



APOYO SOCIAL Y AUTOESTIMA EN EL ALUMNADO UNIVERSITARIO. IMPLICACIONES PARA LA CALIDAD DEL APRENDIZAJE

Línea temática 2. Innovación Pedagógica y Calidad en la Universidad

Resumen

La comprensión del proceso de adaptación del estudiantado de nuevo ingreso a la Educación Superior ha cobrado relevancia, debido a la necesidad de reducir el fracaso académico y el abandono prematuro. La investigación al respecto ha venido centrándose en analizar qué variables se encuentran relacionadas con la adaptación universitaria y el rendimiento académico. Entre estas variables, el presente estudio ha seleccionado la autoestima y el apoyo social, cuya relación directa con el éxito académico ha sido ampliamente fundamentada. A través de un estudio descriptivo y correlacional se caracteriza el perfil psicosocial del estudiantado de nuevo ingreso y se analiza la relación entre las variables citadas. La muestra asciende a 750 estudiantes de nuevo ingreso de la Universidad de Sevilla. Los resultados muestran que los estudiantes de primer año acceden a la Educación Superior con unos niveles altos de autoestima y apoyo social. Ambas variables mostraron una relación moderada de signo positivo. A partir de estos resultados se derivan algunas recomendaciones con el objetivo de que desde las Universidades se favorezca el apoyo social de los estudiantes de nuevo ingreso y su autoestima, facilitando así la adaptación al contexto universitario y la mejora de su aprendizaje.

Palabras clave: Autoestima, apoyo social percibido, estudiantes de nuevo ingreso, Educación Superior.



1. Introducción

Conocer de manera más profunda el perfil del alumnado universitario de nuevo ingreso ha sido un objetivo ampliamente abordado en el estudio de la adaptación a la Educación Superior. La investigación al respecto ha venido resaltando la necesidad de un buen ajuste al entorno universitario, con el fin de asegurar la permanencia y el éxito académico del estudiante. La complejidad de este proceso de adaptación surge del carácter multidimensional de los numerosos obstáculos (personales, emocionales, sociales, académicos e institucionales) a los que tendrán que hacer frente los nuevos estudiantes (Baker & Siryk, 1984).

Para llevar a cabo actuaciones con las que facilitar la trayectoria académica durante su primer año, es necesario conocer qué tipo de variables han sido asociadas y de qué manera inciden en el éxito y la permanencia del nuevo estudiantado. En este sentido, Credé & Niehorster (2011) realizaron una revisión con el objetivo de agrupar en categorías las diferentes variables utilizadas dentro del estudio de la adaptación universitaria. Entre ellas, se encuentran variables de carácter psicosocial, como es el caso del apoyo social percibido o la autoestima. Ambas variables se han caracterizado por su efecto positivo a la hora de facilitar la transición desde la Educación Secundaria a la Universidad, el establecimiento de un ajuste integral a nivel tanto personal, social como académico y el logro de un rendimiento académico adecuado.

Con respecto a la autoestima, se han documentado trabajos que indican un papel importante de esta variable en la adaptación universitaria, como factor de elevada relevancia a la hora de propiciar la permanencia del estudiante (Fernández-González, Martínez-Conde Beluzan & Melipillán Aranedo, 2009), su adaptación contextual (Pasha & Munaf, 2013) y su rendimiento académico (Richardson, Abraham & Bond, 2012). Salami (2011) sostiene que los estudiantes con altos niveles de autoestima desarrollan más confianza y son capaces de manejar cualquier desafío propio de la entrada a la Educación Superior.

El estudio de Oguz-Duran & Tezer (2009) se centró en analizar los beneficios que una elevada autoestima supone para los estudiantes universitarios. Estos autores mostraron que una mayor autoestima conduce a disponer de recursos personales para lograr mayores objetivos académicos por parte de los estudiantes. En este sentido, Cabanach, Gestal, Rodríguez, Cervantes & González-Doniz (2016) señalan que una autovaloración alta por parte del estudiante puede conducir a una mayor percepción de su competencia académica, sintiéndose más realizado y con un mayor compromiso hacia sus estudios. Por otro lado, Friedlander, Reid, Shupak & Cribbie (2007) sostienen en sus conclusiones que los estudiantes que se sienten bien consigo mismo utilizan estrategias más efectivas para atender a las demandas académicas y sociales propias del contexto universitario. Este hecho de sentirse competente proporciona al estudiante una seguridad en sí mismo para afrontar los diversos estresores, conduciéndoles a una mejor adaptación al entorno universitario. Wouters et al. (2013) evidencian el efecto protector de la autoestima ante sintomatologías depresivas. Estas pueden aumentar sus niveles antes las nuevas demandas que trae consigo la vida universitaria (Dyson & Renk, 2006), por lo que la autoestima juega un papel importante a la hora de evitar situaciones que incidan en la salud del estudiante y que le pudieran llevar al fracaso académico.

Del mismo modo, el apoyo percibido ha sido una variable importante para los estudiantes que acceden por primera vez al contexto universitario. Friedlander et al. (2007) señalan que los consejos y el ánimo procedentes de las fuentes de apoyo pueden aumentar la probabilidad de que el estudiante confíe en técnicas de resolución activa de problemas ante situaciones estresantes características de la entrada al contexto universitario, facilitando así una adaptación positiva.



El apoyo al estudiante puede provenir de diferentes fuentes sociales, ya sea a través de la familia o de las amistades más cercanas, y ha sido considerado como un factor que incide de manera directa en la adaptación universitaria. Con respecto a esta temática, encontramos investigaciones centradas en el rol de los padres (Moreira & Telzer, 2015) y de los amigos (Buote et al., 2007). Se ha analizado el papel de las redes de apoyo entre compañeros en la Educación Superior, subrayando la importancia de la ayuda y colaboración entre las redes de amistades, que contribuyen positivamente al éxito académico durante el primer año universitario (Brouwer, Jansen, Flache & Hofman, 2016). En cuanto al apoyo recibido por parte de la familia durante el primer año de estudios universitarios, este factor ha sido identificado como una variable protectora para hacer frente a la aparición de sintomatología depresiva. En los casos en que el estudiante percibe niveles bajos de estrés, el apoyo social familiar también funciona como amortiguador. Sin embargo, en situaciones de altos niveles de estrés, los efectos positivos del apoyo social descienden (Levens, Elrahal & Sagui, 2016). Tomás, Ferreira, Araújo, & Almeida (2014) encontraron una relación directa entre el apoyo social percibido por los estudiantes y el grado de ajuste personal y emocional con que cuentan. Tao, Dong, Pratt, Hunsberger & Pancer (2000) añaden el ajuste social y de apego a la institución universitaria. En general, aquellos estudiantes que obtienen una adaptación adecuada a los estudios universitarios presentan niveles más altos de apoyo social (Ramsay, Jones & Barker, 2007). Por otro lado, el rendimiento académico también ha sido relacionado con el apoyo social recibido por los estudiantes (Abdullah, Kong & Talib, 2014; DeBerard, Spielmans & Julka, 2004).

En cuanto a la relación entre autoestima y apoyo social percibido en la Educación Superior, el trabajo de Li, Han, Wang, Sun & Cheng (2018) detalla el poder mediador que juega la autoestima entre el apoyo social y el rendimiento académico. Así, los estudiantes universitarios con altos niveles de apoyo social tienden a poseer altos niveles de autoestima, lo que a su vez facilita su rendimiento académico. En la misma línea, en el estudio de Tao et al. (2000) se constató que el apoyo social de los estudiantes de nuevo ingreso se relaciona con su autoestima y con la adaptación universitaria.

Ante esta serie de evidencias acerca de la importancia que juegan las dos variables, tanto de cara a la adaptación universitaria como al logro de un adecuado rendimiento académico, desde este estudio se pretende conocer los niveles de autoestima y apoyo social percibido con que los estudiantes acceden al contexto universitario. Además, basándonos en la literatura revisada, planteamos la hipótesis de que el apoyo social percibido, tanto proveniente de la familia como de las amistades, muestra una relación positiva con la autoestima del estudiante.

2. Método

Tipo de estudio

Se ha realizado un estudio transversal con un diseño descriptivo y correlacional desde un enfoque cuantitativo. Metodológicamente, el trabajo se ha basado en los métodos de encuesta, recogiendo información sobre una amplia muestra de estudiantes universitarios de nuevo ingreso.

Participantes

La muestra considerada en este estudio asciende a 750 estudiantes de nuevo ingreso matriculados en el curso 2016-2017 en la Universidad de Sevilla. La muestra fue seleccionada con criterios de accesibilidad, asegurando que en ella quedaran representadas las cinco áreas de enseñanza universitaria: Artes y Humanidades (n=59), Ciencias (122), Ciencias de la Salud (n=200), Ciencias Sociales y Jurídicas (n=200), Ingeniería y Arquitectura (n=169). El 57,5% son



mujeres y un 42,5% hombres. La media de edad para los participantes es de 18,94 años (D.T.=2,20).

Instrumentos

Para medir la Autoestima se ha utilizado la escala de Rosenberg (Rosenberg, 1965), adaptada al español por Martín-Albo, Núñez, Navarro & Grijalvo (2007). Estos autores realizaron dos administraciones del instrumento a una muestra de alumnado universitario, confirmando su estructura unidimensional y obteniendo valores de fiabilidad medida por alfa de Cronbach de 0,85 y 0,88 en cada una de ellas. La escala está compuesta por diez ítems -cinco enunciados de forma positiva y cinco de forma negativa-, ante los cuales los estudiantes habían de expresar su grado de acuerdo con lo afirmado en los mismos, utilizando para ello valores que oscilan entre muy en desacuerdo (1) y muy de acuerdo (5).

Para la variable Apoyo Social hemos utilizado la Escala de Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFA-R) de González-Ramírez & Landero-Hernández (2014). Está compuesta por catorce ítems que se dividen en dos dimensiones (el apoyo familiar y el apoyo de amigos). Los ítems son respondidos utilizando una escala de frecuencia con cinco niveles, donde 1 se corresponde con nunca y 5 con siempre. En una muestra de estudiantes universitarios, sus autores hallaron una fiabilidad de 0,92 para el instrumento.

Con el objetivo de clarificar la estructura de los dos instrumentos, en el presente estudio se ha aplicado un análisis de componentes principales. En la escala de Autoestima, la idoneidad de la matriz de correlaciones para llevar a cabo este análisis ha sido confirmada mediante el test de esfericidad de Barlett ($\chi^2=2941,615$; $p=,000$) y la medida de adecuación de muestreo de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO=0,910$). Tras desarrollar la extracción de factores, en la escala de autoestima se ha identificado una sola dimensión (autovalor=4,813), que explica el 48,126% de la varianza total. Los diez ítems que informan sobre la autoestima saturan en este factor con pesos comprendidos entre 0,438 y 0,793 (ver tabla 2). En consecuencia, el rasgo autoestima ha sido utilizado en nuestros análisis como una sola puntuación.

Ítems	Pesos
En definitiva, tiendo a pensar que soy un fracasado.	,793
A veces me siento realmente inútil.	,767
Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.	,765
A veces pienso que no soy bueno en nada	,750
Siento que no tengo demasiadas cosas de las que sentirme orgulloso.	,741
En general, estoy satisfecho conmigo mismo.	,738
En general, estoy satisfecho conmigo mismo.	,738
Ojalá me respetara más a mí mismo.	,655
Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de las personas.	,635
Tengo la sensación de que poseo algunas buenas cualidades.	,574
Tengo la sensación de que soy una persona de valía al menos igual que la mayoría de la gente.	,438

Tabla 1. Saturaciones de los ítems en la dimensión Autoestima

En cuanto a la escala de Apoyo Social percibido, de acuerdo con el valor observado para el estadístico de contraste en la Prueba de Bartlett ($\chi^2=6503,401$; $p=,000$) y el índice de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO=0,892$), puede afirmarse la idoneidad de la matriz de correlaciones para llevar a cabo el análisis factorial. La solución obtenida muestra que los catorce ítems saturan en dos factores con pesos factoriales que oscilan entre 0,430 y 0,867.



Ítems	Familia	Amigos
Estás satisfecho(a) con el apoyo que recibes de tu familia	,860	
En mi familia se habla de nuestros problemas y nos apoyamos todos	,811	
Confías en tu familia para hablar de las cosas que te preocupan	,803	
Cuentas con alguien de tu familia para poder hablar cuando lo necesitas	,788	
Cuentas con alguien de tu familia que te ayude a resolver algún problema personal	,782	
Tus padres te demuestran cariño y/o afecto	,751	
Alguien de tu familia te apoya cuando tienes problemas en la Universidad	,723	
Cuentas con algún amigo/a con quien puedas hablar cuando lo necesitas		,867
Cuentas con algún amigo/a que te ayude a resolver algún problema personal		,842
Confías en algún amigo(a) para hablar de las cosas que te preocupan		,797
Cuentas con algún amigo(a) que te demuestre afecto		,794
Estás satisfecho(a) con el apoyo que recibes de tus amigos(as)		,763
Alguien de tus amigos(as) te apoya cuando tienes problemas en la Universidad		,705
Alguien de tus amigos(as) te ayuda en las tareas de la Universidad o trabajo		,430

Tabla 2. Saturaciones de los ítems en las dimensiones apoyo familiar y de amigos

Procedimiento

La recogida de datos se realizó en el segundo cuatrimestre del curso académico 2016/2017. Se contactó mediante email con profesorado que se encontraba impartiendo asignaturas de primer año universitario en diferentes titulaciones, exponiendo las características del estudio y solicitando su colaboración. La aplicación de los cuestionarios se llevó a cabo dentro del aula y tuvo una duración aproximada de 15 minutos, incluyendo la presentación del estudio, la explicación sobre los instrumentos de recogida de datos y la cumplimentación de los mismos por parte de los alumnos y alumnas. Se garantizó el anonimato de los participantes, quienes respondieron a los cuestionarios de manera voluntaria, tras haber recibido información sobre el propósito y la naturaleza del estudio.

Análisis de los datos

El análisis de datos se ha basado en el cálculo de estadísticos descriptivos para las medidas de autoestima y apoyo social percibido, tanto en las dimensiones consideradas como en los ítems individuales. Antes de llevar a cabo estos cálculos se invirtieron los valores para los ítems negativos de la escala de autoestima, de tal manera que una puntuación elevada exprese en todos los ítems una alta autoestima. De cara a comprobar la dimensionalidad de ambos instrumentos se analizó su estructura mediante análisis factorial exploratorio. La relación entre las variables se ha determinado mediante el coeficiente de correlación de Pearson. Para llevar a cabo los análisis se ha utilizado el paquete estadístico SPSS v.23.

3. Resultados

Descripción de la autoestima y el apoyo social percibido por los estudiantes

La puntuación total en la dimensión de Autoestima se sitúa por encima del valor central de la escala, que comprende niveles de 1 a 5. La puntuación media más alta corresponde al ítem 9 (M=3,48), reflejando un claro desacuerdo de los estudiantes con la afirmación de que se consideran unos fracasados. En el polo opuesto, la media más baja se registra en el ítem 8 (M=2,80) mostrando una cierta identificación con el deseo de respetarse más a sí mismo. La



interpretación de los resultados para ambos ítems se ha hecho teniendo en cuenta el sentido negativo de los mismos.

Ítems	Media	DT
AUTOESTIMA	3,17	,54
1. En general, estoy satisfecho conmigo mismo	3,23	,66
2. A veces pienso que no soy bueno en nada	3,03	,93
3. Tengo la sensación de que poseo algunas buenas cualidades	3,30	,57
4. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de las personas	3,23	,64
5. Siento que no tengo demasiadas cosas de las que sentirme orgulloso	3,21	,81
6. A veces me siento realmente inútil	3,12	,92
7. Tengo la sensación de que soy una persona de valía al menos igual que la mayoría de la gente	3,16	,70
8. Ojalá me respetara más a mí mismo	2,80	1,02
9. En definitiva, tiendo a pensar que soy un fracasado	3,48	,77
10. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo	3,11	,79

Tabla 3. Estadísticos descriptivos para los ítems sobre autoestima

Como se aprecia en la tabla 4, el valor de la dimensión Apoyo social global se encuentra por encima del valor central 3, registrándose medias que superan este nivel también para las dimensiones de apoyo de la familia y de amigos. Los ítems que registran las puntuaciones más altas hacen referencia al apoyo afectivo procedente tanto de la familia (M=4,57; ítem 5) como de las amistades (M=4,53; ítem 6). Sin embargo, en el lado opuesto, los estudiantes se muestran más reticentes a reconocer que cuentan con ayudas académicas por parte de iguales (M=3,46; ítem 10).

Ítems	Media	DT
APOYO SOCIAL PERCIBIDO	4,21	,66
<i>Apoyo de la familia</i>	4,20	,85
1. Cuentas con alguien de tu familia para poder hablar cuando lo necesitas	4,15	1,11
3. Cuentas con alguien de tu familia que te ayude a resolver algún problema personal	4,17	1,12
5. Tus padres te demuestran cariño y/o afecto	4,57	,83
7. Confías en tu familia para hablar de las cosas que te preocupan	3,95	1,17
9. Alguien de tu familia te apoya cuando tienes problemas en la Universidad	4,45	,96
12. En mi familia se habla de nuestros problemas y nos apoyamos todos	3,75	1,22
13. Estás satisfecho(a) con el apoyo que recibes de tu familia	4,36	,96
<i>Apoyo de los amigos</i>	4,21	,71
2. Cuentas con algún amigo/a con quien puedas hablar cuando lo necesitas	4,48	,84
4. Cuentas con algún amigo/a que te ayude a resolver algún problema personal	4,30	,95
6. Cuentas con algún amigo(a) que te demuestre afecto	4,53	,77
8. Confías en algún amigo(a) para hablar de las cosas que te preocupan	4,36	,88
10. Alguien de tus amigos(as) te ayuda en las tareas de la Universidad o trabajo	3,46	1,29
11. Alguien de tus amigos(as) te apoya cuando tienes problemas en la Universidad	4,01	1,05
14. Estás satisfecho(a) con el apoyo que recibes de tus amigos(as)	4,30	,829

Tabla 4. Estadísticos descriptivos para los ítems sobre apoyo social percibido



Relación entre autoestima y apoyo social percibido

Con el objetivo de estudiar la asociación entre la autoestima y el apoyo social percibido y sus subdimensiones, se ha tomado en cuenta la correlación de Pearson. Los resultados que se recogen en la tabla 5 muestran relaciones estadísticamente significativas de la autoestima con el apoyo social considerado globalmente ($r = 0.394$, $p < 0.01$), y también con el apoyo social que proporcionan las familias ($r = 0.354$, $p < 0.01$) y con el apoyo procedente de las amistades ($r = 0.307$, $p < 0.01$).

	Autoestima
Apoyo social	,394**
Apoyo de la familia	,354**
Apoyo de los amigos	,307**

** $p < 0,01$.

Tabla 5. Correlaciones bivariadas entre autoestima y apoyo social

4. Discusión y conclusiones

A raíz de los resultados obtenidos en este estudio, se ha podido determinar que el alumnado que accede a la Universidad de Sevilla lo hace con unos niveles altos de autoestima y apoyo social percibido, debido a que ambas variables se muestran por encima del punto medio de la escala utilizada para su medición. Asimismo, la percepción de apoyo social tanto de la familia como de amistades también se situó en niveles altos. Teniendo en cuenta que la autoestima (Hickman, 2000) y el apoyo social percibido (Rodríguez, Tinajero & Páramo, 2017) han sido definidos como variables importantes en el proceso de adaptación universitaria, los satisfactorios niveles constatados en el alumnado de nuevo ingreso llevan a confiar en el buen estado psicosocial con que este alumnado afronta la transición a los estudios universitarios.

Además, los resultados obtenidos en este estudio confirman la hipótesis de partida sobre la relación entre las variables consideradas, evidenciando que el apoyo social percibido se relaciona positiva y significativamente con la autoestima del estudiante. En este sentido, la asociación del apoyo procedente de la familia con la autoestima se muestra ligeramente superior a la que se establece entre apoyo de los amigos y autoestima. Estos resultados nos llevan a concluir que el apoyo recibido, procedente tanto de la familia como de las amistades, es un factor relevante en la explicación de la autoestima de los estudiantes universitarios. Tal conclusión viene a confirmar los resultados derivados del reciente estudio de Li et al. (2018), donde se ha puesto de manifiesto que aquellos estudiantes que perciben niveles altos de apoyo social tienden a poseer una autoestima alta, lo que también incide positivamente en su rendimiento académico. En la misma línea, Lau, Chan & Lam (2018) han encontrado que los niveles de adaptación universitaria del estudiante de nuevo ingreso aumentan cuando su autoestima es impulsada por el apoyo social de sus familiares y amigos. También se ha hallado en estudios anteriores mayores niveles de autoestima en los estudiantes universitarios cuando los vínculos de apoyo por parte de padres y amistades eran altos. (Li, Berman, Deborah & Dwelle, 2014).

Un factor relevante para mejorar la calidad del aprendizaje logrado por los estudiantes en su primer año universitario es contar con una autoestima elevada. Fortalecer la autoestima de los estudiantes de nuevo ingreso constituye un elemento a considerar en las estrategias que pudieran ponerse en práctica con la finalidad de mejorar el ajuste del estudiante al medio universitario, favorecer la consecución de un aprendizaje de calidad y evitar el abandono prematuro. Teniendo en cuenta la relación entre autoestima y apoyo social percibido, la potenciación del apoyo por parte de las familias y de sus iguales podría constituir un modo de



elevant la autoestima del estudiante y contribuir a las finalidades mencionadas. Por tanto, cabe recomendar que desde las instituciones universitarias se favorezca el apoyo social a los estudiantes de nuevo ingreso, poniendo en marcha actuaciones como las que han sido descritas en la literatura. Por ejemplo, Mattanah, Ayers, Brand, Brooks, Quimby & McNary (2010) desarrollaron un programa de grupos de apoyo social guiados entre iguales, con el objetivo de aumentar el apoyo social de los estudiantes y facilitar así su transición. Los resultados obtenidos en un grupo experimental fueron positivos, en comparación con el grupo control, al mostrar los estudiantes que recibieron la intervención niveles más altos de apoyo social y menores en cuanto a sentimiento de soledad. Entre las propuestas recientemente planteadas por Lau et al. (2018), destacan la implantación de programas de mentoría entre iguales, a través de los cuales se proporcione apoyo al estudiante de primer año durante su transición al contexto de la Educación Superior, y el impulso de actividades que reúnan a estudiantes y promuevan oportunidades de desarrollar amistades entre compañeros de facultad.

5. Referencias

Abdullah, M. C., Kong, L. L., & Talib, A. R. (2014). Perceived social support as predictor of university adjustment, and academic achievement amongst first year undergraduates in a Malaysian public university. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, 11, 59-73.

Baker, R. W., & Siryk, B. (1984) Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 179-189.

Brouwer, J., Jansen, E., Flache, A., & Hofman, A. (2016). The impact of social capital on self-efficacy and study success among first-year university students. *Learning and Individual Differences*, 52, 109-118.

Buote, V. M., Pancer, S. M., Pratt, M. W., Adams, G., Birnie-Lefcovitch, S., Polivy, J., & Wintre, M. G. (2007). The importance of friends: friendship and adjustment among 1st-year university students. *Journal of Adolescent Research*, 22(6), 665-689.

Cabanach, R. G., Gestal, A. J. S., Rodríguez, C. F., Cervantes, R. F., & González-Doniz, L. (2016). La autoestima como variable protectora del burnout en estudiantes de fisioterapia. *Estudios Sobre Educación*, 30, 95-113. doi: 10.15581/004.30.95-113

Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133-165. doi:10.1007/s10648-011-9184-5

DeBerard, M. S., Spielmans, G., & Julka, D. (2004). Predictors of academic achievement and retention among college freshmen: A longitudinal study. *College student journal*, 38(1), 66-80.

Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1231-1244. doi: 10.1002/jclp.20295

Fernández-González, O. M., Martínez-Conde Beluzan, M., & Melipillán Araneda, R. (2009). Estrategias de aprendizaje y autoestima: su relación con la permanencia y deserción universitaria. *Estudios pedagógicos*, 35(1), 27-45. doi: 10.4067/S0718-07052009000100002



Friedlander, L. J., Reid, G. J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). Social support, self-esteem and stress as predictors of adjustment to university among first- year undergraduates. *Journal of College Student Development, 46*(3), 223-236.

González-Ramírez, M. T., & Landero-Hernández, R. (2014). Propiedades Psicométricas de la Escala de Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFA-R) en una Muestra de Estudiantes. *Acta de Investigación Psicológica, 4*(2), 1469-1480. doi: 10.1016/S2007-4719(14)70387-4

Hickman, G. P., Bartholomae, S., & McKenry, P. C. (2000). Influence of parenting styles on the adjustment and academic achievement of traditional college freshmen. *Journal of College Student Development, 41*(1), 41-54

Lau, E. Y. H., Chan, K. K. S., & Lam, C. B. (2018). Social Support and Adjustment Outcomes of First-Year University Students in Hong Kong: Self-Esteem as a Mediator. *Journal of College Student Development, 59*(1), 129-134. doi: 10.1353/csd.2018.011

Levens, S. M., Elrahal, F., & Sagui, S. J. (2016). The role of family support and perceived stress reactivity in predicting depression in college freshman. *Journal of Social and Clinical Psychology, 35*(4), 342-355.

Li, S. T., Berman, A., Deborah, A., & Dwelle, G. (2014). Parental and Peer Support as Predictors of Depression and Self-Esteem Among College Students. *Journal of College Student Development, 55*(2), 120-138. <https://doi.org/10.1353/csd.2014.0015>

Li, J., Han, X., Wang, W., Sun, G., & Cheng, Z. (2018). How social support influences university students' academic achievement and emotional exhaustion: The mediating role of self-esteem. *Learning and Individual Differences, 61*, 120-126. doi: 10.1016/j.lindif.2017.11.016

Martín-Albo, J., Núñez, J., Navarro, J., & Grijalvo, F. (2007). The Rosenberg Self-Esteem Scale: Translation and Validation in University Students. *The Spanish Journal of Psychology, 10*(2), 458-467. doi:10.1017/S1138741600006727

Mattanah, J. F., Ayers, J. F., Brand, B. L., Brooks, L. J., Quimby, J. L., & McNary, S. W. (2010). A Social Support Intervention to Ease the College Transition: Exploring Main Effects and Moderators. *Journal of College Student Development, 51*(1), 93-108. <https://doi.org/10.1353/csd.0.0116>

Moreira, J. F. G., & Telzer, E. H. (2015). Changes in family cohesion and links to depression during the college transition. *Journal of adolescence, 43*, 72-82.

Oguz-Duran, N., & Tezer, E. (2009). Wellness and self-esteem among Turkish university students. *International Journal for the Advancement of Counselling, 31*(1), 32-44. doi:10.1007/s10447-008-9066-9

Pasha, H. S., & Munaf, S. (2013). Relationship of self-esteem and adjustment in traditional university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 84*, 999-1004.

Ramsay, S., Jones, E., & Barker, M. (2007). Relationship between adjustment and support types: Young and mature-aged local and international first year university students. *Higher education, 54*(2), 247-265. doi: 10.1007/s10734-006-9001-0

Richardson, M., Abraham, C., & Bond, R. (2012). Psychological correlates of university students' academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin, 138*(2), 353. doi: 10.1037/a0026838



Rodríguez, M. S., Tinajero, C., & Páramo, M. F. (2017). Pre-entry Characteristics, Perceived Social Support, Adjustment and Academic Achievement in First-Year Spanish University Students: A Path Model. *The Journal of Psychology, 151*(8), 722-738. <https://doi.org/10.1080/00223980.2017.1372351>

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, N. J.: University Press

Salami, S. O. (2011). Psychosocial Predictors of Adjustment among First Year College of Education Students. *US-China Education Review, 8*(2), 239-248.

Tao, S., Dong, Q., Pratt, M.W., Hunsberger, B., & Pancer, S.M. (2000). Social support: Relations to coping and adjustment during the transition to university in the People's Republic of China. *Journal of Adolescent Research, 15*, 123-144.

Tomás, R. A., Ferreira, J. A., Araújo, A., & Almeida, L. S. (2014). Adaptação pessoal e emocional em contexto universitário: O contributo da personalidade, suporte social e inteligência emocional. *Revista portuguesa de pedagogia, 48*(2), 87-107.

Wouters, S., Duriez, B., Luyckx, K., Klimstra, T., Colpin, H., Soenens, B., & Verschueren, K. (2013). Depressive symptoms in university freshmen: Longitudinal relations with contingent self-esteem and level of self-esteem. *Journal of Research in Personality, 47*(4), 356-363. doi: 10.1016/j.jrp.2013.03.001