

AUTOESTIMA, DEPRESIÓN Y ACTITUDES HACIA EL APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Josué Manuel Maya Martínez¹
Akary Jocelyn Ruiz Regalado²
Perla Tahiri Sepúlveda Villarreal³

RESUMEN

La depresión puede llegar a hacerse crónica o recurrente y dificultar sensiblemente el desempeño en el trabajo o la escuela y la capacidad para afrontar la vida diaria. Se dice que podría llegar a ser considerada en el año 2020 la segunda causa de discapacidad en los países industrializados (OMS, 2017).

Esto significa que, desde la perspectiva de la psicología clínica, se ha identificado, que los estudiantes universitarios no son inmunes a manifestar comportamientos relacionados con las variables de estudio. Es por ello que dicha problemática, motivó al equipo de investigadores a realizar indagaciones teóricas y prácticas para contribuir a mejorar la calidad de vida, y logros de aprendizajes de los estudiantes de primer ingreso de la zona citrícola ubicado en Nuevo León, México en el curso escolar 2018-2019.

En la investigación participaron un total de 294 estudiantes de los cuales (56,1%) fueron varones y el (43,9%) mujeres. Se mostró que la depresión y la autoestima son predictores significativos de las actitudes hacia el aprendizaje en los estudiantes universitarios ($r^2 = .114$) y una significatividad ($p = .000$). Esto indicó que el modelo explicó el 11%, es decir, que una autoestima positiva y síntomas de depresión bajos predicen una actitud positiva hacia el aprendizaje.

Palabras clave: autoestima, depresión, actitud hacia el aprendizaje, adolescentes/jóvenes.

ABSTRACT

Depression can become chronic or recurrent and can significantly hinder one's performance at work or school, as well as the capacity to cope with daily life. It is said that it [depression] could be considered as the second cause of disability in industrialized countries in the year 2020. (WHO, 2017).

This means that, from the perspective of clinical psychology, university students are not immune from manifesting behaviors related with the variables of the study. This is what motivated the research team to do theoretical and practical investigations in order to improve the quality of life and learning

¹Josué Manuel Maya Martínez, Catedrático de la Facultad de Psicología, Universidad de Monterrey, Nuevo León, México, josue.maya@um.edu.mx

²Akary Jocelyn Ruiz Regalado, estudiante de Licenciatura en Psicología Educativa en la Universidad de Monterrey, Nuevo León, México, akaryruizregalado@hotmail.com

³Perla Tahiri Sepúlveda Villarreal, estudiante de Licenciatura en Psicología Educativa en la Universidad de Monterrey, Nuevo León, México, perla.tahiri17@gmail.com

achievements of freshman students of the citrus zone located in Nuevo Leon, Mexico, within the 2018-2019 school year.

In the investigation, a total of 294 students participated, of which (56.1%) were males and (43.9%) females. It showed that depression and self-esteem are significant predictors of the attitudes toward learning in university students ($r^2 = .114$) and a significance ($p = .000$). This indicated that the model explained 11%, that is, that positive self-esteem and low symptoms of depression predict a positive attitude toward learning.

Keywords: Self-esteem, depression, attitude toward learning, adolescents/youth.

Introducción

En la actualidad los estudiantes al ingresar a la universidad se enfrentan a desafíos que en ocasiones no logran superar, atraviesan por desequilibrios e inestabilidades que implican transformaciones, tanto para el grupo familiar al que pertenecen como para ellos mismo. En la mayoría de los casos, estos imitan modelos que los medios de comunicación promueven, haciéndoles creer que tendrán una mayor valoración social, si incorporan a su identidad personal algunos rasgos de los personajes más populares de los medios; conllevándolos a que los esquemas personales cambien radicalmente. Generando en los adultos que conforman el contexto familiar y social, situaciones de enfrentamientos intergeneracionales a partir de una franca competencia entre lo que se desea y lo que se tiene.

El estudiante de primer ingreso a la universidad, aun es un adolescente, que se encuentra en proceso de maduración biológica, psicológica y social esto le impide incorporarse de manera plena a la sociedad, cualquier desequilibrio en alguna situación de vida, lo puede condicionar a desarrollar alteraciones psicosociales las cuales pueden tener efectos en la salud, por otro lado, si la familia no satisfizo las necesidades básicas, en cuanto a preparar a ese individuo para la vida futura, se producirá un quiebre, en el desarrollo de la autoestima y se daña la supervivencia psicológica, cambiando la forma de pensar, de amar, sentir y de comportarse consigo mismo.

Para Guell y Muñoz, (2000) la persona tiene la capacidad de establecer su propia identidad y atribuirse un valor y a esa valoración se le llama autoestima, por lo tanto, mantener un buen nivel de

autoestima, permite resistir las críticas, abrirse mejor a los demás, aprender pedir ayuda y, en general, resultará más gratificante vivir, lo que contribuirá también a prevenir cualquier proceso depresivo.

A continuación, Martínez, Buelga y Cava (*citados por Oliva et al., 2011*) señalan que la autoestima positiva facilita a los jóvenes tener un buen ajuste psicológico, lo que a su vez facilita su adaptación social y puede mediar en la prevención de determinadas conductas de riesgo. Por lo tanto, es posible asumir que la autoestima tiene un efecto positivo en la satisfacción vital. Una buena autoestima contribuye a tener un buen ajuste emocional, lo que a su vez facilita una buena adaptación social. Es por ello que, promover la autoestima positiva previene conductas de riesgo y suscita un sentimiento de bienestar. De ahí la importancia de conocer y comprender la autoestima de los adolescentes, ya que, en diferentes contextos culturales, las investigaciones han demostrado la existencia de una relación significativa entre la autoestima y el rendimiento académico (Chilca, 2017).

En la investigación desarrollada por Muñoz (2011) al relacionar las variables: habilidad aritmética, nivel de vocabulario, interés por el trabajo escolar, relaciones con otros, autorregulación, creatividad y autonomía. Los hallazgos confirman la relevancia de la autoestima para la experiencia escolar, al estar ésta vinculada al rendimiento académico y al desenvolvimiento conductual de los estudiantes.

Por otro lado, Rivera Cárdenas, (2018) señala la existencia de una correlación altamente significativa

entre las habilidades comunicativas o relacionales y la autoestima en adolescentes de familias monoparentales.

La OMS (2017) reporta que la depresión es una de las primeras diez causas de muerte a nivel mundial, de las cuales el 30% se presenta en estudiantes universitarios. Otros autores han planteado que el 15% de la población con depresión manifestada se suicida en alguna etapa de su evolución. Por otro lado, la prevalencia de depresión en la población universitaria oscila entre el 25 % y el 50 %.

En un estudio realizado por Díaz Ramírez. (2012) identifica que el 56,9% de los encuetados padecen depresión leve, el 25,9% moderada y el 3,6% grave, según la Escala Auto aplicada de Zung. Mediante Regresión Logística binaria se encontró asociación positiva entre niveles de depresión moderada y grave.

Del Carmen Beltrán, Freyre y Hernández Guzmán (2012), comentan que, en este sentido un individuo, que se considera inferior a los otros y siente compasión hacia sí mismo, está expuesto a sufrir trastornos en el estado de ánimo, afectando de manera significativa su funcionalidad en las principales áreas de la vida cotidiana, manifestando frecuentemente cambios en el sueño, apetito, psicomotricidad, disminución de la atención, concentración, la capacidad para tomar decisiones, pérdida de la confianza en sí mismo, sentimientos de inferioridad o inutilidad, culpa; así como la desesperanza y pensamientos de muerte recurrente con ideación, planeación y actos suicidas.

De la misma manera, se analizaron los estudios realizados por Gargallo López, Garfella Esteban, Sánchez Peris, Ros Ros y Serra Carbonell (2009), quienes analizaron la incidencia de las actitudes hacia el aprendizaje en el rendimiento académico, la investigación constó con una muestra de 1,127 estudiantes universitarios, de primero y segundo ciclo, de las tres universidades de la ciudad: UVEG, UPV y (UCV), obteniendo como resultado correlaciones significativas.

De esta manera, se logra comprender el porqué de las bajas calificaciones, la deserción escolar, la desmotivación por el estudio de un alto porcentajes de jóvenes que ingresa a las aulas universitarias no logrando las metas propuestas, debido a que pierden

el interés, se mantienen resistentes y rígidos ante los cambios; situación que les impide salir adelante, frenando el desarrollo y progreso personal. Dicha actitud negativa incide en el aprendizaje.

Morales (2016) analiza la relación de autoestima, ansiedad y depresión con las sintomatologías de anorexia nerviosa (AN) en estudiantes universitarios, Para ello, constituyó una muestra no probabilística de tipo intencional de 609 participantes (344 mujeres y 265 varones) de 17 a 34 años. Los resultados indicaron que, en la muestra total, una mayor sintomatología de AN se asoció con mayores rasgos de depresión y de ansiedad, así como con menores niveles de autoestima.

Barradas, Fernández, Camacho, Rivera y Aguirre (2015), demostraron la necesidad de tener en cuenta los opositores del aprendizaje, el factor psicológico-emocional, en este sentido, ellos evaluaron la incidencia y nivel de depresión y ansiedad con la que ingresan a la carrera los estudiantes de Psicología de la Universidad Veracruzana. Se encontró que n=8 (29.6%) hombres y n=13 (23.6%) mujeres no tienen ni depresión ni ansiedad, mientras que n=3 (11.1%) hombres y n=4 (7.2%) mujeres presenta depresión leve y ansiedad menor y solo n=1 (1.8%) de mujeres presento ansiedad mayor y depresión moderada. Lo cual permitió recordar que en el proceso de aprender está implícito la parte actitudinal y por ende emocional.

En lo que respecta a la autoestima, depresión y actitud ante los aprendizajes es necesario que los investigadores sociales les dediquen más tiempo a estudios referentes a los jóvenes, especialmente en América Latina. En México el número de adolescentes y jóvenes asciende a 30.6 millones, que representan 25.7% de la población nacional, de la cual 50.9% son mujeres y 49.1% son hombres.

Método

La investigación se realizó con una estructura cuantitativa, descriptiva y trasversal porque se utilizó la estadística descriptiva e inferencial para probar la hipótesis de estudio, presenta una situación de variables en un entorno específico, y la recolección de datos se realizó en un solo momento. La población de esta investigación estuvo constituida por los estudiantes de primero y segundo grado de las instituciones de educación superior

ubicadas en Allende, Montemorelos, General Terán y Linares, en el Estado de Nuevo León México.

La investigación utilizó instrumentos validados para evaluar las variables en estudio. La Escala de Autoestima diseñada por Rosenberg (1965) con la finalidad de medir el sentimiento que una persona tiene hacia sí mismo, que puede ser positivo o negativo, y que se construye por medio de una evaluación de sus propias características, la cual consta de 10 afirmaciones de los sentimientos que tiene la persona sobre sí misma, cinco declaraciones direccionadas positivamente y señaladas con un asterisco (ítems 1, 2, 4, 6 y 7) y cinco declaraciones direccionadas negativamente (ítems 3, 5, 8, 9 y 10). La confiabilidad final del instrumento resultó adecuada con Alpha de Cronbach =0.802.

El grado de depresión se midió aplicando el inventario de Beck mejor conocido por su acrónimo BDI (Beck Depression Inventory) es el instrumento usado para cuantificar los síntomas depresivos en poblaciones normales y clínicas. Este instrumento consta de 21 apartados, los cuales son: estado de ánimo, pesimismo, sentimiento de fracaso, insatisfacción, sentimiento de culpa, sentimiento de castigo, odio a sí mismo, autoacusación, impulso suicida, periodo de llanto, irritabilidad, aislamiento social, indecisión, imagen corporal, capacidad laboral, trastornos del sueño, cansancio, pérdida de apetito, pérdida de peso, hipocondría y líbido (Vázquez, et al., 2015). El cual obtuvo una consistencia interna elevada con un coeficiente de alfa de Cronbach de 0.877.

Con respecto a las actitudes se empleó el Cuestionario de Evaluación de las Actitudes ante el aprendizaje de los estudiantes universitarios, dicho instrumento se elaboró a partir del modelo de la teoría de la acción razonada de Ajzen y Fishbein, (1980). En su diseño original se validó con alumnos de primero y segundo curso de grados universitarios y se ha empleado en otras investigaciones. Consta de 11 ítems. 2 direccionadas negativamente, los cuales se señalan con un asterisco (14 y 18). El cual posee confidencialidad y consistencia interna adecuada con un coeficiente alfa de Cronbach de 0.729.

Resultados

El objetivo de esta investigación fue analizar la relación que existe entre la autoestima, depresión y

la actitud hacia el aprendizaje en estudiantes de primero y segundo año de educación superior de la zona citrícola ubicado en Nuevo León, México en el curso escolar 2018- 2019.

En la investigación participaron un total de 294 estudiantes de primero y segundo grado de las instituciones de educación superior ubicadas en Allende, Montemorelos, General Terán y Linares, Nuevo León, México, de los cuales 165 eran varones (56,1%) y 129 mujeres (43,9%). Las edades estaban comprendidas entre los 17 y 29 años. El promedio de edad fue de 19,90 años.

Las instituciones de educación superior estudiadas fueron tres. El 76.9% de los alumnos que participaron fueron de la Universidad de Montemorelos, el 19.7% fueron alumnos de la Universidad de Linares y el 3.4% de la Universidad Lux. Los alumnos adventistas de educación superior representan el 72.8%, los que pertenecen a la religión católica conforman un 8.2% de la muestra y los alumnos que pertenecen a otra religión representan un 19.0%. Hay un porcentaje representativa de 51.0% alumnos de primer año y otra muestra de 49.0% de alumnos de segundo año. El 62.6% del alumnado es externo y el 37.4% viven dentro de la Universidad.

De las 294 personas que participaron en la muestra se observó que los estudiantes universitarios obtuvieron una media significativa de autoestima (M=32.33) lo que significa que presentan una autoestima alta. En la escala de depresión (M= 9.01) los resultados arrojaron que la mayoría de los estudiantes presentan rasgos de depresión considerado normal, en actitudes hacia el aprendizaje presentaron una media significativa (M=32.33) es decir, los alumnos mantienen una actitud positiva hacia el aprendizaje.

Para analizar la relación entre autoestima,

Estadísticos descriptivos

	Media	Desviación estándar	N
ACT	33.89	3.480	294
AUTE	32.33	4.541	294
DEP	9.01	7.808	294

depresión y actitud hacia el aprendizaje, es importante recordar la hipótesis nula que afirma: la

depresión y la autoestima no son predictores significativos de las actitudes hacia el aprendizaje en los estudiantes universitarios de la región citrícola, durante el ciclo escolar 2018-2019. En la realización de la prueba de hipótesis, se utilizó la regresión lineal múltiple (Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio, 2014).

El cuadro de resumen del modelo confirma el valor r^2 obtenido (.114) y una significatividad ($p=.000$). Esto indica que el modelo explica solo el 11% de la varianza de la variable dependiente de forma significativa tal como lo muestra el ANOVA.

El análisis de varianza muestra que el valor p

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	.338 ^a	.114	.111	3.282

resultó altamente significativo ($p= .000$), por consiguiente, también es favorable para el modelo, dado que es mucho menor a .05 ($p<0,05$) significancia estadística aceptada en ciencias sociales.

El análisis de regresión lineal múltiple permitió observar que aunque el efecto es pequeño es

ANOVA^a

Modelo	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regr 404.82 3	1	404.82 3	37. 59	.00 0 ^b
	Residuo 3144.4 73	29 2	10.769		
	Total 3549.2 96	29 3			

significativo. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se retiene la hipótesis de investigación que postula que la depresión y la autoestima son predictores significativos de las actitudes hacia el aprendizaje en los estudiantes universitarios.

En la tabla de correlaciones se encontró que existe una correlación de autoestima con actitud de .338 y una $p= .000$. Depresión con actitud es una correlación negativa $p=-.175$ y una p de .001.

Correlaciones

		ACT	AUTE	DEP
Correlación de Pearson	ACT	1.000	.338	-.175
	AUTE	.338	1.000	-.585
	DEP	-.175	-.585	1.000
Sig. (unilateral)	ACT	.	.000	.001
	AUTE	.000	.	.000
	DEP	.001	.000	.
N	ACT	294	294	294
	AUTE	294	294	294
	DEP	294	294	294

- a. Variable dependiente: ACT
- b. Predictores: (Constante), AUTE

Como análisis complementario efectuamos la regresión lineal múltiple con las tres dimensiones del instrumento de actitudes hacia el aprendizaje, se encontró que el aprendizaje profundo explica el 15.9%, ($p=000$). En cuanto al trabajo en equipo la autoestima explica un 16.8% y una significatividad de $p=.000$. Por último, la dimensión de propio esfuerzo con un 6%, ($p=.000$). En conclusión, podemos decir que las variables independientes explican más las dimensiones de aprendizaje profundo y trabajo en equipo, que el propio esfuerzo con un 6%. Además, que la edad ($p=.241$) y depresión ($p=.610$) no son significativas debido que son mayores a .05.

Discusión

La autoestima y la depresión están relacionadas con las actitudes hacia el aprendizaje. La presente investigación se centró en el análisis de estas variables, principalmente manifestado desde la percepción de los estudiantes de primero y segundo año de educación superior de la zona citrícola ubicada en Nuevo León, México en el curso escolar 2018-2019.

Los resultados muestran que estos estudiantes presentaron en su mayoría depresión moderada, autoestima alta y actitud hacia el aprendizaje

positiva. La depresión y la autoestima son predictores significativos de las actitudes hacia el aprendizaje en los estudiantes universitarios, lo que significa que una autoestima positiva y síntomas de depresión bajos predicen una actitud positiva hacia el aprendizaje.

Respecto a la autoestima, se encontró concordancia con los hallazgos de Cajavilca, Morales y Antonio (2014) quienes encontraron que la media en la autoestima de los estudiantes varones fue de 31,46, mientras que en las mujeres fue de 27,73. La mayoría de los estudiantes obtuvo autoestima promedio, mientras que ninguno manifestó autoestima baja. En el caso de Ceballos-Ospino, Suarez-Colorado, Suescún-Arregocés, Gamarra-Vega, González, K. y Sotelo-Manjarres (2014), los resultados mostraron que del género femenino 18% poseen baja autoestima, el 24% presentan su autoestima en un nivel medio, 8% manifiestan alta autoestima. En el caso de individuos de género masculino, el 22% manifiestan baja autoestima, el 23% reflejan nivel medio autoestima, 5% muestran alta autoestima. Tal como se puede notar hay una tendencia hacia la alta autoestima.

Respecto a la depresión Ferrel, Vélez y Ferrel (2014), registraron una prevalencia de síntomas depresivos en la mayoría de la muestra, en donde el 86% (120) de los alumnos participantes presentaron síntomas moderados y un 14% (20) síntomas leves. Por su parte Ceballos, *et al.* (2015), encontraron que el 41% de los adolescentes de género femenino presentan ausencia de síntomas depresivos, el 2% refleja depresión leve, el 5% puntúan en depresión moderada, y un 2% en depresión grave. Mientras tanto, el 43% de los adolescentes de género masculino no presentan signos depresivos, el 3% manifiesta depresión leve, un 2% depresión moderada, y otro 2% depresión grave. Los niveles de depresión en ambos estudios son bajos por lo que tienen concordancia con los resultados de la presente investigación.

Por otro lado, sobre la actitud hacia el aprendizaje Gargallo López, B., Suárez Rodríguez, J., Garfella Esteban, P. R., y Fernández March, A. (2011). Observaron que los estudiantes con niveles excelentes desarrollan mejores actitudes ante el aprendizaje que sus compañeros con niveles

medios. Por su parte Almerich, Garcia, Fernandez, y Garfella (2012), encontraron que los estudiantes presentan unas actitudes ante el aprendizaje positivas, tanto en la puntuación global como en las dimensiones, a lo largo de los dos primeros años en la universidad.

Conclusiones

Mediante el análisis de regresión lineal múltiple, se rechaza la hipótesis nula “La depresión y la autoestima no son predictores significativos de las actitudes hacia el aprendizaje en los estudiantes universitarios de la región citrícola.” por lo que queda aceptada la hipótesis de investigación que declara: “La depresión y la autoestima son predictores significativos de las actitudes hacia el aprendizaje en los estudiantes universitarios de la región citrícola.”

La relación que se encontró fue significativa; es decir, a menor cantidad de autoestima, y síntomas elevados de depresión corresponde una actitud menos positiva hacia el aprendizaje. Y a mayor autoestima, síntomas bajos de depresión, corresponde a una actitud más positiva hacia el aprendizaje en los estudiantes universitarios. Así mismo, las dimensiones de las actitudes que se estudiaron también tuvieron relación con la autoestima: la actitud hacia el aprendizaje con niveles: profundo, crítico, con comprensión; la actitud hacia los contenidos, la valoración y el trabajo en equipo; y las atribuciones internas, los resultados y calificaciones dependen de la autoestima que en el propio esfuerzo.

No se encontraron estudios que relaciona en estas tres variables, sin embargo se pudo inferir que la autoestima influye en el rendimiento escolar de manera proporcional (Rabell 2012), De igual forma la depresión afecta las actividades diarias de la persona, incluyendo sus labores escolares y vida social, dando como resultado la disminución de su rendimiento académico (Marrón, 2015) y las actitudes hacia el aprendizaje de los estudiantes universitarios y el rendimiento académico se ven relacionadas (Gargallo, et al., 2009). Entonces, se concluye que es posible relacionar la autoestima y depresión con las actitudes hacia el aprendizaje.

Finalmente, aunque no se encontraron investigaciones que relacionaran las tres variables, se puede resaltar que se encontró literatura que habla

acerca del rendimiento escolar, autoestima, depresión y las actitudes hacia el aprendizaje. Estas variables mostraron tener vínculo directo o indirecto sobre los estudiantes.

Referencias

- Almerich Cerveró, G., García Felix, E., Fernández March A. y Garfella Esteban P. (2012). Actitudes ante el aprendizaje en estudiantes universitarios. Su evolución durante los dos primeros cursos. *Revista del CIDUI*, 1(1).
- Ajzen, I., y Fishbein, M. (1980). *Understanding attitudes and predicting social behavior*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Barradas, M., Fernández, N., Camacho, M., Rivera, J. y Aguirre, M. (2015). Trastornos afectivos: nivel de ansiedad y depresión en universitarios. *Revista iberoamericana de producción académica y gestión educativa*, 2(2), 10-13.
- Cajavilca, N., Morales, E. y Antonio, N. (2014). *La autoestima y el aprendizaje en el área de personal social de los estudiantes del sexto grado de educación primaria de la institución educativa n° 1190 Felipe Huamán poma de Ayala, del distrito de Lurigancho-Chosica, Ugel n° 06, 2014* (Tesis de Maestría). Universidad nacional de educación Enrique Guzman y Valle, Perú.
- Ceballos-Ospino, G., Suarez-Colorado, Y., Suescún-Arregocés, J., Gamarra-Vega, L., González, K. y Sotelo-Manjarres, A. (2015). Ideación suicida, depresión y autoestima en Adolescentes escolares de Santa Marta. *Duazary*, 12(1), 15-22.
- Del Carmen Beltrán, M., Freyre, M., y Hernández-Guzmán, L. (2012). El Inventario de Depresión de Beck: Su validez en población adolescente. *Terapia Psicológica*, 30(1), 5-13.
- Díaz Ramirez, N. L. (2012). *Depresión y Factores Asociados en Estudiantes de la Universidad Nacional de Colombia* (Tesis de Maestría). Universidad Nacional de Colombia, Colombia.
- Ferrel, F., Vélez, J. y Ferrel, L. (2014). Factores psicológicos en adolescentes escolarizados con bajo rendimiento académico: depresión y autoestima. *Revista Encuentros*, Universidad Autónoma del Caribe, 12(2), 35-47.
- Gargallo López, B., Garfella Esteban, P., Sánchez Peris, F., Ros Ros, C. y Serra Carbonell, B. (2009). La influencia del Autoconcepto en el Rendimiento Académico en estudiantes universitarios. *REOP Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 20(1), 16-28.
- Gargallo López, B., Suárez Rodríguez, J., Garfella Esteban, P. R., y Fernández March, A. (2011). El Cuestionario CEMEDEPU. Un instrumento para la evaluación de la Metodología Docente y Evaluativa de los Profesores Universitarios. *Estudios Sobre Educación*, 21(30), 49-71.
- Guell, M., y Muñoz, J. (2000). *Desconócese a ti mismo: programa de alfabetización emocional*. Barcelona: Paidós.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, L. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). México: McGraw Hill.
- Morales, M. (2016). *Sintomatología de anorexia nerviosa, autoestima, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios* (Tesis de Licenciatura). Universidad Autónoma del Estado de Mexico, Ecatepec de Morelos.
- Marrón, A. (2015). Depresión en estudiantes universitarios y su correlación con rendimiento académico. *Altamira revista académica* 11(1), 1-2.
- Muñoz. (2011). *Autoestima factor clave en el éxito escolar: relación entre autestima y variables personales vinculadas a la escuela en estudiantes de nivel socio-económico bajo* (Tesis doctoral). Universidad de Chile, Chile.
- Chilca, A. (2017). Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y representaciones*. 5(1), 71-127.
- Oliva, A., Pertegal, M., Antolín, L., Reina, C., Rios, M., Águeda, A., y Estevéz, R. (2011). El desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven, un estudio en centros docentes andaluces. España: Junta de Andalucía. Consejería de salud.

- Organización Mundial de la Salud. (2017). *Día Mundial de la Salud Mental-La salud mental en el lugar de trabajo*. Recuperado de: https://www.who.int/mental_health/world-mental-health-day/2017/es/
- Rabell-Cuadras, M. (2012). Autoestima y rendimiento académico: un estudio aplicado al aula de educación primaria.
- Rivera Cardenas, M. (2018). *Autoestima y habilidades sociales en adolescentes de familias monoparentales de cuatro centros educativos adventistas de la ciudad de Puno en Perú* (Tesis de maestría). Univesidad Peruna Union , Lima.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE). *Acceptance and Commitment Therapy*. Measures Package, 61.
- Vázquez, et al. (2015). Propiedades Psicométricas del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en pacientes con cáncer. *Psicooncología*, 12(1), 51-58. doi: 10.5209/rev_PSIC.2015.v12.n1.48903