orcid.org/0009-0003-8290-749X>

intelligence, and gratitude being associated with three or four dimensions of university adaptation simultaneously. These findings suggest that these strengths may play a crucial role in university adaptation.

Keywords: adaptation, strengths, students, university.

En los últimos años, en Argentina ha aumentado el número de ingresantes a las universidades en un 7% por año. Este dato posiciona al país entre aquellos con mayor tasa de ingreso. Según reportes de la Secretaría de Políticas Universitarias (SPU, 2019) en 2017 el sistema universitario argentino contó con 516.305 nuevos inscriptos y 125.328 egresados. De esta forma, si bien Argentina es uno de los países con mayor tasa de ingreso, también tiene una gran tasa de deserción, la cual alcanzó el 37,7% en 2020 (Departamento de Información Universitaria – DNPeIU - SPU, 2020). Si la matrícula creció, pero los niveles de egreso descendieron, estos datos conducen a preguntarse acerca de la adaptación de los estudiantes al trayecto universitario.

Los alumnos, a la hora de adaptarse a la universidad, se encuentran no solo con las exigencias académicas, es decir, las responsabilidades que deben encarar en este nuevo contexto tales como trabajos prácticos, exámenes, desempeño académico y el interés en las clases. Adaptarse a la universidad implica también factores sociales, emocionales e institucionales (Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020; Rodríguez-Ayan & Sotelo, 2014).

La adaptación social a la universidad está relacionada con la capacidad de los estudiantes para alternar su vida académica con su vida familiar, social e incluso laboral (Gravini-Donado et al., 2021). También, abarca las relaciones y habilidades sociales y la posibilidad de tener nuevos compañeros y amigos en el contexto universitario (Baker & Syrik, 1989). La adaptación emocional se corresponde con aspectos de la vida emocional y estado de ánimo del estudiante, malestar físico y psicológico, intereses y motivaciones (Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2021; Huckins et al., 2020). La adaptación institucional se refiere al vínculo bidireccional que se genera entre el estudiante y la universidad y el conocimiento y adecuación de las normas y procedimientos institucionales (Caetano et al., 2020).

La mayoría de las investigaciones ponen el foco en los factores que repercuten negativamente en la adaptación a la universidad, pero, con el surgimiento de la Psicología Positiva, se comenzó a visibilizar la importancia de dar lugar a aquellas características que favorezcan un desarrollo más pleno del recorrido estudiantil y la posterior inserción en la vida profesional (Smith et al., 2021). De acuerdo con esto, algunos investigadores se han concentrado en la importancia de las fortalezas del carácter como favorecedoras de una mejor adaptación a la vida universitaria (Burke et al., 2009; Grady & Cantor, 2012; Gander et al., 2012; Harzer & Ruch, 2015; Littman-Ovadia & Steger, 2010; Macfarlane, 2019; Xie et al., 2020).

Peterson y Seligman (2004) sugirieron una clasificación de fortalezas de carácter conocida como Valores en Acción (VIA), que incluye 24 fortalezas de carácter, cada una de las cuales está organizada bajo una de las seis virtudes: sabiduría y conocimiento, coraje, humanidad, justicia, templanza y trascendencia.

Las fortalezas de carácter que comprenden la virtud, sabiduría y conocimiento (curiosidad, creatividad, clemencia y humildad) hacen referencia a aquellos conocimientos por los cuales se ha luchado arduamente y que son utilizados para el bien. Las fortalezas que componen la virtud del coraje (valentía, persistencia, integridad y vitalidad) hacen hincapié en poner toda la voluntad de una persona al servicio de lograr objetivos encomiables, realizados ante fuertes adversidades y sin saber con seguridad si serán conseguidos o no. La virtud justicia (ciudadanía, liderazgo e imparcialidad) está integrada por fortalezas que aluden a las acciones cívicas que persiguen una vida en comunidad saludable. Esto implica que todos puedan tener las mismas oportunidades o sean juzgados bajo las mismas leyes y normas. La virtud humanidad (amor, bondad e inteligencia social) está formada por fortalezas que aluden al acercamiento y amistad con los otros. Las personas virtuosas de humanidad suelen realizar actos de bien por el prójimo sin esperar nada a cambio, sino solo porque les importa el bienestar de los demás. Las fortalezas de la virtud templanza (clemencia, humildad, prudencia y autorregulación) refieren al mantenimiento de cierto tipo de equilibrio, cohesión o armonía interna. Esta virtud tiene que ver con el poder controlar los propios excesos a favor de uno mismo o de los demás. Finalmente, la virtud trascendencia (espiritualidad, gratitud y esperanza) está conformada por fortalezas que nos recuerdan que existe un propósito más grande que nosotros mismos y que da sentido a nuestra vida. La trascendencia nos acerca, entonces, a todo aquello que nos permita establecer una conexión con el universo, proporcionando un sentido de vida (Niemeck, 2020; Peterson & Seligman, 2004).

En el contexto de la educación universitaria, la perseverancia ha surgido como un predictor consistente del rendimiento académico (evaluado por el promedio de calificaciones), y se encontró que la satisfacción universitaria está altamente correlacionada con las fortalezas del carácter de esperanza, autorregulación, entusiasmo y perseverancia (Karris Bachik et al., 2020; Lounsbury et al., 2009). Además, también se ha encontrado que el amor por el conocimiento se relaciona con el nivel educativo obtenido en los adultos, lo que sugiere su relevancia general para la educación (Ruch et al., 2010).

En Estados Unidos se llevaron a cabo varios estudios que vinculan a las fortalezas del carácter con la adaptación a la universidad. Dos de ellos encontraron que las fortalezas del carácter aumentan el bienestar individual y social en los estudiantes (Lambert et al., 2019; Smith et al., 2021). En otro estudio se encontró que la autorregulación y la persistencia se relacionaron con el promedio de las calificaciones, y el amor por el saber resultó ser la fortaleza más asociada con el aprendizaje y el rendimiento académico (Lounsbury et al., 2009). Barranca et al. (2021) hallaron que las fortalezas del carácter mejoran el rendimiento académico y promueven un estilo de vida saludable para el estudiante, y Mason (2019) encontró que el autorregistro de las fortalezas del carácter ayuda a atravesar las situaciones estresantes que puedan ocurrir. En España, Ferradás Canedo et al. (2021) encontró que las fortalezas del carácter eran parte del perfil de aquellos estudiantes con un afrontamiento más flexible en comparación con estudiantes que no mostraban esta flexibilidad.

En Latinoamérica, estudios recientes también destacan la importancia de las fortalezas del carácter en el contexto universitario. En Colombia, Garzón-Umerenkova et al. (2018) encontraron que la autorregulación está relacionada con altos niveles de rendimiento académico y bajos niveles de procrastinación. En Brasil, investigaciones han mostrado que la gratitud y la vitalidad están

asociadas con un mayor compromiso institucional (Caetano et al., 2020). En Argentina, Grinhauz et al. (2022) identificaron el papel de las fortalezas del carácter en el bienestar de los estudiantes universitarios. Fortalezas como la gratitud, la esperanza y la perseverancia están relacionadas con mayores niveles de satisfacción y compromiso académico (Grinhauz et al., 2022). Por otra parte, Cosentino (2011) ha encontrado que las fortalezas amor por el conocimiento y clemencia permitieron predecir el rendimiento de estudiantes militares de primer año. Mientras que, las fortalezas de persistencia, humildad, ciudadanía y creatividad, autorregulación y vitalidad predijeron el rendimiento de estudiantes militares del último año de cursada. Estas investigaciones destacan la relevancia de identificar y promover estas fortalezas en los estudiantes universitarios.

Para resaltar los aspectos positivos de cada persona, las fortalezas del carácter pueden ser enseñadas y aprendidas, pueden desarrollarse, echar raíces y florecer en la vida a través de la práctica (Cabrera-Gómez et al., 2020; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Los estudiantes pueden aprender a identificar sus fortalezas y trabajar en sus necesidades, recursos y limitaciones personales, pueden aumentar su confianza usando las fortalezas más desarrolladas y, aprendiendo a hacer uso de ellas, trabajar las fortalezas más débiles y menos características de ellos mismos (Lounsbury et al., 2009; Park et al., 2013).

A partir de lo expuesto, este estudio se propone: 1) Describir los niveles de las cuatro dimensiones de la adaptación a la universidad (académico, social, emocional e institucional) y las fortalezas del carácter de estudiantes pertenecientes al Área Metropolitana y Gran Buenos Aires (AMBA) en forma general y, posteriormente, comparar las cuatro dimensiones de la adaptación a la universidad de acuerdo al año de cursado; 2) Analizar la relación entre la adaptación a la universidad y las fortalezas del carácter en estos estudiantes.

MÉTODO

Tipo de estudio

El estudio fue transversal, descriptivo y correlacional.

Participantes

Se trabajó con una muestra de conveniencia que se compuso de 339 estudiantes universitarios que se encontraban cursando en universidades del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). El porcentaje de acuerdo con el género fue: 72% mujeres, 26% hombres y 2% otras/otros. En relación con la edad de los participantes, el rango etario fue de 18 a 61 años ($M = 27.42$; $DE = 9.58$).

Los estudiantes provenían de distintas carreras pertenecientes a universidades de gestión pública y gestión privada. Participaron las carreras de Licenciatura en Psicología; Licenciatura en Actividad Física y Deportiva; Diseño gráfico; Ciencias del Comportamiento; Medicina; Contador público; Diseño de Imagen y Sonido; Economía; Enfermería; Licenciatura en Administración, Comunicación social, Relaciones Públicas, Bioquímica, Ingeniería Civil, Farmacéutica, Ingeniería Química, Ciencias Políticas, Ingeniería Industrial, Arquitectura, Odontología y Diseño Industrial. Al momento de la evaluación, el

11.8% se encontraba en primer año, el 36.2% en segundo año, el 17.8% en tercer año, el 21.7% en cuarto año y el 12.5% en quinto año de la carrera.

Como criterios de inclusión se consideró que únicamente completen el cuestionario aquellos alumnos que hayan estado cursando activamente materias por dos períodos académicos consecutivos (cuatrimestres). En cuanto a criterios de exclusión, no se tuvieron en cuenta alumnos que estuvieran cursando en universidades fuera del AMBA.

Materiales

Encuesta de datos sociodemográficos y académicos (ad hoc). Se utilizó para obtener información sociodemográfica de los estudiantes relacionada con el género y la edad, e información académica correspondiente al año de cursada y las materias aprobadas.

Cuestionario de adaptación de estudiantes a la universidad (SACQ; Baker & Siryk, 1984; Gorostiaga & Grinhauz, 2022). Se trata de 65 ítems con un formato de respuesta Likert de nueve opciones que van desde *totalmente en desacuerdo* a *totalmente de acuerdo*, que evalúan cuatro dimensiones de adaptación a la universidad: Académica, 24 ítems relacionados al rendimiento, logros y entorno de la vida universitaria; Institucional, 15 ítems que incluyen aspectos relacionados a las materias, la carrera y a las normas de la facultad; Social, 20 ítems sobre distintos aspectos de las relaciones sociales y el desarrollo interpersonal; y Emocional-Personal, 15 ítems referidos a aspectos físicos o psicológicos de estrés, motivación y frustración. La adaptación realizada en Argentina cuenta con estudios de validez de contenido y aparente. Por otra parte, posee estudios preliminares de validez factorial y de consistencia interna con un alfa de Cronbach superior a .75 en cada una de las cuatro dimensiones (Gorostiaga & Grinhauz, 2022).

Inventario de Virtudes y Fortalezas (IVyF; Cosentino & Castro-Solano, 2015). Se utilizó para evaluar de manera breve la clasificación VIA original de Peterson y Seligman (2004). Este instrumento de medición se compone de 24 ítems bipolares en el que cada ítem describe una fortaleza y el encuestado indica en qué grado se parece más a una de dos descripciones propuestas, una con presencia de una fortaleza del carácter y la otra con ausencia. La escala presenta cinco factores: emocionales, intelectuales, interpersonales, teológicos y de restricción. Se responde mediante una escala tipo Likert de cinco opciones que va desde *Soy muy parecido a la primera persona* a *Soy muy parecido a la segunda persona*. A mayor puntaje, mayor presencia de la fortaleza. El IVyF reporta una estabilidad test-retest que oscila entre $r = .72$ y $r = .92$ en sus distintas fortalezas y un alfa de Cronbach de .85. Posee también estudios de validez factorial y convergente (Cosentino & Castro Solano, 2015).

Procedimiento

Los participantes fueron informados sobre los objetivos de la investigación, así como también sobre el carácter voluntario y anónimo de su participación. Aceptaron un consentimiento informado en el que se les comunicó que los datos serían tratados en forma confidencial. El cuestionario se realizó en la plataforma Google Forms y fue autoadministrable. No se dieron incentivos a los participantes. En todos los casos se solicitó autorización a las autoridades de cada institución educativa antes de difundir el cuestionario. A partir de la realización de las encuestas a 339 participantes, los datos fueron volcados a una base de datos en el programa Excel y, posteriormente, exportada al software

estadístico R en su interfaz R Studio (R Core Team, 2020). Se trabajó con un nivel de significación del 5%.

Análisis de datos

Para describir los niveles de las cuatro dimensiones de la adaptación a la universidad (académico, social, personal-emocional e institucional) y las fortalezas del carácter de los estudiantes pertenecientes al AMBA se llevaron a cabo estadísticos descriptivos.

El análisis de la relación entre la adaptación a la universidad y las fortalezas del carácter en estudiantes pertenecientes al AMBA se llevó adelante a partir de correlaciones mediante *r* de Pearson. Para interpretar la intensidad de esa correlación se utilizaron los parámetros propuestos por Funder y Ozer (2019), cuyos valores propuestos son: $r = .05$ (efecto muy pequeño), $r = .10$ (efecto pequeño), $r = .20$ (efecto medio), $r = .30$ (efecto grande), $r = .40$ (efecto muy grande).

Finalmente, se aplicó el procedimiento de regresión lineal múltiple con el objetivo de probar un modelo de predicción de las cuatro dimensiones de la adaptación a la universidad -social, académica, institucional y emocional/personal- (variables dependientes) a partir de las 24 fortalezas del carácter del modelo de Peterson y Seligman (2004) (variables predictoras o independientes). Para escoger los mejores predictores e introducirlos en el modelo, se utilizó el procedimiento de regresión stepwise utilizando la función `ols_step_both_p` del paquete `olsrr` (R CoreTeam, 2020), la cual crea un modelo de regresión a partir de un conjunto de variables predictoras candidatas ingresando y eliminando predictores basados en los valores de significación o *p*, de manera escalonada hasta que no quede ninguna variable para ingresar o eliminar. Como criterio de selección inicial, se consideraron las correlaciones de las variables predictoras con las predichas.

Antes de llevar a cabo el análisis de regresión, en todos los casos se procedió a verificar los supuestos necesarios. En primer lugar, se evaluó la independencia de los residuos, utilizando el estadístico de Durbin-Watson. Respecto a la normalidad de los residuos, se aplicó la prueba de Shapiro-Wilk. En cuanto a la homocedasticidad, se verificó la igualdad de varianzas utilizando la prueba de Breusch-Pagan. Finalmente, se evaluó la ausencia de colinealidad entre las variables predictoras, analizando los factores de inflación de la varianza (VIF) y los índices de tolerancia.

RESULTADOS

Niveles de las dimensiones de la adaptación a la universidad y las fortalezas del carácter más prevalentes en estudiantes pertenecientes al AMBA

Para responder el primer objetivo, se calcularon los estadísticos descriptivos de las cuatro dimensiones de la adaptación a la universidad. Se presentan las medias y desvíos de cada dimensión en la Tabla 1.

Asimismo, en la Tabla 2 se observa la adaptación de los estudiantes de acuerdo con el año de carrera para cada dimensión de la adaptación. En la dimensión académica, se puede notar que las medias van aumentando gradualmente, siendo los estudiantes de quinto año quienes obtuvieron la media más alta, y los de primero la más baja.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos para las dimensiones de la adaptación a la universidad.

Dimensión	Mínimo	Máximo	M	DE
Académica	2.74	8.05	5.73	1.17
Social	2.20	8.91	6.07	1.47
Emocional	2.30	8.75	5.30	1.43
Institucional	2.20	8.40	6.90	1.02

En la dimensión social, los estudiantes de quinto año también obtuvieron la media más alta, mientras que segundo año obtuvo la media más baja. En la dimensión emocional, los alumnos de cuarto año reportaron la media más alta mientras que primer año obtuvo la media más baja. En cambio, los estudiantes de los dos primeros años obtuvieron las medias más bajas.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos para las dimensiones de la adaptación a la universidad según año de carrera.

Dimensión	Año de carrera	Media	DE
Académica	1	5.50	1.40
	2	5.60	1.05
	3	5.70	1.18
	4	5.83	1.26
	5	5.99	1.10
Social	1	6.23	1.22
	2	5.77	1.52
	3	5.97	1.45
	4	6.37	1.49
	5	6.68	1.45
Emocional	1	4.98	1.67
	2	5.08	1.24
	3	5.34	1.31
	4	5.75	1.64
	5	5.54	1.40
Institucional	1	6.90	1.28
	2	6.87	0.90
	3	6.93	1.10
	4	6.92	0.86
	5	6.89	1.36

Para analizar si estas diferencias observadas en la adaptación universitaria entre los distintos años de cursado eran estadísticamente significativas, se realizó un análisis de varianza (ANOVA) de una vía para cada una de las dimensiones evaluadas. Los resultados indicaron que no se

encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos ($p > 0,05$), lo que sugiere que, a pesar de las diferencias descriptivas observadas en las medias, estas no fueron lo suficientemente consistentes como para alcanzar significación estadística.

El primer objetivo se proponía, a su vez, describir las fortalezas del carácter de los estudiantes del AMBA. Se calcularon las medias y desvíos de las fortalezas del carácter tal como se observa en la Tabla 3. Se puede constatar que las fortalezas con medias más elevadas fueron la amabilidad y la perspectiva. Las fortalezas con medias más bajas fueron la autorregulación y la espiritualidad. La amabilidad se refiere a la generosidad, el cuidado y la ayuda del otro. La perspectiva se corresponde con la posibilidad de ver el mundo en forma práctica, tanto para sí mismo como para las personas de alrededor. La espiritualidad de los estudiantes obtuvo la media más baja, la cual refiere a tener un propósito y comprender el sentido superior de la vida.

Tabla 3
Estadísticos descriptivos para las fortalezas del carácter

Fortalezas	M	DE	Fortalezas	M	DE
Amabilidad	4.24	0.89	Humor	3.61	1.11
Perspectiva	4.16	0.92	Ganas de aprender	3.6	1.16
Imparcialidad	4.15	0.98	Creatividad	3.49	1.2
Integridad	4.14	0.93	Amor	3.49	1.34
Apertura	4.03	1.07	Humildad	3.47	1.18
Gratitud	4.02	0.95	Vitalidad	3.45	1.04
Prudencia	3.99	1.02	Valentía	3.34	1.28
Inteligencia social	3.82	1.27	Esperanza	3.28	1.22
Curiosidad	3.77	1.07	Persistencia	3.23	1.33
Liderazgo	3.76	1.21	Ciudadanía	3.2	1.14
Apreciación	3.74	0.92	Autorregulación	2.97	1.29
Misericordia	3.64	1.07	Espiritualidad	2.75	1.37

Relación entre la adaptación a la universidad y las fortalezas del carácter en estudiantes pertenecientes al AMBA

Para dar respuesta al segundo objetivo, se calcularon correlaciones r de Pearson entre las cuatro dimensiones de la adaptación a la universidad y las 24 fortalezas del carácter. Con relación a la dimensión académica de la adaptación a la universidad, se encontraron asociaciones estadísticamente significativas, con un tamaño del efecto medio a grande, con las fortalezas persistencia- siendo esta la más alta -, la vitalidad, la autorregulación, la gratitud, el liderazgo, la inteligencia social, la curiosidad y la esperanza (ver Tabla 4). La persistencia fue la fortaleza que obtuvo correlación más elevada y tiene que ver con el ímpetu para alcanzar las metas. La vitalidad se relaciona con la pasión y la energía, las ganas de vivir, sentirse capaz de lograr las metas y sentirse vivo, la autorregulación es importante para lograr el ajuste a la nueva realidad y el manejo de la independencia, y la curiosidad por aprender, son necesarias para enfrentar los nuevos desafíos y lograr la adaptación. También son necesarias la

gratitud para ser capaz de valorar lo bueno que ocurre en la vida y la esperanza orientada al futuro puesta en la motivación por continuar los estudios y alcanzar las metas de graduarse (Peterson & Seligman, 2004; Ramsay et al., 1999).

Tabla 4
Asociaciones entre la dimensión académica de la adaptación a la universidad y las fortalezas del carácter.

Fortalezas	<i>r</i>	Fortalezas	<i>r</i>
Apreciación	.13	Ciudadanía	.02
Imparcialidad	.02	Valentía	.04
Persistencia	.33**	Curiosidad	.20*
Creatividad	.15	Amabilidad	.12
Amor	.07	Esperanza	.27**
Autorregulación	.25**	Integridad	.03
Gratitud	.23**	Perspectiva	.02
Liderazgo	.17*	Prudencia	.05
Apertura	-.03	Humor	.12
Inteligencia social	.16*	Humildad	.02
Misericordia	.07	Ganas de aprender	.06
Espiritualidad	.02	Vitalidad	.28**

Nota. Se destacan en negrita las correlaciones con un tamaño del efecto medio a grande * $p < .05$; ** $p < .01$

La dimensión social de la adaptación a la universidad presenta correlaciones estadísticamente significativas, con un tamaño del efecto de medio a grande, con las fortalezas de la inteligencia social, el amor, la gratitud, la ciudadanía y la vitalidad (ver Tabla 5). La inteligencia social presenta el valor más alto -con un tamaño del efecto muy grande- dada la importancia de poder alternar en forma eficiente la vida social, familiar, académica y laboral, y la capacidad que debe tener el alumno para adaptarse a nuevos contextos sociales dentro de la universidad. El estudiante que posee amor y gratitud puede valorar las relaciones con los demás, teniendo la capacidad para interesarse en sus compañeros, brindando su ayuda y atención y pudiendo sentirse capaz y con vitalidad. Por su parte, la ciudadanía lleva a buscar nuevos espacios sociales en los que pueda sentirse integrado a un equipo (Baker & Siryk, 1989; Gravini-Donado et al., 2021).

En cuanto a la dimensión emocional, se encontraron asociaciones estadísticamente significativas, con un tamaño del efecto de pequeño a muy grande, con las fortalezas de la esperanza, la apreciación de la belleza y la excelencia, la persistencia, la autorregulación, la gratitud, la inteligencia social, la valentía, la curiosidad y la vitalidad (ver Tabla 6). La esperanza obtuvo el valor más alto -con un tamaño del efecto muy grande- y podría explicarse por la motivación intrínseca que permite sortear desafíos y obstáculos para concretar los sueños y mantener la fe puesta en el futuro profesional. La vitalidad, la gratitud, la curiosidad y la apreciación son fortalezas que habilitan a valorar la vida, descubrir nuevas experiencias, apreciar lo bueno que ocurre, admirarse, sorprenderse y ser capaz de sentirse agradecido (Cosentino, 2010; Jiménez Rodríguez et al., 2013, Littman-Ovadia & Lavy, 2012). La inteligencia social es

importante por la habilidad de hacer nuevos compañeros y amigos que acompañen en los momentos angustiantes o estresantes de la carrera. La autorregulación, la valentía y la persistencia son componentes que van de la mano de la salud mental y la búsqueda de armonía y equilibrio a pesar de las vicisitudes (Baker, 2002; Baker & Siryk, 1989; Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020).

Tabla 5

Asociaciones entre la dimensión social de la adaptación a la universidad y las fortalezas del carácter.

Fortalezas	<i>r</i>	Fortalezas	<i>r</i>
Apreciación	-.04	Ciudadanía	.23**
Imparcialidad	.02	Valentía	.14
Persistencia	.19*	Curiosidad	.08
Creatividad	.07	Amabilidad	.17*
Amor	.23**	Esperanza	.15
Autorregulación	.16	Integridad	-.02
Gratitud	.24**	Perspectiva	-.05
Liderazgo	.11	Prudencia	-.11
Apertura	-.13	Humor	.13
Inteligencia social	.41**	Humildad	.11
Misericordia	.13	Ganas de aprender	.01
Espiritualidad	.10	Vitalidad	.23**

Nota. Se destacan en negrita las correlaciones con un tamaño del efecto medio a muy grande * $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 6

Asociaciones entre la dimensión emocional de la adaptación a la universidad y las fortalezas del carácter.

Fortalezas	<i>r</i>	Fortalezas	<i>r</i>
Apreciación	.20*	Ciudadanía	.11
Imparcialidad	-.03	Valentía	.16*
Persistencia	.25**	Curiosidad	.23**
Creatividad	.18*	Amabilidad	.08
Amor	.11	Esperanza	.47**
Autorregulación	.31**	Integridad	.06
Gratitud	.29**	Perspectiva	.16
Liderazgo	.03	Prudencia	.05
Apertura	.01	Humor	.06
Inteligencia social	.16*	Humildad	.06
Misericordia	.09	Ganas de aprender	.01
Espiritualidad	.06	Vitalidad	.35**

Nota. Se destacan en negrita las correlaciones con un tamaño del efecto medio a muy grande. * $p < .05$; ** $p < .01$

En la dimensión institucional se encontraron asociaciones, con un tamaño del efecto pequeño a medio, con las fortalezas de la gratitud, la apreciación de la belleza y excelencia, la persistencia, el liderazgo, la curiosidad, la amabilidad, la humildad y la vitalidad (ver Tabla 7). La asociación más alta fue con gratitud con un tamaño del efecto medio y puede interpretarse como la fortaleza del estudiante para agradecer por las vivencias dentro del marco de la universidad y su satisfacción con el camino elegido. El resto de las asociaciones estadísticamente significativas obtuvieron un tamaño del efecto pequeño. Entre ellas, la amabilidad hacia los demás y la humildad son fortalezas que favorecen el vínculo entre el estudiante y las normas, los docentes y la universidad. La vitalidad, la curiosidad y la apreciación a través de las ganas de vivir, descubrir nuevos aprendizajes y valorar estas experiencias son fundamentales para el logro de los objetivos institucionales tales como el objetivo último de graduarse. Lograr la autonomía eficiente se alcanza también a través del liderazgo y la capacidad de trabajar en equipo hacia la meta (Baker & Siryk, 1989; Caetano et al., 2020; Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020; Rodríguez-Ayan & Sotelo, 2014).

Tabla 7
Asociaciones entre la dimensión institucional de la adaptación a la universidad y las fortalezas del carácter.

Fortalezas	<i>r</i>	Fortalezas	<i>r</i>
Apreciación	.17*	Ciudadanía	.02
Imparcialidad	.10	Valentía	.07
Persistencia	.20*	Curiosidad	.17*
Creatividad	-.03	Amabilidad	.18*
Amor	.07	Esperanza	.12
Autorregulación	.08	Integridad	.10
Gratitud	.26**	Perspectiva	-.02
Liderazgo	.20*	Prudencia	.14
Apertura	-.07	Humor	.13
Inteligencia social	.08	Humildad	.18*
Misericordia	.15	Ganas de aprender	.01
Espiritualidad	.07	Vitalidad	.20*

Nota. Se destacan en negrita las correlaciones con un tamaño del efecto medio. * $p < .05$; ** $p < .01$

Fortalezas que predicen la adaptación a la universidad

A continuación, se presentan los resultados obtenidos para las regresiones lineales por pasos realizadas en cada una de las dimensiones de la adaptación universitaria. Los modelos finales incluyen únicamente los predictores significativos, reportándose los coeficientes β , valores de p , valores F , el R^2 y el R^2 ajustado. En todos los casos, al haber obtenido un valor del C_p de Mallows igual al número de predictores más la constante, indicó que los modelos son relativamente precisos (tienen una varianza pequeña) y que no presentan sesgos para estimar los coeficientes de regresión verdaderos y pronosticar futuras respuestas.

Fortalezas predictoras de la adaptación académica a la universidad

El modelo resultante quedó conformado por las fortalezas de persistencia, autorregulación y esperanza (ver Tabla 8). El coeficiente de determinación fue de $R^2 = .200$ y un R^2 ajustado = .167, lo que indica que el modelo de regresión construido explica el 17% de la varianza de la dimensión académica. El modelo global fue estadísticamente significativo, $F(3, 335) = 6.04$, $p < .001$.

Tabla 8

Fortalezas predictoras de la adaptación académica a la universidad.

Predictor	β	EE	T	p
Persistencia	3.80	1.13	3.34	.001
Autorregulación	2.33	1.13	2.05	.042
Esperanza	3.05	1.28	2.37	.019

Fortalezas predictoras de la adaptación social a la universidad

El modelo resultante quedó conformado por las fortalezas de inteligencia social, amor y gratitud (ver Tabla 9). El coeficiente de determinación fue de $R^2 = .323$ y un R^2 ajustado = .275, lo que indica que el modelo de regresión construido explica el 27% de la varianza de la dimensión social. La validación del modelo predictivo se realizó con la prueba de varianza ANOVA, la cual indica si la varianza explicada por la regresión es significativamente distinta y mayor a la varianza no explicada (Faraway, 2016). El modelo global fue estadísticamente significativo, $F(3,335) = 6.72$, $p < .001$, es decir, el modelo mejora significativamente la predicción de la dimensión social de la adaptación a la universidad y permite suponer la existencia de un efecto real de las variables predictoras sobre la variable dependiente. Para los coeficientes del modelo de regresión, las puntuaciones t indican que las variables tenidas en cuenta aportan significativamente al modelo de predicción.

Tabla 9

Fortalezas predictoras de la adaptación social a la universidad.

Predictor	B	EE	t	p
Inteligencia Social	5.39	1.16	4.63	<.001
Amor	2.69	1.11	2.42	.017
Gratitud	4.02	1.64	2.45	.015

Fortalezas predictoras de la adaptación emocional a la universidad

El modelo resultante quedó conformado por las fortalezas de autorregulación, esperanza y vitalidad (ver Tabla 10). El coeficiente de determinación fue de $R^2 = .293$ y un R^2 ajustado = .274, lo que indica que el modelo de regresión construido explica el 27% de la varianza de la dimensión emocional. El modelo global fue estadísticamente significativo, $F(3,335) = 15.24$, $p < .001$.

Tabla 10*Fortalezas predictoras de la adaptación emocional a la universidad.*

Predictor	β	EE	T	P
Autorregulación	3.72	1.67	2.22	.028
Esperanza	9.36	1.78	5.24	< .001
Vitalidad	4.52	2.29	1.97	.050

Fortalezas predictoras de la adaptación institucional a la universidad

El modelo resultante quedó conformado por las fortalezas de gratitud, liderazgo y apreciación (ver Tabla 11). El coeficiente de determinación fue de $R^2 = .194$ y un R^2 ajustado = .149, lo que indica que el modelo de regresión construido explica el 15% de la varianza de la dimensión institucional. El modelo global fue estadísticamente significativo, $F(3, 335) = 4.29$, $p < .001$).

Tabla 11*Fortalezas predictoras de la adaptación emocional a la Universidad.*

Predictor	B	EE	T	p
Gratitud	3.63	1.61	2.24	.026
Liderazgo	2.62	1.25	2.09	.038
Apreciación	3.11	1.77	1.75	.082

DISCUSIÓN

Respecto al primer objetivo específico que se proponía describir los niveles de las dimensiones de la adaptación a la universidad, se encontró que la muestra de estudiantes evaluados destacó en la adaptación institucional por sobre las otras dimensiones de la adaptación, siendo la adaptación emocional la dimensión más baja. La adaptación institucional en alumnos que se encontraban iniciando su carrera universitaria se podría relacionar con un alto compromiso con las normas de la institución y gran motivación para la culminación de la carrera con altas expectativas en la universidad (Baker & Sirk, 1989), aunque este resultado no es coincidente con estudios en población peruana, donde los estudiantes del grupo más joven reportaron menores niveles de adaptación que aquellos más adultos (Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020). La contracara del proceso se observó en los niveles bajos de adaptación emocional, que se encontró en concordancia con los estudios de Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, (2020) mencionados previamente, que evidenciaban dificultades para afrontar los cambios, asumir la autonomía propia de la nueva etapa y la aparición o intensificación de síntomas de ansiedad, depresión y otras consecuencias psicológicas. De acuerdo con el presente estudio, la adaptación emocional, académica y social crece conforme avanza la carrera.

Con relación al año de carrera, si bien no hubo diferencias estadísticamente significativas, los alumnos de primer año reportaron mejor adaptación institucional. Los alumnos de cuarto año presentaron mejores niveles de adaptación emocional, mientras que los estudiantes de quinto año obtuvieron mejores niveles de adaptación en las dimensiones académica y social.

Este primer objetivo se proponía, además, describir las fortalezas del carácter de los estudiantes universitarios del AMBA. Se halló que las fortalezas destacadas de esta muestra fueron la amabilidad, la perspectiva y la imparcialidad, siendo las más bajas la espiritualidad y la autorregulación. Dado que la muestra se compuso en su mayoría por estudiantes que se percibieron con el género femenino, el resultado de la amabilidad como la media más elevada se podría relacionar con hallazgos de estudios previos donde las mujeres suelen presentar elevados niveles de amabilidad (Azañedo et al., 2014; Furnham & Lester, 2012; Park et al., 2013, Peterson & Seligman, 2004; Ruch et al., 2010).

Los bajos niveles obtenidos en espiritualidad en la presente muestra integrada mayormente por mujeres están en discordancia con estudios de Furnham y Lester (2012), en los que las mujeres de Gran Bretaña y Estados Unidos obtuvieron altos niveles de esperanza. En otros estudios con población griega, la autorregulación fue una fortaleza destacada de los hombres (Pezirkianidis et al., 2020), dato que podría explicar la baja autorregulación en la presente muestra con minoría de participantes hombres.

El segundo objetivo específico se propuso relacionar las dimensiones de la adaptación a la universidad y las fortalezas del carácter. Las fortalezas más relevantes para la adaptación académica son la persistencia, la autorregulación, la gratitud y la esperanza, sugiriendo que el esfuerzo sostenido, el control de impulsos y una actitud optimista favorecen el rendimiento y la integración en el ámbito académico. La inteligencia social, la gratitud y la ciudadanía se destacan en la adaptación social, indicando que la capacidad para comprender y gestionar relaciones interpersonales, junto con un sentido de pertenencia y comunidad, son claves en la integración estudiantil. Por otra parte, la gratitud, la persistencia y el liderazgo emergen como fortalezas significativas en la adaptación institucional, reflejando que el compromiso con la comunidad universitaria se vincula a un sentido de agradecimiento por parte del estudiante hacia su casa de estudios, así como con la tenacidad por lograr lo que se propone y con la capacidad de influir, motivar y guiar a otras personas hacia el logro de objetivos compartidos. Finalmente, la esperanza, la vitalidad y la autorregulación presentan las correlaciones más altas con la adaptación emocional, lo que sugiere que mantener una perspectiva positiva, el bienestar general y la gestión emocional son fundamentales para afrontar los desafíos universitarios.

Resulta menester el papel de la fortaleza vitalidad (o entusiasmo), la cual se asoció a las cuatro dimensiones de la adaptación a la universidad. Este punto fuerte suele estar sólidamente asociado a la satisfacción laboral y al florecimiento (Gander et al., 2020; Wagner et al., 2021) y se ha encontrado, también, como un importante predictor de la adaptación a la universidad en un estudio previo realizado con estudiantes de Enfermería (Grinhauz et al., 2022). La persistencia también se ha asociado a tres dimensiones de la adaptación a la universidad en concordancia con estudios previos (Park & Peterson, 2006; Weber & Ruch, 2012; Wagner & Ruch, 2015, 2023; Wagner et al., 2020b). Este resultado es importante en la medida en que esta fortaleza también se encuentra asociada a resultados favorables en el ámbito laboral (Littman-Ovadia y Lavy, 2016).

La fortaleza inteligencia social también se ha asociado a tres dimensiones de la adaptación a la universidad, particularmente con la dimensión social. En una investigación anterior, esta fortaleza ha predicho una mayor satisfacción laboral (Gander et al., 2020) y se ha relacionado con el establecimiento de

relaciones sociales más sólidas y cercanas (Wagner et al., 2020a). A su vez, es oportuno destacar la fortaleza gratitud, la cual se asoció a tres dimensiones de la adaptación a la universidad, en especial a la dimensión emocional. Este punto fuerte también se asoció, en estudios previos, al establecimiento de relaciones más cercanas y con una mayor satisfacción con las amistades y los compañeros (Ruch et al., 2010; Wagner, 2019; Wagner et al., 2020a). La esperanza, a su vez, se ha asociado con las dimensiones académica y emocional, destacándose esta última. Esta fortaleza se ha asociado también con una mayor satisfacción universitaria (Karris Bachik et al., 2021).

Finalmente, los modelos de regresión sugieren que ciertas fortalezas desempeñan un papel clave en cada dimensión de la adaptación a la universidad, explicando una proporción variable de la varianza en cada caso. En lo que respecta a la adaptación académica, se identificaron como predictores significativos la persistencia, la autorregulación y la esperanza. Estos hallazgos son consistentes con una investigación previa que ha encontrado que la capacidad de mantener el esfuerzo sostenido hacia la consecución de metas a pesar de los obstáculos o fracasos suele ser un importante predictor del rendimiento académico de los estudiantes (Halperin & Regev, 2021). También, la autorregulación es considerada uno de los principales impulsos para el éxito académico de los estudiantes (Morosanova et al., 2022). Por su parte, la esperanza puede contribuir a la superación de dificultades y a la mantención de expectativas positivas sobre su desempeño (Zeinalipour, 2022).

La adaptación social estuvo influenciada por la inteligencia social, el amor y la gratitud. Estos resultados sugieren que la capacidad de comprender y gestionar interacciones sociales, junto con la tendencia a establecer vínculos afectivos y a valorar las relaciones interpersonales, son factores cruciales en la integración social dentro del contexto universitario. Esto es coincidente con investigaciones previas, las cuales han hallado que estas fortalezas contribuyen al establecimiento de relaciones sociales cercanas positivas (Ruch et al., 2010; Wagner et al., 2020a).

En cuanto a la adaptación emocional, la autorregulación, la esperanza y la vitalidad fueron las fortalezas que mejor predijeron esta dimensión. Estos resultados refuerzan la idea de que la gestión emocional y la disposición positiva ante la vida son factores fundamentales para enfrentar los desafíos psicológicos asociados con la transición a la universidad. En consonancia, Hausler et al. (2017) han encontrado que aquellos estudiantes que aplican estas fortalezas experimentan un mayor bienestar psicológico y un menor agotamiento.

Finalmente, la adaptación institucional estuvo explicada por la gratitud, el liderazgo y la apreciación de la belleza y la excelencia. La presencia de liderazgo como predictor puede estar relacionada con la capacidad de los estudiantes para involucrarse en actividades institucionales y asumir roles activos dentro de la comunidad universitaria. Asimismo, la gratitud y la apreciación podrían facilitar una actitud positiva hacia la institución, promoviendo una mayor identificación con la vida universitaria y una sensación de pertenencia (Wagner & Ruch, 2022).

Se informan algunas limitaciones. La muestra fue de conveniencia y se observó un desbalance en el género, presentándose más cantidad de mujeres que de hombres. Por otra parte, el presente estudio fue transversal, no pudiendo estudiar la evolución de los alumnos año a año en el tiempo. Por último, el cuestionario fue de autorreporte y no se contó con otras fuentes de información

que podrían, a su vez, ser útiles y complementarias, como la realización de encuestas a docentes o directivos de las universidades.

Como futuras líneas de investigación y, dado que los niveles de adaptación emocional fueron los más bajos en comparación con otras dimensiones, sería valioso realizar estudios longitudinales que examinen cómo evoluciona esta dimensión a lo largo de la carrera universitaria. Además, investigar los factores que influyen en la adaptación emocional podría proporcionar información relevante para el diseño de intervenciones específicas destinadas a mejorar el bienestar emocional de los estudiantes. Por otra parte, los resultados relacionados con la adaptación institucional y las fortalezas del carácter, en particular la discrepancia con estudios previos en poblaciones peruanas y de otros países, sugieren la necesidad de realizar investigaciones comparativas en diferentes contextos culturales. Esto permitiría entender mejor las influencias culturales en la adaptación universitaria y las fortalezas del carácter, y cómo estas diferencias podrían impactar en el diseño de programas de apoyo a estudiantes. Por otra parte, es menester considerar que la muestra del presente estudio se compuso mayoritariamente por estudiantes que se identifican con el género femenino, futuras investigaciones podrían explorar con mayor detalle en poblaciones más equilibradas en términos de género para verificar si los hallazgos se mantienen consistentes.

Finalmente, la asociación significativa de la gratitud y la vitalidad con todas las dimensiones de la adaptación universitaria sugiere que estas fortalezas pueden desempeñar un papel crucial. Futuros estudios podrían investigar cómo fomentar estas fortalezas a través de programas de intervención y evaluar su efectividad en la mejora de la adaptación y el bienestar general de los estudiantes.

Conclusiones

La adaptación a la universidad, especialmente en los primeros años de la carrera, es una preocupación a nivel global, más llamativamente en el caso de países latinoamericanos. La carencia de estudios previos en Argentina destaca la necesidad urgente de investigaciones que exploren en profundidad los factores que afectan la adaptación universitaria en este contexto. Estos estudios podrían proporcionar datos cruciales para el desarrollo de intervenciones efectivas adaptadas a las necesidades específicas de los estudiantes argentinos.

Para enfrentar las dificultades y desafíos de toda la etapa universitaria se debe actuar en forma temprana y de manera preventiva. Desde las instituciones se podría contar con gabinetes psicológicos que contemplen espacios de escucha y consultoría para los estudiantes; ofrecer talleres intra curriculares para desarrollar y trabajar fortalezas, como por ejemplo mejorar la autorregulación y la espiritualidad (fortalezas con medias más bajas) mediante técnicas de manejo de estrés, meditación y mindfulness. La implementación de estos talleres podría equipar a los estudiantes con herramientas prácticas para manejar el estrés y promover el bienestar emocional, aspectos críticos para la adaptación universitaria.

Facilitar la inserción de los alumnos en el área social ayudaría a que se sientan integrantes de un grupo de pares, generando sentimientos de pertenencia para compartir frustraciones y experiencias universitarias, y evitar pensamientos de soledad. Este enfoque social no solo mejoraría el bienestar emocional, sino que también podría potenciar el rendimiento académico, al fomentar un entorno de apoyo mutuo y colaborativo. En este sentido, también

se podrían ofrecer otros espacios enfocados en la recreación cultural o actividades deportivas extraacadémicas para los alumnos.

En conclusión, la integración de programas de apoyo psicológico, talleres de desarrollo personal y actividades sociales y recreativas es fundamental para mejorar la adaptación universitaria. Estos esfuerzos colectivos no solo beneficiarían a los estudiantes en su trayecto académico, sino que también contribuirían a reducir las tasas de deserción y promover un ambiente universitario más inclusivo y resiliente.

REFERENCIAS

- Azañedo, C., Fernández-Abascal, E., & Barraca, J. (2014). Character strengths in Spain: Validation of the Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS) in a Spanish sample. *Clínica y Salud*, 25(2), 123-130. <https://doi.org/10.1016/j.clysa.2014.06.002>
- Baker, R. W. (2002). *Research with the Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)*. Unpublished manuscript, Clark University.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of counseling psychology*, 31(2), 179. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). *Manual for student adaptation to college questionnaire*. Western Psychological Services.
- Barranca, A., Romo, T., López, G., & Sánchez, D. (2021). Positive education in college students: the effects of the “self-knowledge and soul care” workshop on the emotions and character strengths. *Archivos de Medicina*, 21(2), 386-402. <https://doi.org/10.30554/archmed.21.2.4098.2021>
- Burke, N. Fiksenbaum, 2009 Burke, R., Ng, E., & Fiksenbaum, L.(2009). Virtues, work satisfactions and psychological wellbeing among nurses. *International Journal of Workplace Health Management*, 2(3), 202-219. <https://doi.org/10.1108/17538350910993403>
- Cabrera-Gómez, C. C., Rengifo-Rengifo, L., Suárez Hernández, J. M., Rivera-Porras, D. & Carrillo-Sierra, S. M. (2020). Fortalezas de carácter según género en personas de salinas de Guardas: perspectiva de intervención desde el Modelo PERMA a la economía solidaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2), 226-236.
- Caetano, A., Freire, I., & Machado, E. (2020). Student voice and participation in intercultural education. *Journal of New Approaches in Educational Research (NAER Journal)*, 9(1), 57-73. <https://doi.org/10.7821/naer.2020.1.458>
- Cosentino, A. (2010). Evaluación de las Virtudes y Fortalezas Humanas en Población de Habla Hispana. *Psicodebate 10. Psicología, Cultura y Sociedad*, 1(1), 55-70. <https://doi.org/10.18682/pd.v10i0.388>
- Cosentino, A. C. (2011). *Fortalezas del carácter en militares argentinos* [Tesis de Doctorado]. Universidad de Palermo.
- Cosentino, A., & Castro Solano, A. (2015). IVyF: Validez de un Instrumento de Medida de las Fortalezas del Carácter de la Clasificación de Peterson y Seligman (2004). *Psicodebate*, 15(2), 99-122. <https://doi.org/10.18682/pd.v15i2.343>
- Departamento de Información Universitaria – DNPéU - SPU (2020): *Síntesis de Información Estadísticas Universitarias 2019-2020*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina.
- 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>
- Faraway, J. (2016). *Extending the linear model with R: generalized linear, mixed effects and non parametric regression models*. CRC press.
- Ferradás, M. D. M., Freire, C., & González Rico, P. (2021). Flexibilidad en el afrontamiento del estrés y fortalezas personales en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 14(1), 1-14.
- Furnham, A., & Lester, D. (2012). The development of a short measure of character strength. *European Journal of Psychological Assessment*, 28(2), 95-101. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000096>
- Gander, F., Hofmann, J., & Ruch, W. (2020). Character strengths: person- environment fit and relationships with job and life satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 11, 1582. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01582>
- Gander, F., Proyer, R. T., Ruch, W., & Wyss, T. (2012). The good character at work: An initial study on the contribution of character strengths in identifying healthy and unhealthy work-related behavior and experience patterns. *International archives of occupational and environmental health*, 85(8), 895-904. <https://doi.org/10.1007/s00420-012-0736-x>
- Garzón-Umerenkova, A., de la Fuente, J., Amate, J., Paoloni, P., Fadda, S., & Fiz Pérez, J. (2018). A Linear Empirical Model of Self-Regulation on Flourishing, Health, Procrastination, and Achievement, Among University Students. *Frontiers in Psychology*, 9, 536. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00536>
- Gorostiaga, M., & Grinhauz, A. (2022, 23-25 de noviembre). Estudio de adaptación preliminar del cuestionario Student Adaptation College Questionnaire (SACQ) a la cultura argentina. Trabajo presentado en el XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XXIX Jornadas de Investigación y XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Buenos Aires, Argentina.

- Grady, M. D., & Cantor, M. (2012). Strengthening the professional selves of social workers through the lens of self psychology. *Smith College Studies in Social Work*, 82(4), 401-417. <https://doi.org/10.1080/00377317.2012.717027>.
- Gravini Donado, M. L., Mercado-Peñaloza, M., & Dominguez-Lara, S. (2021). College Adaptation Among Colombian Freshmen Students: Internal Structure of the Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ). *Journal of New Approaches in Educational Research*, 10(2), 251-263. <https://doi.org/10.7821/naer.2021.7.657>
- Grinhauz, A. S., Azzara, S. H., & Azzollini, S. (2022). Can Character Strengths Predict College Adjustment? A Study Carried Out in Nursing Students in the Argentine Republic. *Trends in Psychology*, 32, 294-306. <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00215-1>
- Halperin, O., & Regev, O. E. (2021). Predicting academic success based on perseverance and passion for long-term goals (grit) among nursing students: Is there a cultural context? *Nurse Education Today*, 100, 104844.
- Harzer, C., & Ruch, W. (2015). The relationships of character strengths with coping, work-related stress, and job satisfaction. *Frontiers in psychology*, 6, 165. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00165>
- Hausler, M., Strecker, C., Huber, A., Brenner, M., Höge, T., & Höfer, S. (2017). Associations between the application of signature character strengths, health and well-being of health professionals. *Frontiers in Psychology*, 8, 1307. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01307>
- Huckins, J. F., daSilva, A. W., Wang, W., Hedlund, E., Rogers, C., Nepal, S. K., Wu, J., Obuchi, M., Murphy, E. I., Meyer, M. L., Wagner, D. D., Holtzheimer, P. E., & Campbell, A. T. (2020). Mental Health and Behavior of College Students During the Early Phases of the COVID-19 Pandemic: Longitudinal Smartphone and Ecological Momentary Assessment Study. *Journal of medical Internet research*, 22(6), e20185. <https://doi.org/10.2196/20185>
- Jiménez Rodríguez, V., Alvarado Izquierdo, J. M., & Puente Ferreras, A., (2013). Una aproximación al Trabajo Social desde la óptica de la Psicología positiva (virtudes y fortalezas). *Cuadernos de trabajo social*, 26(2), 397-407. <http://dx.doi.org/10.5209/rev.CUTS.2013.v26.n2.40915>
- Karris Bachik, M. A., Carey, G., & Craighead, W. E. (2021). VIA character strengths among US college students and their associations with happiness, well-being, resiliency, academic success and psychopathology. *The Journal of Positive Psychology*, 16(4), 512-525. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1752785>
- Lambert, L., Passmore, H. A., & Joshanloo, M. (2019). A positive psychology intervention program in a culturally-diverse university: Boosting happiness and reducing fear. *Journal of Happiness Studies*, 20, 1141-1162. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-9993-z>
- Littman-Ovadia, H., & Lavy, S. (2016). Going the extra mile: perseverance as a key character strength at work. *Journal of Career Assessment*, 24, 240-252. <https://doi.org/10.1177/1069072715580322>
- Littman-Ovadia, H., & Steger, M. (2010). Character strengths and well-being among volunteers and employees: Toward an integrative model. *The Journal of Positive Psychology*, 5(6), 419-430. <https://doi.org/10.1080/17439760.2010.516765>
- Lounsbury, J. W., Fisher, L. A., Levy, J. J., & Welsh, D. P. (2009). An Investigation of Character Strengths in Relation to the Academic Success of College Students. *Individual Differences Research*, 7(1), 52-69.
- Macfarlane, J. (2019). Exploring how awareness of character strengths can benefit mental health nurses. *British Journal of Mental Health Nursing*, 8(3), 145-152. <https://doi.org/10.12968/bjmh.2019.8.3.145>
- Mason, H. (2019). The Best that I Can Be: A Case for a Strengths-Based Approach during the First-Year Experience. *Journal of Student Affairs in Africa*, 7(2), 89-108. <https://doi.org/10.24085/jsaa.v7i2.38278>
- Morosanova, V. I., Bondarenko, I. N., & Fomina, T. G. (2022). Conscious self-regulation, motivational factors, and personality traits as predictors of students' academic performance: a linear empirical model. *Psychology in Russia*, 15(4), 170. <https://doi.org/10.11621/pir.2022.0411>
- Niemiec, R. M. (2020). Six functions of character strengths for thriving at times of adversity and opportunity: A theoretical perspective. *Applied Research in Quality of Life*, 15(2), 551-572. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9692-2>
- Park, N., & Peterson, C. (2006). Moral competence and character strengths among adolescents: the development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth. *Journal of Adolescence*, 29, 891-909. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2006.04.011>
- Park, N., Peterson C., & Sun, J. (2013). La Psicología Positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia Psicológica*, 31(1), 11-19. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082013000100002>
- Peterson, C. & Seligman, M. E. P. (2004). Open Mindedness. Judgment, Critical Thinking. En C. Peterson & M.E.P. Seligman (Eds.). *Character strengths and virtues: a handbook and classification* (pp. 143-159). American Psychological Association and Oxford University Press.
- Pezirkianidis, C., Karakasidou, E., Stalikas, A., Moraitou, D., & Charalambous, V. (2020). Character strengths and virtues in the Greek cultural context. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 25(1), 35-54. https://doi.org/10.12681/psy_hps.25335
- Ramsay, S., Barker, M., & Jones, E. (1999) Academic adjustment and learning processes: a comparison of international and local students in first-year university. *Higher Education Research & Development*, 18(1), 129-144. <https://doi.org/10.1080/0729436990180110>
- Rodriguez-Ayan, M. N., & Sotelo, M. E. (2014). Cuestionario de adaptación a la vida universitaria (CAVU): desarrollo, estructura factorial y validación inicial. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 6(3), 40-49. <https://doi.org/10.32348/1852.4206.v6.n3.7951>
- Ruch, W., Proyer, R. T., Harzer, C., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2010). Values in a ction inventory of strengths (VIA-IS). *Journal of Individual Differences*, 31, 138-149. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000022>

- Secretaría de Políticas Universitarias (2019). Dirección Nacional de Presupuesto e Información Universitaria (DNPeIU). Datos varios de los años 2006 a 2018.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8_18
- Smith, B., Ford, C., Erickson, K., & Guzmán, A. (2021). The effects of a character strength focused positive psychology course on undergraduate happiness and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 22(1), 343-362. <https://doi.org/10.1007/s1090202000233-9>
- Wagner, L. (2019). Good character is what we look for in a friend: character strengths are positively related to peer acceptance and friendship quality in early adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 39, 864-903. <https://doi.org/10.1177/0272431618791286>
- Wagner, L., Gander, F., Proyer, R. T., & Ruch, W. (2020a). Character strengths and PERMA: Investigating the relationships of character strengths with a multidimensional framework of well-being. *Applied Research in Quality of Life*, 15, 307-328. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9695-z>
- Wagner, L., Holenstein, M., Wepf, H., & Ruch, W. (2020b). Character strengths are related to students' achievement, flow experiences, and enjoyment in teacher-centered learning, individual, and group work beyond cognitive ability. *Frontiers in Psychology*, 11, 1324. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01324>
- Wagner, L., Pindeus, L., & Ruch, W. (2021). Character strengths in the life domains of work, education, leisure, and relationships and their associations with flourishing. *Frontiers in psychology*, 12, 597534. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.597534>
- Wagner, L., & Ruch, W. (2015). Good character at school: positive classroom behavior mediates the link between character strengths and school achievement. *Frontiers in Psychology*, 6, 610. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00610>
- Wagner, L. & Ruch, W. (2022). Assessing character strengths. In W. Ruch, A. B. Bakker, L. Tay, & F. Gander (Eds.), *Handbook of positive psychology assessment* (pp. 101-121). Hogrefe.
- Wagner, L., & Ruch, W. (2023). Displaying character strengths in behavior is related to well-being and achievement at school: Evidence from between-and within-person analyses. *The Journal of Positive Psychology*, 18(3), 460-480. <https://doi.org/10.31234/osf.io/bphrk>
- Weber, M., & Ruch, W. (2012). The role of a good character in 12-year-old school children: do character strengths matter in the classroom? *Child Indicators Research*, 5, 317-334. <https://doi.org/10.1007/s12187-011-9128-0>
- Xie, N., Qin, Y., Wang, T., Zeng, Y., Deng, X., & Guan, L. (2020). Prevalence of depressive symptoms among nurses in China: A systematic review and meta-analysis. *PloS one*, 15(7), e0235448. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235448>
- Zeinalipour, H. (2022). School connectedness, academic self-efficacy, and academic performance: Mediating role of hope. *Psychological reports*, 125(4), 2052-2068. <https://doi.org/10.1177/00332941211006926>

Recibido 28-08-2024 | Aceptado 26-03-2025



Este trabajo se encuentra bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional que permite a terceros utilizar lo publicado siempre que se dé el crédito pertinente a los autores y a Psicodebate.