

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Apoyo social percibido y autoestima en estudiantes de una
universidad privada de Lima Metropolitana, 2024**

Bonnie Emily Zanabria Orellana

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Psicología

Huancayo, 2025

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

A : Decana de la Facultad de Psicología
DE : Isabel Paula Cabrera Orosco
Asesor de trabajo de investigación
ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación
FECHA : 4 de Octubre de 2025

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para informar que, en mi condición de asesor del trabajo de investigación:

Título:

Apoyo social percibido y autoestima en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2024

Autores:

1. Bonnie Emily Zanabria Orellana – Carrera Profesional Psicología

Se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 20 % de similitud sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI NO
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores N° 10 de palabras excluidas (**en caso de elegir "SI"**): SI NO
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

En consecuencia, se determina que el trabajo de investigación constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad Continental.

Recae toda responsabilidad del contenido del trabajo de investigación sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI y en la normativa de la Universidad Continental.

Atentamente,

La firma del asesor obra en el archivo original
(No se muestra en este documento por estar expuesto a publicación)

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mis padres, pilares de mi vida, cuyo amor, ejemplo y sacrificio siendo inspiración. Agradezco sus enseñanzas.

Agradecimiento

Con profunda gratitud, expreso mi sincero reconocimiento a toda persona que hizo posible su culminación. Comienzo, dando gracias a Dios, fuente inagotable de sabiduría y fortaleza, por permitirme recorrer este camino con perseverancia, aún en los momentos de mayor incertidumbre.

A mi asesora de tesis, por su acompañamiento riguroso y paciente, cuyas observaciones enriquecieron cada etapa de este trabajo. A los estudiantes universitarios que participaron, gracias por compartir sus experiencias con honestidad y generosidad, incluso en medio de las dificultades que trajo consigo la pandemia.

A mis docentes, por su guía constante, y a mis compañeros de estudio, por las conversaciones y el aliento compartido. Este logro también les pertenece.

Finalmente, expreso mi profundo agradecimiento a mi familia, por ser mi sostén incondicional, por su amor, apoyo y fe en cada paso que he dado. Sin ustedes, nada de esto habría sido posible.

Índice

Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Índice	vi
Índice de tablas	ix
Índice de figuras.....	x
Resumen	xi
<i>Abstract</i>	xii
Introducción.....	13
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO	14
1.1 Contexto, descripción y delimitación de la problemática	14
1.2 Formulación de la pregunta de investigación	17
1.2.1 Problema general.....	17
1.2.2 Problemas Específicos.	17
1.3 Objetivos de investigación	17
1.3.1 Objetivo General.	17
1.3.2 Objetivos Específicos.....	18
1.4 Hipótesis y descripción de variables.....	18
1.4.1 Hipótesis General.	18
1.4.2 Hipótesis Específicos.....	18
1.4.3 Descripción de variables.....	19
1.5 Justificación de la investigación.....	19
1.5.1 Justificación teórica.....	19
1.5.2 Justificación metodológica.....	19
1.5.3 Justificación práctica.....	20
1.5.4 Justificación social.	20
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	21
2.1 Antecedentes del problema	21

2.1.1.	Antecedentes internacionales	21
2.1.2.	Antecedentes nacionales.....	25
2.1.3.	Antecedentes locales.....	28
2.2	Bases teóricas.....	31
2.1.4.	La autoestima.	31
2.1.5.	Apoyo social.....	39
2.3	Definición de términos básicos	48
CAPÍTULO III METODOLOGÍA		51
3.1.	Enfoque	51
3.2.	Tipo, nivel y diseño de investigación	51
3.2.1.	Tipo de investigación	51
3.2.2.	Nivel de investigación	52
3.2.3.	Diseño de investigación.....	52
3.3.	Población y muestra.....	53
3.3.1.	Población	53
3.3.2.	Muestra	54
3.3.3.	Muestreo	54
3.4.	Técnicas de recolección y tratamiento de datos	55
3.4.1.	Ficha sociodemográfica.....	55
3.4.2.	La Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)....	55
3.4.3.	La escala autoestima de Rosenberg.....	56
3.4.4.	Procedimiento de recolección de datos	57
3.5.	Aspectos éticos considerados	60
3.6.	Operacionalización de variables.....	61
CAPÍTULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS		64
4.1.	Resultados.....	64
4.1.1.	Resultados de la muestra de estudio	64
4.1.2.	Resultados descriptivos de autoestima.....	66
4.1.3.	Resultados descriptivos de apoyo social	69

4.1.4. Prueba de hipótesis	73
4.2. Discusión de resultados	78
Conclusiones.....	91
Recomendaciones	92
REFERENCIAS.....	94
Anexos.....	98
Anexo 1: Matriz de Consistencia	99
Anexo 2. Operacionalización de variables.....	101
Anexo 3. Instrumentos de investigación	102
Anexo 4. Consentimiento informado.....	104
Anexo 5. Pruebas de la aplicación de los instrumentos.....	105
Anexo 6. Base de datos	107

Índice de tablas

Tabla 1 Matriz de operación de variables	62
Tabla 2 Resultados para edad	64
Tabla 3 Resultados para género	65
Tabla 4 Frecuencias y porcentajes para autoestima	66
Tabla 5 Frecuencias y porcentajes para Autoestima positiva	67
Tabla 6 Frecuencias y porcentajes para Autoestima negativa.....	68
Tabla 7 Frecuencias y porcentajes para Apoyo social	69
Tabla 8 Frecuencias y porcentajes para Apoyo de la familia	70
Tabla 9 Frecuencias y porcentajes para Apoyo de los amigos.....	71
Tabla 10 Frecuencias y porcentajes para Apoyo de una persona significativa.....	72
Tabla 11 Prueba de normalidad para las variables del estudio	73
Tabla 12 <i>Interpretación del coeficiente de correlación</i>	74
Tabla 13 <i>Prueba de correlación entre autoestima y apoyo social</i>	75
Tabla 14 <i>Prueba de correlación entre autoestima y apoyo social percibido de la familia</i>	76
Tabla 15 <i>Prueba de correlación entre autoestima y apoyo social percibido de los amigos</i>	77
Tabla 16 <i>Prueba de correlación entre autoestima y apoyo social percibido de otros vínculos significativos</i>	78

Índice de figuras

Figura 1 Gráfico de barras para edad.....	64
Figura 2 Gráfico de barras para género	65
Figura 3 Gráfico de barras para autoestima	66
Figura 4 Gráfico de barras para Autoestima positiva	67
Figura 5 Gráfico de barras para Autoestima negativa.....	68
Figura 6 Gráfico de barras para Apoyo social	69
Figura 7 Gráfico de barras para Apoyo de la familia.....	70
Figura 8 Gráfico de barras para Apoyo de los amigos.....	71
Figura 9 Gráfico de barras para Apoyo de una persona significativa	72

Resumen

Se determinó la relación entre el apoyo social percibido y la autoestima del alumnado de psicología de una universidad privada de Lima, 2024. Siendo de tipo básica, alcance correlacional, un nivel correlacional y un diseño no experimental de corte transversal, su población fue de 415 alumnos matriculados, aplicándose la escala MSPSS, y la escala autoestima de Rosenberg. Se encontró que, en los estudiantes con autoestima baja, el 72.6% reportó un apoyo social moderado, el 17.9% un apoyo bajo, y solo el 9.5% percibió un apoyo alto. En contraste, entre quienes presentaron autoestima elevada, el 57.1% manifestó un apoyo social alto y el 39.7% uno moderado. Estos resultados evidencian una asociación positiva entre la autoestima elevada y una percepción alta de apoyo social, a la par, la autoestima baja se relacionó con niveles intermedios o reducidos de soporte percibido. Se concluye que existe una relación significativa ($\rho = 0.557$; $p < 0.001$) entre el apoyo social percibido y la autoestima en el alumnado de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

Palabras clave: autoestima, apoyo social, apoyo familiar, universitario

Abstract

The relationship between perceived social support and self-esteem was examined in psychology undergraduates at a private university in Lima in 2024. The study was basic in nature with a correlational scope, employed a correlational level of analysis, and used a non-experimental, cross-sectional design. Its population consisted of 415 enrolled psychology students, to whom the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and the Rosenberg Self-Esteem Scale were administered. It was found that among students with low self-esteem, 72.6% reported moderate social support, 17.9% reported low support, and only 9.5% perceived high support. In contrast, among those with high self-esteem, 57.1% reported high social support and 39.7% reported moderate support. These results underscore a positive association between high self-esteem and a high perception of social support, whereas low self-esteem was linked to intermediate or reduced levels of perceived support. It was concluded that there is a significant relationship ($p = 0.557$; $p < 0.001$) between perceived social support and self-esteem in psychology undergraduates at a private university in Lima in 2024.

Keywords: self-esteem, social support, family support, university

Introducción

La autoestima, entendida como el juicio integrador que el individuo construye respecto a su valía personal, según los postulados inaugurales de Rosenberg (1965), constituye un eje estructural que incide de manera sustantiva en la adecuación psicosocial, la eficiencia en el quehacer académico y la estabilidad emocional general. En el caso de la población universitaria, esta percepción íntima del yo no se desarrolla de forma aislada, sino que se configura a partir de una confluencia de influencias contextuales, entre las cuales destacan de manera insoslayable la dinámica del núcleo familiar y la densidad afectiva de las redes sociales de contención que rodean a un individuo. El apoyo social percibido, es la perspectiva subjetiva de contar con recursos emocionales, informativos e instrumentales provistos por otros significativos (Barrio, 2020), constituye un mecanismo crucial para mitigar los efectos del estrés y preservar la estabilidad emocional.

Durante el confinamiento, muchas de las interacciones presenciales que sostenían dichas redes se vieron truncadas, desplazándose hacia escenarios virtuales y generando transformaciones en la manera en que los estudiantes experimentaban el respaldo de su entorno. Así, se vuelve imperativo comprender cómo estos jóvenes percibieron el apoyo social en un contexto de aislamiento, y cómo dicha percepción se relacionó con su autoestima y funcionamiento familiar.

El estudio actual se encamina a indagar la vinculación existente entre la autovaloración personal, la percepción del sostén social y la configuración del entorno familiar, en una cohorte estudiantil de Barranquilla, bajo las singulares condiciones impuestas por el aislamiento sanitario decretado durante la emergencia global provocada por la pandemia de la COVID-19 entre los años 2021 y 2023. Se busca aportar evidencia empírica que permita interpretar las dinámicas de contención psicosocial en situaciones de emergencia sanitaria. Esta indagación no solo pretende identificar correlaciones estadísticas, sino también contribuir al diseño de estrategias de intervención orientadas a fortalecer los vínculos afectivos y promover una autovaloración saludable en la población universitaria.

El presente informe se estructura en cinco capítulos. El capítulo I aborda el planteamiento del problema, formulación de la pregunta, objetivos e hipótesis de investigación; el capítulo II, antecedentes del problema y el marco teórico; el capítulo III, la metodología; el capítulo IV, los resultados y la discusión de resultados; conclusiones, recomendaciones y anexos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1 Contexto, descripción y delimitación de la problemática

En el contexto académico, el bienestar emocional de los estudiantes está significativamente relacionado con el apoyo social disponible dentro de su entorno, incluidos familiares, compañeros y educadores. Esto apoya la autoestima y facilita una adaptación mejorada a las demandas académicas. Una investigación reciente que involucra a 225 participantes universitarios en Indonesia demostró que el apoyo social recibido tiene un impacto positivo en la autoestima. Esto indica que la autoestima funciona no solo como un resultado de apoyo sino también como un mecanismo crítico a través del cual el apoyo ejerce sus influencias protectoras en la salud mental de los estudiantes. Cabe señalar que la evidencia existente y directa proporciona una fuerte justificación para examinar la relación del apoyo social y la autoestima de los estudiantes universitarios (Anda et al., 2025).

Además, en lo que va el año 2025, se han registrado 253 casos de suicidio, de enero a abril, entre uno de los motivos más relevantes se encuentra la soledad emocional (Angulo, 2025). En este entramado de tensiones, emergen como ejes vertebradores del equilibrio psicológico dos constructos de indiscutible relevancia: la autoestima y el apoyo social. La autoestima concebida como la estimación subjetiva, favorable o desfavorable, que el individuo elabora sobre su propia valía (Rosenberg, 1965), constituye un pilar esencial en la configuración del yo académico, ya que incide de manera directa en la autopercepción de competencia, la iniciativa personal y el despliegue eficaz de los recursos cognitivos en el proceso de aprendizaje. Así, este componente identitario no solo modela el vínculo del estudiante consigo mismo, sino que permea su disposición frente a los desafíos curriculares y relacionales inherentes a la vida universitaria (Barrio, 2020). Varios estudios sugieren que los niveles bajos de autoestima están asociados con síntomas depresivos, ansiedad y un deterioro general en el bienestar.

De manera complementaria, el apoyo social, entendido como los recursos emocionales, informativos y prácticos proporcionados por la red de relaciones interpersonales de un individuo (Grossetti, 2009), actúa como un factor protector frente al estrés et al. problemas emocionales. Diversas investigaciones han demostrado que el apoyo social, tanto familiar como proveniente de amigos,

contribuye significativamente a mejorar la salud mental de los estudiantes, facilitando su adaptación al entorno universitario (Quiles Sebastián, 2021). En este sentido, para los estudiantes universitarios es fundamental contar con una red de apoyo social, ya sea de familiares, amigos, pareja o colegas. Según Pérez et al. (2004), esta red es un fenómeno complejo que abarca diversas dimensiones y está estrechamente relacionada con la salud. Aquellos que disponen de apoyo social suelen experimentar mejores condiciones físicas y mentales debido a los recursos emocionales y materiales que estas relaciones proporcionan.

El apoyo social de familiares y amigos es crucial en el proceso de los estudiantes universitarios, ya que una red de apoyo sólida puede ofrecer la contención emocional necesaria para afrontar las dificultades. Sin embargo, en muchos casos, los estudiantes carecen de este apoyo, lo que agrava su situación y les impide desarrollar una autoevaluación positiva, conduciéndolos a problemas de salud mental y bajo rendimiento académico. Así, el apoyo social tiene a influenciar significativamente en la percepción de uno, dado que este vínculo puede determinar no solo su bienestar emocional, sino también su éxito académico (Gracia & Herrero, 1995).

En el escenario universitario contemporáneo, el bienestar psicoemocional del estudiante se ha constituido como un eje prioritario de análisis, debido al incremento sostenido de síntomas como la ansiedad, el estrés crónico y la depresión, los cuales inciden en cómo aprenden y en la permanencia académica. Según datos del Cassaretto et al. (2021), más de 280 mil con depresión en el año 2024, cifras que se han agravado en los primeros meses de 2025 con el registro de 253 casos de suicidio, siendo la soledad emocional uno de los factores desencadenantes más reportados. Este panorama evidencia una urgente necesidad de abordar, desde la investigación científica, los factores psicosociales que afectan en la persona.

Con respecto al estudio de Mora et al. (2021), en estudiantes de Chile, identificaron que el apoyo social percibido influía directamente en el fortalecimiento de la autoestima, al brindar contención emocional y sentido de respeto personal frente a contextos adversos. De forma complementaria, Luján (2021), en Argentina, halló que tanto el apoyo social en línea como fuera de línea se correlacionaba positivamente con la autoestima adolescente, destacando el rol de las interacciones digitales como nuevas fuentes de validación personal. Asimismo, González (2021),

en una investigación binacional con estudiantes de México y Argentina, concluyó que el apoyo social y la autoestima estaban significativamente asociados con el bienestar subjetivo, aportando evidencia de su influencia conjunta en la salud emocional juvenil.

En el contexto peruano, Puma (2024) analizó esta relación en estudiantes, hallando una asociación significativa entre ambas variables ($\rho = 0.543$; $p < 0.01$). Riquez y León (2024) demostraron que el apoyo social familiar tiene un efecto positivo sobre la autoestima, el ajuste escolar y la satisfacción con la vida en adolescentes peruanos. Asimismo, Rojas (2023) encontró, también, una relación directa entre apoyo social percibido y autoestima en estudiantes, resaltando el rol protector de las redes sociales inmediatas.

En esta línea, la autoestima y el apoyo social percibido se perfilan como variables críticas para comprender la experiencia emocional del universitario. La autoestima es la valoración que cada individuo realiza de sí mismo, influyendo en su autoconfianza, motivación y capacidad para afrontar los desafíos cotidianos. A su vez, el apoyo social percibido tiene relación con cómo se percibe a nivel de la disponibilidad y calidad del respaldo emocional, instrumental e informativo que ofrecen los vínculos sociales significativos. Ambos constructos están íntimamente ligados al equilibrio psicológico, tal como lo demuestran múltiples investigaciones nacionales e internacionales. Por ejemplo, el estudio de Barrio (2020), en España, identificó que los niveles de bienestar psicológico y compromiso académico se ven potenciados cuando el estudiante percibe un entorno social de apoyo constante. Del mismo modo, investigaciones como las de Luján (2021) en Argentina y de González (2021) en México y Argentina refuerzan esta idea al evidenciar que tanto los entornos presenciales como virtuales pueden influir positivamente en la autovaloración personal.

En el contexto peruano, sin embargo, la producción académica aún es incipiente respecto a esta temática. Si bien existen trabajos como los de Puma (2024) y Rojas (2023), centrados en adolescentes y escolares, son pocos los estudios que abordan esta relación en estudiantes universitarios de instituciones privadas ubicadas en Lima Metropolitana, quienes se enfrentan a exigencias académicas elevadas, inestabilidad emocional y, en muchos casos, ausencia de redes familiares sólidas. Esta carencia investigativa revela una brecha teórica y práctica que es necesario atender, especialmente en un entorno donde las

exigencias de rendimiento se incrementan y los recursos de afrontamiento no siempre están disponibles o suficientemente desarrollados.

Asimismo, se ha identificado que el apoyo social percibido actúa como un factor protector frente a diversas situaciones de crisis, amortiguando los efectos de la sobrecarga emocional y facilitando procesos de adaptación académica. La percepción de contar un entorno que permita la contención emocional y orientación práctica fortalece la seguridad interna del estudiante y refuerza su sentido de autoeficacia, un elemento clave en su disposición al aprendizaje y su desempeño académico. Por ende, resulta pertinente investigar cómo se configura esta percepción de apoyo en los estudiantes universitarios y qué tipo de vínculo establece con su autoestima, entendida como el núcleo organizador de su identidad y bienestar.

1.2 Formulación de la pregunta de investigación

1.2.1 Problema general.

¿Qué relación existe entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024?

1.2.2 Problemas Específicos.

- ¿Qué relación existe entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024?
- ¿Qué relación existe entre el apoyo social percibido de los amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024?
- ¿Qué relación existe entre el apoyo social percibido de otros vínculos significativos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024?

1.3 Objetivos de investigación

1.3.1 Objetivo General.

Determinar la relación entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024

1.3.2 Objetivos Específicos.

- Determinar la relación entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024
- Determinar la relación entre el apoyo social percibido de los amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024
- Determinar relación entre el apoyo social percibido de otros vínculos significativos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024

1.4 Hipótesis y descripción de variables

1.4.1 Hipótesis General.

Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

1.4.2 Hipótesis Específicos.

- Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.
- Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de los amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024
- Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de otros vínculos significativos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

1.4.3 Descripción de variables.

- Variable 1. Apoyo social percibido
- Variable 2. Autoestima

1.5 Justificación de la investigación

1.5.1 Justificación teórica.

El análisis de la conexión de la autoestima y el apoyo social se erige sobre fundamentos conceptuales bien consolidados en el ámbito de la psicología contemporánea, especialmente aquellos que exploran las raíces del equilibrio emocional y la autorrealización. Entre las teorías que enriquecen esta perspectiva, destaca el modelo de la autodeterminación, propuesto por Deci y Ryan (1985). Bajo esta visión, ambas dimensiones se interrelacionan como catalizadores del bienestar subjetivo, al nutrir la percepción de valía personal y de contención interpersonal. Asimismo, la Teoría del Apoyo Social (Cobb, 1976) y los Modelos de Resiliencia destacan que el respaldo proveniente de la familia, los amigos y otros agentes sociales actúa como un amortiguador frente al estrés, fortaleciendo la capacidad de afrontar adversidades y promoviendo una mayor satisfacción vital.

Este estudio permitió contrastar y ampliar el conocimiento teórico en contextos específicos, como el de los estudiantes universitarios, quienes atraviesan una etapa crucial de transición y suelen enfrentarse a factores estresantes tanto académicos como personales, los cuales pueden incidir en su autoestima y en su bienestar psicológico. Al vincular estas variables, se aportó al cuerpo teórico existente que busca comprender cómo interactúan los factores individuales y sociales en la promoción de una vida plena y satisfactoria.

1.5.2 Justificación metodológica.

Desde una perspectiva metodológica rigurosa, el presente estudio adquiere sustento en la imperiosa necesidad de emplear herramientas evaluativas con respaldo psicométrico robusto, tales como los instrumentos diseñados para indagar la autovaloración personal y la percepción del sostén social. Enmarcado dentro de un enfoque cuantitativo, su diseño sin experimentos de corte transversal, este trabajo busca dilucidar los vínculos existentes entre ambas dimensiones psicosociales en un instante específico del desarrollo académico. Esta

aproximación permite trazar un retrato fidedigno de las condiciones subjetivas que configuran el bienestar emocional, así como de las redes de apoyo que nutren o limitan su experiencia formativa. Esta aproximación metodológica facilita el análisis de patrones significativos y proporciona una base empírica para futuras intervenciones en el ámbito educativo.

1.5.3 Justificación práctica.

El informe cobró gran relevancia al abordar dos dimensiones esenciales en el ámbito educativo: el apoyo social y la autoestima. Analizar la relación entre ambas variables permitió una comprensión más amplia del desarrollo personal y académico de los estudiantes. La evaluación del apoyo social resultó crucial para fortalecer la autoestima, lo cual, a su vez, impactó positivamente en el bienestar psicológico general del alumnado. Al identificar dicha relación, la investigación aportó datos significativos que servirán de base para la formulación de estrategias educativas más eficaces, orientadas al desarrollo integral del estudiante y a la promoción de relaciones interpersonales saludables. Todo ello no solo benefició el comportamiento inmediato de los estudiantes, sino que también proyectará efectos positivos en su rendimiento futuro y en su capacidad para afrontar retos académicos y personales con mayor equilibrio y resiliencia.

1.5.4 Justificación social.

A nivel social, el bienestar psicológico del universitario constituyó un eje fundamental por los elevados niveles de estrés y ansiedad. Esta investigación resaltó la relevancia del apoyo social como elemento clave en la construcción de la autoestima, un factor determinante que afecta a la salud mental y en el futuro desempeño profesional. Al abordar estas problemáticas, el estudio contribuyó al fortalecimiento de una formación integral, orientada a preparar al universitario para afrontar los retos complejos de la sociedad actual.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del problema

2.1.1. Antecedentes internacionales.

Fuentes et al. (2024), en su artículo titulado “La importancia del apoyo social y comunitario a jóvenes para prevenir y recuperarse de sus adicciones en Ecuador”, afirman que la finalidad primordial de la investigación consistió en discernir la trascendencia del sostén social y comunitario en los procesos de prevención y rehabilitación frente a las conductas adictivas en población adolescente. La estrategia metodológica se enmarcó en una revisión exhaustiva del acervo bibliográfico, fundamentada en enfoques descriptivos y en la recopilación ordenada de literatura científica proveniente de repositorios académicos reconocidos como Redalyc, Scielo y Google Scholar, entre otros. De los hallazgos emergió que el respaldo social constituye una fuente decisiva de anclaje emocional, favoreciendo en los jóvenes un sentimiento de arraigo identitario, vínculos afectivos significativos y herramientas psicosociales que les permiten hacer frente a las tensiones propias de los cuadros adictivos. En paralelo, se advirtió que el soporte emanado del entramado comunitario opera como un marco protector, ofreciendo espacios seguros y facilitando el acceso a servicios especializados en salud mental. Además, un aumento de un punto en la auto percepción de la escala de apoyo social se asocia con una reducción del 3.0% en el odds ratio (OR) de recaída al uso de drogas, con una probabilidad de 0.97 y un intervalo de confianza del 95% de 0.95 a 0.99. En síntesis, el estudio refrenda que tanto el entramado social inmediato como las redes comunitarias actúan como pilares esenciales en la mitigación del riesgo y en la restauración integral del bienestar en adolescentes afectados por problemáticas de adicción. Este estudio refuerza indirectamente la relevancia de la autoestima, especialmente en contextos de intervención psicosocial. En el caso de los estudiantes de Psicología, comprender esta relación es clave, ya que ellos deben ser capaces de integrar y aplicar este conocimiento en su futura práctica profesional al trabajar con poblaciones vulnerables.

Barrio (2020) desarrolló el estudio titulado “Bienestar psicológico, apoyo social percibido, compromiso académico y resiliencia en estudiantes universitarios en España”, con el propósito de identificar las correlaciones entre dichas variables

psicosociales y explorar su posible influencia mutua. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, transversal y correlacional. Se trabajó con una muestra intencionada de 107 estudiantes universitarios de entre 18 y 26 años. A los participantes se les aplicó un formulario digital que incluyó cuatro escalas validadas: la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (29 ítems), la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (12 ítems), la Escala UWES-S 9. Se halló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre todos los constructos del estudio. Adicionalmente, el modelo de regresión reveló que el bienestar psicológico, la resiliencia y el apoyo social percibido explicaron el 24.5% de la varianza del compromiso académico (R^2 ajustado = .245; $p < .001$), y que el bienestar psicológico fue explicado en un 54.6% por la resiliencia y el apoyo social percibido (R^2 ajustado = .546; $p < .001$). En términos descriptivos, los participantes reportaron niveles altos de bienestar psicológico ($M = 123.45$), mientras que el compromiso académico ($M = 3.44$) y la resiliencia ($M = 27.30$) alcanzaron niveles moderados. El apoyo social percibido, si bien generalizado, se manifestó principalmente en la dimensión de amistades, por encima de la familia o figuras relevantes. En conclusión, este estudio evidenció empíricamente que los estudiantes universitarios con mayores niveles de resiliencia y percepción de apoyo social tienden a presentar un mayor bienestar psicológico y, en consecuencia, una mayor implicación académica. Este hallazgo es fundamental en la formación del estudiante de Psicología, pues su compromiso académico y estabilidad emocional influirán directamente en la calidad del acompañamiento que puedan brindar a otros. La autoestima no solo es un recurso personal, sino una herramienta clave en el desarrollo de competencias clínicas.

Coila (2024) desarrolló una investigación titulada "Cansancio emocional y apoyo social percibido en estudiantes universitarios que trabajan de una universidad pública de Arequipa". Se buscó la relación entre el nivel de cansancio emocional y la percepción de apoyo social en una población universitaria que enfrentaba simultáneamente las exigencias académicas y laborales, situación cada vez más común en el contexto educativo peruano. Para tal fin, la investigación adoptó un enfoque cuantitativo, sin experimentos, y de tipo descriptivo correlacional. La muestra estuvo compuesta por 179 estudiantes. La técnica de recolección de datos fue la encuesta. Este resultado reveló una relación negativa de baja intensidad entre las variables de estudio, lo que significa que, en la medida que los estudiantes perciben un mayor apoyo social, sus niveles de cansancio emocional tienden a disminuir. Este hallazgo sugiere que las redes de soporte

social, ya sean familiares, amistosas o de otros vínculos significativos, actúan como un amortiguador frente al agotamiento emocional generado por la doble carga de estudiar y trabajar. En cuanto al apoyo social percibido, el 53.1% de los estudiantes indicó contar con un nivel medio de apoyo, siendo la familia la fuente más valorada, seguida por amigos y otras personas significativas. Al desagregar los datos por año de estudios, se observó que los alumnos de primer y cuarto año presentaron las percepciones más altas de apoyo, lo cual podría vincularse con el acompañamiento inicial del entorno familiar y, posteriormente, con la consolidación de redes entre pares. Para los estudiantes de Psicología, que muchas veces también estudian y trabajan, el desgaste emocional puede interferir en su empatía y juicio clínico. Por ello, cultivar una autoestima sólida desde la formación universitaria es determinante para sostener su salud mental y desempeño profesional.

Mora et al. (2021) llevaron a cabo el estudio titulado “Apoyo social percibido, autoestima y maternidad adolescente: entre el respeto y la intrusión. Estudio en Traiguén, Chile”, con el objetivo de comprender cómo las madres adolescentes experimentan el apoyo social y cómo este influye en su autoestima durante la maternidad. El trabajo se centró en un contexto rural y vulnerable del sur chileno. El estudio fue de tipo cualitativo, con diseño fenomenológico interpretativo. La muestra incluyó a diez adolescentes entre 14 y 19 años de la comuna de Traiguén, quienes participaron en entrevistas semiestructuradas. Estas indagaron su percepción sobre el apoyo recibido por parte de familia, pareja, amigos e instituciones, y cómo este influyó en su autovaloración. Mediante análisis temático, se identificaron tres categorías: respeto, intrusión y reconstrucción de la autoestima. El respeto fue visto como contención emocional sin juicios, mientras que la intrusión se asoció con control disfrazado de ayuda. El respeto fortaleció la autoestima; en cambio, el apoyo coercitivo generó sentimientos de inferioridad y dependencia. Además, el cansancio emocional y apoyo social, presentó relación negativa significativa $r = -0.17$, $p < 0.01$. El estudio concluyó que el apoyo social no siempre es beneficioso: su efecto depende de cómo se brinda. La maternidad adolescente no deteriora la autoestima por sí sola, sino que son las narrativas sociales las que la condicionan. Así, el respeto a la autonomía es clave para que el apoyo social tenga un impacto positivo. Este matiz es clave para futuros psicólogos, quienes deberán distinguir entre apoyo funcional y disfuncional en la práctica profesional, considerando cómo ello impacta en la autoestima del consultante.

Velásquez Montero (2021) llevó a cabo el estudio titulado “Apoyo social percibido, resiliencia y funcionamiento familiar en estudiantes universitarios durante

confinamiento obligatorio por la COVID-19 en Barranquilla”, con enfoque cuantitativo, diseño transversal y alcance correlacional, se trabajó con una muestra de 103 estudiantes. El 79.6% cumplía aislamiento domiciliario y el 61.2% había salido entre una y cinco veces durante ese periodo. Predominaron mujeres (75.7%) y estudiantes solteros (91.3%), mayoritariamente del estrato 2. El 38.8% reportó un nivel medio de apoyo social, principalmente proveniente de personas externas al núcleo familiar, que en su mayoría fue de tipo nuclear (34%) pero con dinámicas caóticas. Los análisis estadísticos evidenciaron una correlación directa entre adaptabilidad familiar, resiliencia y apoyo percibido. Además, se evidenció una correlación negativa estadísticamente significativa entre el apoyo social percibido y el cansancio emocional ($r = -0.278$; $p = 0.001$). Se concluyó que el fortalecimiento del funcionamiento familiar influye positivamente en la percepción de apoyo y en la capacidad de afrontamiento en contextos de crisis. En la carrera de Psicología, los estudiantes no solo deben sostener su bienestar, sino también desarrollar herramientas resilientes para acompañar a otros. Por ello, su autoestima representa un eje estructural en su proceso formativo.

Luján (2021), en su tesis titulada “Apoyo social en línea y fuera de línea y su relación con la autoestima adolescente en Argentina”, afirma que su investigación tuvo como propósito cardinal explorar la magnitud del apoyo social percibido en contextos digitales y presenciales, y su vinculación con los niveles de autoestima en una población de adolescentes argentinos. La estrategia metodológica empleada fue de corte empírico, no experimental, con diseño transversal y alcance correlacional-descriptivo, aplicada a una muestra compuesta por 121 jóvenes entre los 12 y 16 años de edad. Los hallazgos pusieron en evidencia que los participantes presentaban, en términos generales, una percepción intermedia del apoyo recibido, tanto en entornos virtuales como en interacciones cara a cara. Del mismo modo, los niveles de autoestima también se situaron predominantemente en un escalón moderado. A través del análisis estadístico, se detectaron asociaciones positivas de carácter significativo entre el soporte social experimentado en la vida real y la autovaloración personal, así como entre la interacción social mediada por tecnologías y el grado de autoestima. Cabe señalar que, hubo correlación significativa entre el apoyo social en línea y la autoestima de los adolescentes ($r = 0.422$; $p < 0.01$). En términos conclusivos, se constató que el entramado de relaciones sociales, independientemente de su modalidad —virtual o presencial—, guarda una relación directa con la configuración de la autoestima adolescente, revelando así la importancia de los lazos afectivos

como pilares estructurales del desarrollo psicoemocional juvenil. Dado que los futuros psicólogos deberán intervenir en entornos tanto presenciales como digitales, el fortalecimiento de su propia autoestima los prepara para comprender mejor las dinámicas emocionales de sus consultantes y evitar sesgos en la interpretación clínica.

González (2021), en su artículo titulado “Apoyo social, autoestima y bienestar subjetivo en escolares. El caso de México y Argentina en México y Argentina”, analizó si la autoestima media la relación entre apoyo social y bienestar subjetivo. La metodología incluyó dos estudios, uno con niños mexicanos y otro con niños argentinos, con una muestra total de 207 escolares de entre 11 y 15 años. El resultado fue que la asociación entre los constructos fue significativa, excepto en la afectividad negativa, con modelos de regresión significativos. Se encontró una correlación negativa y significativa entre el apoyo social percibido y la sintomatología depresiva ($r = -0.53$; $p < 0.01$). En conclusión, el modelo de trayectoria propuesto fue parcialmente validado, y se recomienda continuar validando y considerar variables contextuales como el entorno familiar y académico para explicar aspectos que dañan al bienestar. Este hallazgo permite reflexionar sobre el rol preventivo de la autoestima en la salud mental. Para un estudiante de Psicología, no solo es importante desarrollar esta capacidad, sino también identificar su ausencia en otros y abordarla con empatía e idoneidad técnica.

2.1.2. Antecedentes nacionales.

Veliz (2020) desarrolló la investigación titulada “Autoestima y apoyo social percibido en universitarios que hacen uso de redes sociales” como parte de su formación profesional en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. La investigación tuvo como eje cardinal indagar la vinculación existente entre la magnitud de la autoestima y la intensidad del soporte social estimado mediante la interacción en plataformas digitales. Se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, diseño transversal y carácter asociativo, aplicándose a una muestra intencionada de 150 jóvenes entre 18 y 25 años. Se utilizaron dos escalas, ambas validadas culturalmente. Los resultados mostraron correlaciones significativas entre algunas dimensiones del apoyo social percibido y los niveles de autoestima, según el coeficiente de Spearman. Se evidenció que un mayor uso de redes sociales se asocia con una creciente necesidad de apoyo social virtual, funcionando como posible compensación ante déficits en la interacción presencial. Además, el 74%

de los participantes con uso intensivo de redes presentó niveles medios o bajos de autoestima. Se encontró una correlación positiva significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima ($r = 0.430$; $p = 0.000$). Se concluyó que el entorno digital influye en el bienestar psicológico juvenil, destacando la necesidad de intervenciones educativas que promuevan el uso consciente y saludable de las redes. Este estudio ofrece valiosa información para los estudiantes de Psicología, quienes deben comprender las nuevas dinámicas de socialización digital y su vínculo con la autovaloración. Fortalecer su propia autoestima les permite actuar con mayor criterio profesional en entornos donde la salud mental se ve condicionada por las redes sociales.

Puma (2024) llevó a cabo una investigación titulada “Apoyo social y autoestima en estudiantes adolescentes de un colegio público de Lima Metropolitana”, como parte del proceso para optar por el título profesional de Licenciada en Psicología. Se exploró la relación entre la autoevaluación psicoafectiva y la percepción del apoyo social en adolescentes de secundaria, mediante un diseño correlacional transversal aplicado a 216 estudiantes entre 14 y 18 años. Se utilizaron dos instrumentos psicométricos validados. Los resultados revelaron una correlación significativa ($\rho = 0.260$; $p < 0.05$) entre ambas variables. El 50.5% de los estudiantes mostró autoestima regular, el 44.9% baja y solo el 4.6% alta; en cuanto al apoyo social, el 49.07% lo percibió como regular, el 28.85% bajo y el 24.07% alto. Se concluyó que el apoyo social favorece el fortalecimiento de la autoestima y el bienestar emocional, recomendándose implementar talleres socioemocionales y redes de apoyo escolar. En el caso de los estudiantes de Psicología, estos resultados permiten entender cómo los vínculos sociales desde etapas tempranas configuran la autoestima, una dimensión clave para su futura intervención en escenarios escolares o juveniles.

Riquez y León (2024), en su tesis titulada “Efecto del apoyo social familiar sobre el ajuste escolar, la autoestima y la satisfacción con la vida en adolescentes peruanos en Lima”, presentaron el objetivo fue determinar el efecto del apoyo social familiar sobre el ajuste escolar, la autoestima y la satisfacción con la vida en adolescentes. La metodología fue de diseño explicativo transversal, con una muestra de 512 adolescentes de entre 12 y 18 años de instituciones públicas y privadas. El resultado fue que el apoyo social familiar tuvo un efecto positivo sobre el ajuste escolar, la autoestima y la satisfacción con la vida, siendo también el ajuste escolar un factor de mejora de la autoestima con la satisfacción. Cabe señalar que el apoyo social familiar tuvo relación con la autoestima con un $p < 0.05$. En

conclusión, el apoyo familiar dentro de un entorno positivo en la escuela es básicas para que se encuentren bien, influyendo significativamente en su acuerdo escolar, autoestima y satisfacción con la vida. El modelo de relación identificado entre ajuste escolar y autoestima resulta especialmente relevante para los estudiantes de Psicología, pues estos deben reconocer cómo los factores familiares y académicos pueden ser abordados terapéuticamente desde un enfoque psicoeducativo.

Rojas (2023), en su tesis titulada “Apoyo social y autoestima en estudiantes de V y VI ciclo de instituciones educativas de Huancayo-2023”, afirma que su estudio indagó el nexo existente entre la percepción del sustento socioafectivo y la autovaloración personal en un grupo de discentes. El estudio se enmarcó en el paradigma empírico-analítico, sin experimentos, corte transversal y alcance correlacional, permitiendo analizar relaciones sin manipulación de variables. Se trabajó con una muestra representativa de 110 estudiantes, extraída de una población de 160, utilizando dos instrumentos adaptados al contexto peruano: el Cuestionario MOS de Apoyo Social y la Escala de Autoestima de Rosenberg, ambos con alta fiabilidad. El análisis estadístico arrojó una correlación positiva alta ($\rho = 0.716$; $p = .000$), lo que permitió demostrar la conexión. Se concluyó que un mayor apoyo social percibido se asocia con niveles más altos de autoestima, destacando que los estudiantes con redes emocionales sólidas muestran mayor autovaloración y confianza personal. Este estudio reafirma la relevancia de las redes afectivas en el fortalecimiento de la autoestima. Para el estudiante de Psicología, esta dimensión no solo lo protege emocionalmente, sino que potencia sus habilidades interpersonales en el ejercicio profesional.

Melchor et al. (2021), en su artículo *Apoyo social de familia, profesorado y amigos, ajuste escolar y bienestar subjetivo en adolescentes peruanos*, analizaron cómo el apoyo social percibido y el ajuste escolar influyen en el bienestar subjetivo de los adolescentes. La investigación, realizada con 1,035 estudiantes de educación secundaria en Lima, revela que el bienestar subjetivo es crucial para el desarrollo positivo de los jóvenes. Se probaron dos modelos teóricos, uno con intervención parcial y otra intervención total. Se encontró una correlación positiva y significativa entre el apoyo social y la autoestima ($r = 0.623$; $p = 0.000$). Los hallazgos indican una alta cabida predictiva del apoyo social sobre el ajuste escolar, y, de este último, sobre el bienestar subjetivo. Se destaca el fuerte impacto del apoyo familiar en el bienestar de los adolescentes, sugiriendo la necesidad de cultivar el bienestar subjetivo en las escuelas como parte de la psicología positiva. El enfoque de la psicología positiva subrayado en este estudio es altamente

aplicable a la formación en Psicología. La autoestima se convierte aquí en un recurso de desarrollo personal y profesional, esencial para el ejercicio ético y empático del futuro psicólogo.

2.1.3. Antecedentes locales.

Caciano (2023), en su tesis titulada “Relación entre estrés académico y apoyo social percibido en estudiantes de Psicología de una universidad particular - 2021 en Huancayo”, afirmó que su investigación tuvo como objetivo explorar la relación entre el estrés académico y la percepción de apoyo social en estudiantes de Psicología, empleando un enfoque cuantitativo con diseño descriptivo-correlacional y corte transversal. La muestra incluyó a 386 participantes, utilizando dos instrumentos validados: el Inventario SISCO y el Cuestionario MOS. Los análisis estadísticos arrojaron coeficientes de correlación muy bajos (entre -0.001 y -0.048), indicando que no existe una relación significativa entre ambas variables. Cabe señalar que se encontró una correlación positiva y significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima ($r = 0.691$; $p = 0.000$). Se concluyó que el apoyo social percibido no actúa como modulador del estrés académico en esta población, posiblemente debido a factores contextuales o personales adicionales. Este estudio, realizado con estudiantes de Psicología como grupo focal, resulta clave para comprender cómo, aunque el apoyo social no mitigue directamente el estrés académico, sí tiene un efecto fortalecedor sobre la autoestima. Para los futuros psicólogos, sostener una autoestima elevada es esencial, ya que esta influye en su autoconfianza, manejo emocional y capacidad de contención al intervenir en casos clínicos.

Panduro y Fernández (2023), en su tesis titulada “Apoyo social percibido y calidad de vida en adultos mayores del programa pensión 65 de Pucara-Huancayo, 2022” en Huancayo, afirmaron que su estudio tuvo como propósito explorar la relación entre el apoyo social percibido y la calidad de vida en adultos mayores beneficiarios del programa Pensión 65, reconociendo la importancia de los factores psicosociales en el bienestar integral de esta población. La investigación se enmarcó dentro de una metodología de tipo básica, con un diseño no experimental, transversal y de alcance correlacional, lo que permitió identificar asociaciones sin intervenir directamente en las variables analizadas. La muestra estuvo conformada por 126 adultos mayores, seleccionados mediante un muestreo censal, lo que garantizó la inclusión de todos los sujetos pertenecientes al universo de estudio.

Para el análisis estadístico, se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman, obteniéndose un valor de 0.532 con un nivel de significancia $p = .000$, lo que evidencia una relación positiva y significativa entre el apoyo social percibido y la calidad de vida. En términos interpretativos, los resultados permiten afirmar que el respaldo emocional brindado por la familia incide directamente en la manera en que los adultos mayores valoran su bienestar físico, emocional y social. El entorno afectivo cercano actúa como un pilar protector que influye en la percepción de autonomía, seguridad y satisfacción vital en esta etapa del ciclo vital. En consecuencia, se sugiere ampliar futuras investigaciones para considerar otros determinantes psicosociales, tales como la resiliencia, el sentido de propósito o el funcionamiento comunitario, con el fin de diseñar estrategias integrales que potencien la calidad de vida de este grupo vulnerable. Aunque no aborda directamente a estudiantes de Psicología, este estudio resalta el papel del entorno afectivo como modulador de dimensiones psicosociales clave. Esta comprensión es esencial para quienes estudian Psicología, ya que su autoestima no solo debe sostenerse para el bienestar personal, sino también para desarrollar la sensibilidad y competencias necesarias en el acompañamiento de poblaciones vulnerables, como los adultos mayores.

Soza (2022), en su tesis titulada “Apoyo social percibido y conductas sexuales de riesgo en adolescentes de una institución educativa secundaria, Lima, 2022”, afirma que, desde un enfoque investigativo caracterizado por la rigurosidad metodológica y el afán de desentrañar las dinámicas psicosociales que configuran la adolescencia, el propósito medular de la presente indagación consistió en dilucidar la correspondencia existente entre la percepción del apoyo social y la manifestación de conductas sexuales temerarias en jóvenes escolares. La estrategia metodológica adoptada se enmarcó dentro de un estudio de naturaleza básica, sustentado en un diseño no experimental, orientado a observar los fenómenos sin manipular las variables en estudio. La población analizada estuvo compuesta por un conglomerado de 80 discentes, quienes representaron el universo muestral seleccionado para la investigación. La recolección de datos se realizó mediante un cuestionario estructurado y sometido a juicio de expertos, cuya consistencia interna fue ratificada mediante el estadístico Alfa de Cronbach, alcanzando un coeficiente de fiabilidad sobresaliente de 0.988. Los hallazgos revelaron una correlación positiva estadísticamente significativa entre la percepción de respaldo social y la propensión a involucrarse en prácticas sexuales de carácter riesgoso por parte de los adolescentes examinados. Cabe mencionar que se halló

una correlación positiva significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima ($r = 0.720$; $p = 0.000$). Esta evidencia empírica permitió concluir que el soporte social que los jóvenes creen recibir no necesariamente opera como un factor protector, sino que, en el contexto analizado, se configura como un elemento que podría potenciar la asunción de comportamientos sexuales expuestos a consecuencias perjudiciales. Así, se devela una paradoja que amerita mayor exploración desde perspectivas psicológicas, educativas y sociales. Este hallazgo refleja una de las complejidades que los estudiantes de Psicología deben aprender a interpretar: el apoyo social no siempre tiene efectos positivos si no está mediado por una autoestima saludable. Por tanto, para quienes se están formando como psicólogos, consolidar su propia autoestima les permitirá entender mejor estas dinámicas ambivalentes en sus futuros contextos de intervención.

Resumen de antecedentes relacionales sobre apoyo social percibido y autoestima:

Las investigaciones examinadas en los contextos internacionales, nacionales y locales indican constantemente que el apoyo social percibido se correlaciona positivamente con la autoestima, aunque con variaciones en la metodología y las características demográficas.

A escala internacional, las investigaciones realizadas por Mora et al. (2021) en Chile y Luján (2021), en Argentina, demuestran que el apoyo social tiene un impacto significativo en el desarrollo de la autoestima en los jóvenes. Este hallazgo subraya el rol crítico tanto de la calidad como de la naturaleza del apoyo brindado. En este contexto, González (2020) realizó un análisis comparativo entre México y Argentina, revelando que la autoestima funciona como una variable mediadora en la relación entre el apoyo social y el bienestar subjetivo.

En el contexto nacional, la investigación realizada por Puma (2024) y Veliz (2020) proporciona evidencia de una correlación positiva entre el apoyo social y la autoestima entre los estudiantes universitarios. Ambos estudios emplearon enfoques correlacionales que identificaron que niveles más altos de apoyo percibido, especialmente familiar, estaban asociados con niveles más altos de autoestima. Esta afirmación es corroborada por los hallazgos presentados por Riquez y León (2024), quienes establecieron que el apoyo familiar tiene un impacto beneficioso en la autoestima.

A nivel local, Rojas (2023) demostró una fuerte correlación positiva entre las dos variables en los estudiantes universitarios ($\rho = 0.716$; $p < .001$), reafirmando así la relación funcional entre las redes de apoyo y la autoestima individual.

Deficiencias identificadas en el estado actual de la investigación:

Los datos analizados indican una asociación significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima en varias poblaciones. En este contexto, aunque la relación entre las dos variables se ha examinado ampliamente entre la población estudiantil, sigue habiendo una escasez de investigaciones centradas específicamente en los estudiantes de psicología universitaria. Dada la naturaleza reflexiva y emocionalmente intensiva de su capacitación profesional, estas personas exhiben características únicas en su percepción del apoyo social y su influencia en el desarrollo de su autoestima.

2.2 Bases teóricas

2.1.4. La autoestima.

Para Fernández y Tecglen (2022), es el valor que nos damos a nosotros mismos, es decir, cómo nos estimamos y valoramos, y cuánto creemos que somos valiosos. Tener una buena autoestima es básica para el desarrollo del área emocional, pues afecta directamente nuestra interacción con el mundo. Esta se desarrolla a lo largo de la vida, siendo la infancia una etapa clave en su formación.

Constituye el juicio introspectivo que el individuo emite respecto a su propia valía, sustentado en la interacción compleja de ideas, afectos, percepciones internas y vivencias adquiridas a lo largo de su trayectoria existencial. Esta evaluación puede agruparse en una sensación positiva (autoestima alta) o negativa (autoestima baja), y no es permanente, sino que cambia con nuestras interacciones sociales y físicas. La autoestima, que se forma a partir de las relaciones con los demás y la imagen que proyectan de nosotros, es crucial para un buen ajuste emocional, salud mental, y relaciones satisfactorias. Una autoestima saludable permite enfrentar los retos de la vida con seguridad, mientras que una baja autoestima genera inseguridad y aumenta el riesgo de problemas psicológicos (Quiles Sebastián, 2021).

Teorías

Modelo de Autoestima de Rosenberg

Entre los marcos más reconocidos y empíricamente utilizados para la conceptualización y evaluación de la autoestima, se encuentra el modelo introducido por Morris Rosenberg en 1965. El autor conceptualiza la autoestima como una disposición evaluativa, que abarca una percepción favorable o desfavorable de uno mismo, que se interpreta como el juicio general de un individuo con respecto a su valor intrínseco. Para reformular, el enfoque no está en habilidades o logros particulares, sino en una autopercepción más amplia. Rosenberg conceptualiza la autoestima como una construcción unidimensional, lo que indica que puede evaluarse a través de una escala continua singular que abarca el espectro de una autoestima alta a baja. Para evaluar esta construcción, se formuló la escala de autoestima de Rosenberg (RSE), que consta de diez elementos que incorporan afirmaciones positivas y negativas. Esta escala ha exhibido una validez y confiabilidad sustanciales en varios entornos culturales y demográficos (Torres, 2017).

Este modelo tiene un significado particular para la investigación empírica dentro de los dominios de la educación y la psicología, ya que permite la conceptualización de la autoestima como una variable latente que puede inferirse de los indicadores observables, mejorando así su examen estadístico a través de metodologías psicométricas como el análisis factorial o el modelado de la ecuación estructural (Torres, 2017).

Modelo de Apoyo Social Percibido de Zimet

Por el contrario, el modelo presentado por Zimet en 1988 presenta una perspectiva multidimensional sobre el apoyo social percibido, definida como la evaluación subjetiva de un individuo tanto de la disponibilidad como de la calidad de apoyo obtenida de su entorno social. A diferencia de los modelos estructurales que examinan el tamaño de la red o la frecuencia de la interacción, la metodología de Zimet enfatiza la interpretación del individuo y la valoración del soporte recibido, independientemente de su frecuencia o cantidad (Nicho et al., 2023). La escala multidimensional de apoyo social percibido (MSPSS), una herramienta conceptualizada por Zimet et al., evalúa el apoyo social en tres dimensiones distintas:

- Apoyo familiar

- Apoyo de amigos
- Ayuda emocional o instrumental de una pareja romántica

Cada dimensión se evalúa utilizando cuatro elementos distintos, facilitando un análisis matizado de las diversas fuentes de apoyo. Este marco ha sufrido validación en una variedad de poblaciones y demuestra una alta consistencia interna, facilitando así la medición de la construcción latente del apoyo social con una base empírica robusta y replicable (Nicho et al., 2023).

Las características de la autoestima

Se manifiestan en diferentes niveles que pueden variar según la persona y la etapa de su vida. Es posible que una misma persona experimente distintos niveles de autoestima dependiendo del ámbito en el que se desenvuelva, sintiéndose segura en un área y vulnerable en otra. Esta percepción personal es crucial para la salud psicológica, ya que tanto una baja como una alta autoestima prolongadas en el tiempo pueden derivar en trastornos de depresión y ansiedad, afectando, también, la salud física. En casos extremos, es necesario el apoyo profesional (Equipo editorial, Etecé, 2023).

La autoestima emerge de las fuentes como una evaluación fundamental y compleja del propio ser. No es un concepto sencillo, pues existe controversia en su conceptualización y a menudo se entrelaza con nociones distintas como el autoconcepto o la autoimagen, aunque se reconocen como construcciones diferentes pero interconectadas. Esta se comprende como la autovaloración de la persona, una forma de juicio interno que expresa el grado en que se percibe a sí mismo como valioso, competente y merecedor de bienestar. Esta percepción se configura a partir de una síntesis acumulativa de pensamientos, emociones, sensaciones y vivencias que, con el transcurso del tiempo, moldean una representación subjetiva del yo (Minev et al., 2018).

Se considera una necesidad humana indispensable para un desarrollo personal saludable. Esta evaluación del valor propio no es estática; su desarrollo comienza desde el nacimiento y cambia constantemente bajo la influencia de la experiencia. La adolescencia es señalada como un período particularmente crucial para su formación. La trayectoria típica a lo largo de la vida muestra un aumento desde la adolescencia hasta la mediana edad, un pico alrededor de los 50-60 años, y luego una disminución en la vejez. No obstante, una fuente sugiere que, en los

adultos, la autoestima puede ser una característica relativamente inmutable y difícil de influenciar experimentalmente, un punto que contrasta con la evidencia de su desarrollo vital y la posibilidad de mejorarla (Minev et al., 2018).

La autoestima se ve influenciada por una diversidad de factores. Las experiencias vitales y las interacciones sociales juegan un rol crucial. Algunas habilidades personales, como la toma de decisiones, el liderazgo y la comunicación, han sido identificadas como predictores de la autoestima. Específicamente, las habilidades de comunicación pueden afectarla y aumentarla positivamente, mientras que la participación respecto a la decisión a tomar es considerada una forma efectiva de construirla. El trabajo en equipo, al fomentar el compromiso, el sentido de pertenencia, la colaboración y la confianza, puede llevar a un mejor rendimiento y, a su vez, incrementar la autoestima de los miembros (Minev et al., 2018).

Experiencias en entornos desafiantes, como los deportes de montaña, pueden impactar en la confianza y la autoestima. De hecho, la actividad física se considera una forma de desarrollar el potencial personal y mejorar aspectos psicosociales como la autoestima. Sin embargo, incluso dentro del deporte, las fuentes revelan complejidades; por ejemplo, en atletas de montaña, el autoconcepto físico pudo estar negativamente relacionado con la autoestima, posiblemente debido a la autocrítica, la comparación y el impacto de las lesiones. En contraste, el autoconcepto social y el autoconcepto emocional se relacionaron positivamente con la autoestima en estos atletas. Factores socio-académicos como la edad y el sexo, también, pueden estar relacionados, aunque con resultados variables según los estudios.

La autoestima tiene influencia en casi todas las áreas de la vida. Está profundamente relacionada con el bienestar y la felicidad. Tener un buen nivel de autoestima permite disfrutar y lograr una mayor satisfacción con la vida. Fortalecerla puede mejorar los niveles de satisfacción vital. Asimismo, desempeña una función determinante en la configuración de la motivación, las disposiciones afectivas y las conductas individuales. En el contexto educativo, se perfila como un componente relevante vinculado tanto al logro académico como al impulso intrínseco por aprender. No obstante, la evidencia empírica sobre su relación con el rendimiento académico presenta matices: mientras ciertos estudios no hallan vínculos estadísticamente significativos, otros sí reportan correlaciones directas o

incluso nexos más intrincados, como aquellos donde la interacción entre los estilos decisionales y el desempeño académico se encuentra modulada por el nivel de autoestima del estudiante (Martín et al., 2023).

Tipos de autoestima

Según Amezquita (2018)

1. Autoestima Alta (Normal): hay amor por uno mismo, valoración y aceptación. Reconoce sus fortalezas y áreas de mejora, disfruta de su vida y enfrenta retos con confianza.
2. Autoestima Baja: no se valora ni acepta, ve sus talentos como inferiores a los de los demás, siente inseguridad y tiende a evitar riesgos, lo que puede generar sentimientos de culpa y pesimismo.
3. Autoestima Inflada: la persona se valora de manera exagerada, cree que es superior a los demás, siempre tiene la razón, y no considera riesgos en sus acciones. Esta actitud puede llevar al rechazo social.

Elementos de la autoestima

Según Amezquita (2018)

Auto concepto: es la percepción que una persona tiene de sí misma, que se forma a lo largo de la vida. Este concepto es multidimensional y abarca diferentes roles que una persona puede desempeñar (por ejemplo, como profesional, amigo o familiar). El auto concepto puede variar con el tiempo, dependiendo de las circunstancias y relaciones. En la adolescencia, se presenta la capacidad de comparar diferentes aspectos de su identidad, y a medida que maduran, aprenden a coordinar y normalizar estas percepciones contradictorias.

Auto respeto: alude a la apreciación introspectiva que un individuo elabora respecto de su propia identidad. Comprende la capacidad de identificarse con sus virtudes y limitaciones, integrándolas con ecuanimidad y fomentando una disposición constructiva y benevolente hacia su propia persona.

Auto conocimiento: es el entendimiento profundo de uno mismo, que incluye la identificación de emociones, valores y motivaciones. Este conocimiento es relevante para que se desarrolle la autoestima saludable, pues permite a todos entender sus necesidades y limitaciones.

Factores de la Autoestima

Resiliencia: siendo la capacidad de crecer y desarrollarse pese a diversas situaciones. Permite que un individuo, aunque provenga de un entorno difícil, tome decisiones que favorezcan su bienestar y se convierta en un adulto competente.

Valores: actúan como la estructura del pensamiento de una persona, guiando su toma de decisiones y comportamiento. Un sistema de valores sólido promueve la coherencia de lo que uno, se siente y se actúa, y es fundamental para el logro de metas personales. La educación en valores fomenta el autoconocimiento y la construcción de juicios críticos sobre la realidad.

Tiempo Libre: es esencial para el desarrollo personal, ya que permite a las personas reflexionar sobre sus deseos y necesidades sin la presión externa. El tiempo libre es una fuente de experiencias que pueden enriquecer la vida de un individuo.

Proyecto de Vida: se configura como un proceso deliberado que involucra la definición estructurada de metas personales a corto, mediano y largo plazo, orientadas al crecimiento integral del individuo. Este proceso no solo representa una hoja de ruta existencial, sino que además otorga significado y dirección a la trayectoria vital, permitiendo que las decisiones cotidianas se alineen con aspiraciones profundas y valores personales. Fomenta la autoexploración y permite el crecimiento integral a través de la construcción de un futuro deseado.

Importancia de la Autoestima

La autoestima, ese cimiento invisible de nuestro ser, representa la evaluación interna y la percepción que una persona tiene sobre su propio valor. Es un factor intrínseco que moldea nuestra interacción con el mundo y, para los estudiantes universitarios, su importancia trasciende lo personal, entrelazándose con su desempeño académico, bienestar psicológico y preparación para el futuro (Minev et al., 2018).

En la universidad, la autoestima se revela como una brújula esencial para el bienestar general y la felicidad. Una autoestima elevada se ha asociado con una mayor retención estudiantil, un mejor bienestar emocional y, a futuro, un desempeño laboral más sólido. Por el contrario, los estudiantes con baja autoestima enfrentan el riesgo de tener un desempeño deficiente en entrevistas de trabajo;

aquellos con alta autoestima, en cambio, tienden a emplear mejores estrategias de búsqueda de empleo y a recibir evaluaciones más positivas. Dada esta relevancia, las instituciones universitarias son llamadas a atender el bienestar psicológico de sus estudiantes, priorizando el fomento de la autoestima como parte integral de su formación (Minev et al., 2018).

Relacionar a la autoestima y el rendimiento académico ha sido objeto de estudio con resultados variados, reflejando la complejidad de esta interacción. Algunas investigaciones sugieren una conexión positiva, donde promedios de calificaciones más altos se correlacionan con una mayor autoestima. No obstante, otros informes no reportaron como se relaciona el rendimiento académico y la autoestima, e incluso hay hallazgos que indican que una autoestima alta no tiene un efecto positivo en el rendimiento escolar, y una autoestima artificialmente inflada podría incluso empeorarlo. Esta diversidad de resultados subraya que la conexión entre ambos factores no es unidireccional ni simple (Minev et al., 2018).

Una esfera en la donde se presencia a la autoestima es en la consolidación de competencias para el trabajo colaborativo. Las destrezas asociadas al desempeño en equipo constituyen no solo recursos esenciales dentro del ámbito académico y laboral, sino también mecanismos que inciden positivamente en el equilibrio psicoemocional y la autovaloración personal de los estudiantes. La evidencia empírica ha demostrado una asociación directa entre el nivel de autoestima y la competencia general para interactuar eficazmente en dinámicas grupales, lo cual sugiere que quienes presentan una percepción positiva de sí mismos tienden a involucrarse con mayor seguridad, empatía y asertividad en contextos colectivos.

En particular, se ha identificado que habilidades específicas como el liderazgo, al momento de decidir y la comunicación efectiva constituyen predictores relevantes del nivel de autoestima, al permitir a los individuos asumir roles activos, influir constructivamente en su entorno y expresarse con claridad. La incorporación sistemática de estrategias formativas orientadas al fortalecimiento del liderazgo y la participación cuando se decide no solo mejora las competencias interpersonales, sino que además favorece el desarrollo de una autoestima robusta y funcional. En este sentido, implicar activamente al estudiante en procesos decisionales, tanto en contextos académicos como extracurriculares, representa una vía eficaz para reforzar su percepción de autoeficacia y autoconfianza, pilares fundamentales para

su desarrollo integral. Además, el aprendizaje cooperativo, especialmente al iniciar con trabajo en parejas para estudiantes con menos experiencia, puede ser beneficioso para la autoestima. El reconocimiento y la apreciación por el trabajo bien hecho por parte de los profesores también son herramientas poderosas para ayudar al alumnado a aumentar el nivel de autoestima (Minev et al., 2018).

Otros factores socio-académicos, como la edad y el género, también pueden influir en la autoestima. Algunas investigaciones han documentado diferencias significativas en la autoestima según el género, con niveles más bajos observados en mujeres en comparación con hombres, aunque otro estudio no encontró que el género fuera una variable determinante en la diferenciación de la autoestima en su muestra particular de estudiantes universitarios. En cuanto a la edad, algunos estudios sugieren que la autoestima tiende a aumentar desde la adolescencia hasta la edad adulta media (Amezquita, 2018).

En la adolescencia, un período crucial de desarrollo, la autoestima juega un papel vital. Se forma significativamente en el seno familiar, donde la actitud de los padres es de suma importancia. Durante este período, una autoestima realista es clave para la adaptabilidad del adolescente, quienes a menudo se preocupan excesivamente por la opinión de los demás (Equipo editorial, Etecé, 2023).

Componentes de la Autoestima

Componente Cognitivo: este componente se refiere al autoconcepto personal, que es la manera en que una persona se describe a sí misma en diversas dimensiones de su vida. Comprende las valoraciones subjetivas respecto a la identidad personal, incluyendo percepciones sobre el carácter individual, patrones de comportamiento y el sistema de convicciones que configuran la autocomprensión del sujeto. El autoconcepto se considera una representación mental de uno mismo como un ser físico, social y espiritual en un momento determinado (Quiles Sebastián, 2021).

Componente Afectivo: este constructo emerge como producto de la interpretación subjetiva que cada individuo realiza sobre su propia imagen, dando lugar a emociones que oscilan entre lo gratificante y lo adverso. Consiste en una apreciación evaluativa de los atributos personales, la cual desencadena reacciones emocionales asociadas al juicio introspectivo. En esencia, este elemento expresa el grado de complacencia o disconformidad que una persona experimenta al

confrontar su autoconcepto, revelando así la intensidad de su aceptación o rechazo interior (Quiles Sebastián, 2021).

Componente Conductual: este componente es la manifestación práctica de la valoración afectiva, que se expresa a través de decisiones e intenciones de actuar. Las acciones se deciden por el autoconcepto y por el esfuerzo que esté dispuesto a realizar para obtener reconocimiento, tanto propio como de los demás. Así, este componente se traduce en las acciones, verbalizaciones e intenciones que reflejan la valoración personal (Quiles Sebastián, 2021).

2.1.5. Apoyo social.

Se concibe como un componente esencial en la promoción del bienestar personal, relacional y colectivo, dado que cumple una función adaptativa frente a las exigencias y transiciones que emergen en el curso del desarrollo humano. Este constructo surge a partir del interés por desentrañar las dinámicas interpersonales y la inclinación natural de la persona con la vinculación, particularmente, en contextos de vulnerabilidad emocional, tensión o ambigüedad. Durante episodios de estrés o incertidumbre, la búsqueda de apoyo constituye una respuesta psicológica orientada a obtener validación emocional y orientación conductual. En efecto, este comportamiento puede entenderse como una manifestación de la necesidad de comparación social, un mecanismo mediante el cual las personas contrastan sus emociones y decisiones con las de los demás para disminuir la ambigüedad situacional y legitimar sus propias percepciones. Así, el apoyo social no solo representa una fuente de contención afectiva, sino también un recurso cognitivo que facilita el ajuste adaptativo frente a escenarios desafiantes. Además, investigaciones han demostrado que los vínculos sociales tienen efectos protectores en la salud, ayudando a mitigar los efectos adversos de situaciones estresantes. El apoyo social es particularmente importante en momentos de crisis, como durante una pandemia, cuando las tecnologías y redes sociales juegan un papel esencial en mantener y promover las conexiones sociales, incluso en aislamiento (Fiallo Armendáriz et al., 2020).

Importancia del apoyo social

Dentro del el bienestar y la salud es básica, ya que ayuda a reducir el estrés y proporciona una red de apoyo emocional y práctico. Aunque el concepto es

intuitivo, definirlo con precisión es crucial para entender su influencia en el bienestar psicológico y laboral. Las diversas formas de apoyo social incluyen la presencia de recursos emocionales, el afecto positivo, la valoración, el sentido de pertenencia, y la disponibilidad de ayuda. Investigadores destacan cuatro niveles de análisis: la integración social, la calidad de las relaciones, la ayuda percibida, y la actualización de ese apoyo. Cada uno complementa al anterior y explica cómo el apoyo social puede impactar positivamente en la salud y el manejo del estrés, mostrando su importancia en la vida cotidiana y laboral (Pérez & Martín, 2004).

El apoyo social emerge de las fuentes como un pilar fundamental en el entramado vital de las personas, tejiendo una red de sostén cuyas fibras se entrelazan con diversos aspectos del desarrollo y el bienestar. Lejos de una noción simplista, el apoyo social es un concepto complejo y multidimensional, sin una definición universal única, que abarca tanto la disponibilidad y existencia de individuos en quienes se puede confiar, quienes hacen sentir aprecio, valoración y afecto, como la percepción individual de ser valorado y cuidado por esta red social, especialmente en momentos de necesidad. Se manifiesta a través de distintas formas, incluyendo el apoyo emocional (empatía, calidez, amor, confianza), instrumental (ayuda material, servicios), informativo (sugerencias útiles, información) y de valoración (información para la autoevaluación) (Wei, 2022).

La trascendencia del apoyo social se vislumbra en su profundo impacto en la salud mental y el bienestar psicológico. Las fuentes lo señalan como un factor ambiental vital, esencial para mejorar la salud mental. Actúa como un amortiguador fundamental durante los períodos de estrés, contribuyendo a mantener el temple emocional general y a mitigar problemas tanto de salud mental como física. Numerosas investigaciones coinciden en señalar que niveles elevados de apoyo social percibido se correlacionan de manera consistente con indicadores positivos de salud mental en población universitaria.

Este vínculo ha sido evidenciado particularmente en contextos donde el respaldo proveniente de la familia y de figuras relacionales significativas contribuye a la disminución de síntomas ansiosos y depresivos, funcionando como un amortiguador emocional frente a las exigencias propias de la vida académica y personal (Wei, 2022). Durante momentos de crisis, el apoyo social efectivo proveniente de la familia, amigos o profesionales de la salud mental resulta fundamental para el manejo de la ideación suicida y la autolesión. Este respaldo

facilita períodos de recuperación, permitiendo a los estudiantes sentirse lo suficientemente cómodos como para compartir sus preocupaciones. El apoyo eficaz de toda la red de un estudiante es vital durante una crisis suicida y protege contra la progresión de pensamientos suicidas a intentos. El amor incondicional percibido de la familia se destaca específicamente por ayudar a resolver crisis suicidas y proteger contra autolesiones infligidas a causa de problemas de salud mental (Wei, 2022).

En el ámbito académico, el sostén social emerge como un componente fundamental en el entramado del desempeño educativo, incidiendo directamente en el nivel de implicancia académica, factor determinante en la consecución de logros escolares. En este contexto, la presencia solidaria de los pares cobra especial relevancia, pues se vincula estrechamente con una mayor adhesión afectiva al quehacer académico. La percepción de respaldo por parte del círculo amistoso contribuye a fortalecer la autoconfianza del estudiante, brindándole una sensación de resguardo emocional que facilita su desenvolvimiento en las distintas fases del proceso formativo (Vicary et al., 2024). Por otro lado, el apoyo familiar percibido juega un papel fundamental en el compromiso académico, fuertemente correlacionado con él, especialmente con el compromiso conductual. Los adolescentes que perciben apoyo familiar son más propensos a involucrarse en actividades académicas. En general, los estudiantes que perciben altos niveles de apoyo social se sienten más seguros al realizar tareas académicas, lo que lleva a un alto nivel de compromiso académico (Wei, 2022).

Más allá de su impacto directo, el apoyo social percibido ejerce una influencia significativa en el compromiso académico a través de un efecto mediador clave: la autoeficacia. Este constructo psicológico, definido como la convicción del individuo respecto a su capacidad para planificar, ejecutar y alcanzar con éxito metas y responsabilidades, es altamente sensible al entorno social en el que se desenvuelve el sujeto. En este sentido, las interacciones interpersonales de calidad, caracterizadas por el aliento, la retroalimentación positiva y la disponibilidad emocional, contribuyen a reforzar las creencias de competencia personal. El apoyo social, al ofrecer un contexto de seguridad afectiva y validación continua, permite que el estudiante internalice una percepción de sí mismo como agente eficaz, capaz de afrontar desafíos académicos con autonomía y perseverancia. Así, las relaciones significativas funcionan como espejos de autoeficacia, en tanto reflejan

expectativas positivas y confianza externa que son asimiladas como parte del autoconcepto.

Este proceso fortalece el compromiso académico, ya que los estudiantes con altos niveles de autoeficacia tienden a mostrar mayor motivación, constancia y resiliencia frente a las exigencias del entorno educativo (Vicary et al., 2024). El apoyo social es importante para establecer relaciones positivas y aumentar los niveles de autoconfianza. Los educandos que interpretan la presencia de respaldo proveniente del entorno escolar, del núcleo familiar y de sus pares, tienden a desarrollar una sensación de seguridad personal más robusta frente a situaciones retadoras. En tal sentido, una percepción elevada de sostén social se asocia con un fortalecimiento notable de la autoeficacia. Este constructo psicológico, a su vez, actúa como un catalizador positivo en el nivel de implicancia académica del estudiante. En consecuencia, el respaldo social percibido incide de manera mediada sobre el compromiso estudiantil, al potenciar la creencia en las propias capacidades para afrontar con éxito las exigencias del ámbito educativo. Los estudiantes con alto apoyo social percibido tienen más confianza en su capacidad para enfrentar desafíos, lo que los anima a invertir más tiempo y energía en sus tareas académicas, fomentando así el compromiso académico (Vicary et al., 2024).

Diversas fuentes teóricas y empíricas establecen una vinculación consistente entre el apoyo social y la satisfacción, señalando que la percepción de contar con una red de relaciones significativas y disponibles contribuye de manera sustancial al bienestar subjetivo del individuo. El apoyo social, no solo brinda contención frente a las adversidades, sino que también refuerza el sentido de pertenencia, la seguridad emocional y la valoración personal, elementos clave para experimentar una vida plena y satisfactoria. La satisfacción vital, a su vez, se relaciona positivamente con el compromiso académico de los estudiantes (Vicary et al., 2024).

Asimismo, el apoyo social se relaciona con las estrategias de afrontamiento. Al incrementar el grado de apoyo social percibido, la proporción de estudiantes que adoptan estrategias de afrontamiento activas aumenta, mientras que disminuye la de quienes adoptan estrategias negativas. Quienes perciben claramente el apoyo emocional de familiares y amigos tienen una menor probabilidad de adoptar tendencias de afrontamiento negativas. Tener apoyo social tiene conexión con unan

menor ansiedad, especialmente en aquellos con tendencias de afrontamiento negativas (Vicary et al., 2024).

Se resalta que la percepción de respaldo social, particularmente cuando se entrelaza con un sistema familiar armónico y operativo, actúa como un factor amortiguador de gran trascendencia en la configuración de los modos de vida del estudiante universitario. Esta convergencia entre el núcleo relacional más próximo y la vivencia interna de apoyo afectivo y funcional propicia la instauración de hábitos beneficiosos, el autocontrol emocional y la instauración de prácticas cotidianas encaminadas al equilibrio personal y la salud psicosocial. Estas variables no solo proporcionan contención emocional y orientación conductual, sino que también constituyen anclajes psicosociales que favorecen elecciones saludables, prácticas adaptativas y una mayor estabilidad emocional (Vicary et al., 2024).

Las relaciones familiares y el apoyo social influyen directamente en la salud y el bienestar hasta la edad adulta. El respaldo social constituye un factor dinamizador que puede incentivar transformaciones en los hábitos de vida, al brindar orientación, insumos y escenarios propicios para involucrarse en prácticas beneficiosas como el ejercicio corporal regular, una alimentación armoniosa, la gestión emocional y la evitación de comportamientos nocivos. Asimismo, se vincula estrechamente con el fortalecimiento del autoconcepto positivo. En esta línea, la configuración familiar desempeña un rol cardinal en la promoción de la salud integral y en la prevención de afecciones, modelando además la forma en que los jóvenes valoran el cuidado personal y adoptan estilos de vida sanos (Luján Segagliate, 2021).

Según Pérez y Martín (2004), existen 4 niveles de la importancia del apoyo social

Integración social: hace referencia tanto a la cantidad como a la intensidad de los vínculos que un individuo mantiene con personas significativas, como la pareja o los amigos. Este aspecto se enfoca principalmente en el volumen de interacciones y en las propiedades estructurales que conforman la red social, dejando de lado la evaluación cualitativa de dichos lazos. Asimismo, este nivel no aborda de manera directa cómo estas conexiones influyen o se relacionan específicamente con el estado de salud del individuo.

Relaciones de calidad: este nivel se refiere a la profundidad y significación de los vínculos interpersonales, más allá de su cantidad. Aun en presencia de un número limitado de relaciones, cuando estas son afectivamente sólidas y emocionalmente recíprocas, pueden ejercer una influencia notable sobre la salud mental y el equilibrio psicológico del individuo. Las relaciones de calidad tienen la capacidad de satisfacer necesidades fundamentales de afiliación y conexión humana, al tiempo que ofrecen afecto genuino, sentido de identidad compartida, percepción de pertenencia, así como retroalimentación válida y apoyo para el manejo efectivo de situaciones estresantes. En conjunto, estos elementos convierten a los vínculos significativos en pilares psicosociales esenciales para el bienestar emocional.

Ayuda percibida: se entiende como la creencia o convicción de que, ante la presencia de dificultades o situaciones adversas, se cuenta con una persona o grupo en quien depositar confianza y solicitar respaldo. La percepción de disponer de ese soporte contribuye a disminuir la sensación de estrés cuando se enfrentan circunstancias desfavorables.

Actualización del apoyo: este nivel se refiere a la acción concreta de recibir el apoyo en situaciones específicas, no solo la percepción de que está disponible.

Tipos de apoyo social

Según Pérez y Martín (2004), los tipos son los siguientes:

Apoyo emocional: consiste en la empatía, el cuidado, el amor y la confianza que se ofrecen a una persona. Este tipo de apoyo es considerado uno de los más importantes, ya que suele ser lo primero en lo que las personas piensan cuando se refieren a recibir apoyo. Involucra el afecto y la cercanía emocional en momentos de necesidad.

Apoyo instrumental: implica acciones concretas que ayudan directamente a una persona, como asistir en tareas o cuidar de alguien. Aunque principalmente se basa en actos físicos o prácticos, también puede tener implicaciones psicológicas, ya que puede influir en la autoestima de quien recibe la ayuda.

Apoyo informativo: se refiere a ofrecer información útil para que la persona pueda enfrentar problemas. A diferencia del apoyo instrumental, no implica realizar

directamente una tarea, sino proporcionar orientación o consejos que permiten a la persona resolver por sí misma la situación.

Apoyo evaluativo: consiste en proporcionar información que ayuda a la persona a autoevaluarse o compararse con otros. Este tipo de apoyo es clave en la validación social y se basa en la transmisión de información relevante para que el individuo reflexione sobre su propio desempeño o comportamiento, ya sea de manera explícita o implícita.

Ayuda recibida y percibida

La ayuda recibida Se trata de las transacciones reales de ayuda que una persona recibe de otros. Es una medida tangible del apoyo brindado. Asimismo, la ayuda percibida, es la evaluación personal que un individuo hace de la ayuda que recibe. No solo importa la cantidad de apoyo recibido, sino cómo la persona percibe y valora esa ayuda (Gracia & Herrero, 1995).

Componentes del apoyo social

Según Gracia y Herrero (1995), estos son sus componentes:

Integración social: participación e implicación activa de una persona en su vida social dentro de la comunidad y la sociedad en general.

Red de apoyo: grupo de relaciones de una persona a donde va cuando necesita solicitar apoyo o asistencia.

El clima de apoyo: alude a la calidad afectiva y funcional de las interacciones que se establecen dentro de los principales entornos sociales del individuo, como el núcleo familiar, el espacio laboral o los colectivos a los que se adscribe. Este componente se manifiesta en la manera en que dichos sistemas ofrecen contención emocional, reconocimiento y cohesión, constituyéndose en una atmósfera relacional que potencia el bienestar y la seguridad psicosocial.

El apoyo proporcionado: recibido hace referencia a las interacciones bidireccionales de ayuda, es decir, a los intercambios concretos en los que una persona brinda asistencia o acompañamiento a otra, generándose así una dinámica de reciprocidad en la que ambas partes se ven involucradas activa y emocionalmente. Estas transacciones pueden ser de tipo emocional, instrumental,

informativo o evaluativo, y su frecuencia e intensidad contribuyen al fortalecimiento de los vínculos.

El apoyo percibido: constituye la representación subjetiva del individuo respecto a la disponibilidad y confiabilidad de su red de apoyo, especialmente en situaciones de dificultad.

Apoyo familiar

Es la participación activa de los padres en el desarrollo académico y personal de sus hijos sobresalientes, proporcionándoles un entorno propicio en el hogar. Esto implica prestar atención a sus capacidades, dialogar para tomar decisiones conjuntas, y colaborar con los docentes para facilitar el desarrollo de sus habilidades y talentos. Los padres son importantes al generar experiencias de enriquecimiento dentro del hogar que complementen el aprendizaje escolar, aunque pueden enfrentarse a desafíos al no saber cómo atender correctamente las necesidades específicas de sus hijos (Aguilar Guevara et al., 2022).

Apoyo de amigos

La percepción de apoyo proveniente de compañeros o amistades cercanas, caracterizada por expresiones de afecto, empatía y reconocimiento mutuo, desempeña un papel esencial en el equilibrio emocional y la integración social de los adolescentes. Sentirse aceptado y valorado dentro de una red social de pares no solo fortalece el sentido de pertenencia, sino que también se configura como una fuente clave de bienestar subjetivo, especialmente en una etapa de desarrollo marcada por la búsqueda de identidad y validación externa. A diferencia del apoyo de padres o profesores, el apoyo de amigos tiende a estar más asociado a la adaptación social del estudiante, reforzando su capacidad para integrarse y participar activamente en las dinámicas escolares, lo cual también puede tener un impacto positivo en su rendimiento académico y bienestar subjetivo (Gutiérrez et al., 2021).

Estructuras del apoyo social percibido

Según Viteri (2019)

Número de relaciones o red social: se refiere al número de personas significativas con quienes se interactúa a diario o casi a diario, conformando la red social del individuo.

Apoyo emocional: involucra el intercambio de sentimientos, emociones, pensamientos y experiencias con otros, con el objetivo de expresar tanto aspectos positivos como negativos de la vida, lo cual influye directamente en la salud emocional.

Consejo: consiste en la búsqueda de información y orientación en otros para enfrentar y superar situaciones de crisis.

Apoyo material o instrumental: implica la ayuda directa o de servicios, aliviando cargas como el cuidado de terceros, el suministro de recursos económicos, o la asistencia en tareas específicas.

Reciprocidad: representa el equilibrio en el intercambio de apoyo emocional e instrumental entre dos personas, abarcando tanto el apoyo dado como recibido, y puede ser unidireccional o bidireccional.

Dimensiones del Apoyo Social Percibido

El apoyo social percibido tiene funciones expresivas o emocionales, e instrumentales: informacionales y materiales, proporcionando tanto apoyo emocional como recursos prácticos y materiales.

La inteligencia emocional, concebida como la aptitud para reconocer, regular y encauzar con acierto las emociones internas y las de los demás en contextos de toma de decisiones y actuación eficaz, mantiene un vínculo estrecho con la percepción del respaldo social. Ambas dimensiones operan como catalizadores fundamentales del desempeño académico, al propiciar un entorno emocionalmente equilibrado y socialmente sostenido que potencia las capacidades cognitivas y la autorregulación del estudiante (Fernández Lasarte et al., 2019).

Factores Contextuales

El apoyo social percibido se erige como un elemento contextual de gran incidencia en el rendimiento académico, al incidir de forma directa sobre la predisposición emocional y la orientación motivacional del estudiante. Este

constructo se comprende como la percepción subjetiva que tiene el individuo sobre el cuidado, la valoración y el sentido de pertenencia dentro de una red social que se caracteriza por la interdependencia y la corresponsabilidad afectiva. Más allá de la mera existencia de vínculos, lo relevante es la evaluación que realiza la persona acerca de la disponibilidad real de ese apoyo y del grado de satisfacción que experimenta al recibirlo (Fernández Lasarte et al., 2019).

2.3 Definición de términos básicos

- Autoestima positiva: se asocia con altos niveles de afecto positivo (AP), que incluye emociones como alegría, entusiasmo y actitudes que anticipan experiencias gratificantes. La autoestima positiva se asocia con buenas habilidades para afrontar conflictos, mayor adaptabilidad, creatividad, motivación de afiliación y bienestar psicológico. Un AP alto promueve una autoestima saludable y ayuda a superar la adversidad (Arratia López Fuentes et al., 2017).
- Autoestima negativa: se asocia con altos niveles de afecto negativo (NA). Las emociones negativas predicen una baja autoestima, lo que refleja mayores niveles de angustia y dificultad para afrontar la adversidad, disminuyendo la resiliencia y el bienestar emocional (Arratia López Fuentes et al., 2017).
- El bienestar: la situación en la que una persona ha satisfecho sus necesidades básicas y, además, percibe que podrá seguir satisfaciéndolas en el futuro. Este concepto abarca tanto la satisfacción de necesidades materiales como el sentido de seguridad respecto a su continuidad. Sin embargo, la idea de bienestar no es estática, ya que varía según el contexto individual, social y cultural, lo que introduce un elemento de incertidumbre y preocupación por la posible falta de satisfacción en el futuro, dando lugar a lo que se denomina crisis del bienestar (Morales Navarro, 2008).
- Las relaciones: son un conjunto de interacciones sociales que se desarrollan entre actores sociales, constituyendo una realidad compleja que va más allá de un simple lazo observable. Estas interacciones no son solo construcciones metodológicas, sino experiencias vividas y percibidas por los individuos. Las relaciones pueden tomar diferentes formas de regulación, tales como la categorial, que se basa en roles y normas; la regulación reticular, que se refiere a la posición de los actores dentro de la estructura de la red; y la regulación diádica, sustentada en la confianza mutua generada a través de interacciones previas. A través de estas diversas regulaciones, las relaciones permiten

articular compromisos tanto en el plano interpersonal como en formas colectivas, facilitando la coordinación dentro de organizaciones o colectivos sin depender únicamente de vínculos personales (Grossetti, 2009).

- El desarrollo: se concibe como un proceso estructurado, continuo y de naturaleza multicausal, cuya finalidad es propiciar la transformación progresiva de la sociedad hacia estadios superiores de calidad de vida. Esta evolución no es lineal ni unívoca, sino que se configura como un fenómeno complejo y multidimensional, donde confluyen diversas esferas interrelacionadas. Para su concreción, resulta indispensable la sinergia entre múltiples subsistemas de apoyo, que abarcan ámbitos como la organización social, el funcionamiento económico, la sostenibilidad ambiental, la gobernanza política, el territorio geográfico y las dinámicas culturales (Irausquín et al., 2016).
- El ambiente: sistema de interacciones entre sujetos sociales y las características o procesos del entorno, que son influidas por roles y actividades específicas. Estas interacciones están mediadas por dos grandes dimensiones: el espacio y el tiempo, y son modeladas por factores como la cultura, la ideología y las cogniciones sociales. El ambiente no es solo un escenario pasivo donde ocurren las interacciones, sino un actor activo que influye y es influido por las dinámicas físicas, sociales y culturales de una situación concreta (Granada, 2001).
- Apoyo emocional: Pérez y Martín (2004) definen este tipo de apoyo como la empatía, cuidado, amor y confianza que se brinda a una persona, considerado uno de los componentes más importantes del apoyo social percibido.
- Apoyo instrumental: según Pérez y Martín (2004), la ayuda directa en tareas prácticas o materiales que una persona recibe, como el cuidado de otros o asistencia económica, es también una forma de respaldo psicológico.
- Autoestima positiva: Arratia López Fuentes et al. (Amezquita, 2018) la vinculan con altos niveles de afecto positivo, lo cual promueve un afrontamiento eficaz, adaptabilidad, motivación de afiliación y bienestar psicológico general.
- Autoestima negativa: También, definida por Arratia (2017), se relaciona con emociones negativas como tristeza, culpa o frustración, y predice un bajo nivel de resiliencia y mayor vulnerabilidad emocional.
- Red de apoyo: para Gracia y Herrero (1995), es aquella parte de la red social a la que una persona acude rutinariamente en busca de ayuda, configurando una estructura clave para el sostenimiento emocional.

- Apoyo percibido: según Luján (2021), es la percepción subjetiva de que existe alguien disponible para brindar ayuda en situaciones adversas, más allá de la ayuda efectivamente recibida.
- Autoeficacia: enmarcada dentro de la Teoría Cognitiva Social, implica las creencias de una persona sobre su capacidad para organizar y ejecutar acciones que le permitan alcanzar metas y resolver problemas, y está fuertemente influenciada por el apoyo social percibido (Amezquita, 2018).
- Bienestar: el bienestar es una situación donde una persona ha satisfecho sus necesidades básicas y percibe la posibilidad de seguir satisfaciéndolas en el futuro, abarcando seguridad material, emocional y proyección vital (Amezquita, 2018).

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Enfoque

El presente estudio adoptó un enfoque cuantitativo, dado que busca comprobar hipótesis específicas mediante el análisis estadístico de datos numéricos recolectados a través de instrumentos estandarizados. Como lo señalaron Hernández et al. (2014), el enfoque cuantitativo se caracteriza por ser secuencial, deductivo y objetivamente verificable, ya que emplea mediciones numéricas para describir fenómenos y establecer patrones de relación entre variables. Este enfoque parte de una teoría o marco conceptual y permite contrastar empíricamente las hipótesis planteadas, a través de procedimientos sistemáticos y replicables.

La adopción del enfoque cuantitativo se sustenta en la necesidad de establecer, con precisión empírica, la magnitud y dirección del vínculo existente entre dos variables de índole psicosocial: el apoyo social percibido y el nivel de autoestima en estudiantes universitarios. Esta elección metodológica responde al propósito de identificar patrones relacionales observables mediante la medición sistemática de datos, permitiendo validar o refutar hipótesis previamente formuladas. En este contexto, la operacionalización de los constructos teóricos se realiza a través de instrumentos estandarizados.

3.2. Tipo, nivel y diseño de investigación

3.2.1. Tipo de investigación.

Se inscribió dentro del tipo básica o fundamental, ya que su propósito central es ampliar el conocimiento teórico sobre la relación entre dos constructos psicológicos sin intervenir directamente sobre la realidad estudiada. De acuerdo con Hernández et al. (2014), la investigación básica busca explicar y comprender fenómenos a partir del análisis conceptual y empírico, lo que permite enriquecer el acervo científico sin que necesariamente se busque una aplicación inmediata de los hallazgos. Se enmarcó dentro del tipo de investigación básica, en tanto su propósito central radica en ampliar el cuerpo teórico existente sobre los factores psicosociales que inciden en el bienestar emocional de los estudiantes

universitarios, específicamente la relación entre el apoyo social percibido y la autoestima. Este tipo de estudio resulta pertinente en la medida que la autoestima y el apoyo social, como dimensiones del funcionamiento psicosocial, han sido identificados como constructos clave en la literatura especializada, pero requieren ser examinados dentro de contextos específicos y contemporáneos como el universitario limeño postpandemia, donde el aislamiento y la sobrecarga emocional han afectado significativamente las relaciones interpersonales y la valoración personal.

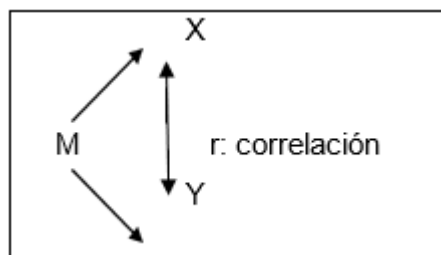
3.2.2. Nivel de investigación.

Sobre el nivel, tuvo un alcance correlacional, dado que se orienta a examinar la magnitud y dirección de la relación entre dos variables principales: la autoestima y el apoyo social percibido. Como sostienen Sánchez y Reyes (2009), las investigaciones de tipo correlacional no pretenden establecer relaciones causales, sino identificar asociaciones estadísticas entre variables independientes y dependientes. En tal contexto, este nivel de investigación resulta particularmente pertinente, ya que permite examinar con mayor precisión si existe una vinculación estadísticamente significativa entre la percepción del apoyo social proveniente tanto de los amigos como del entorno familiar y los niveles de autoestima manifestados por los estudiantes universitarios encuestados. La elección de este enfoque posibilita no solo identificar asociaciones entre las variables (autoestima y apoyo social), sino también explorar la dirección e intensidad de dichas relaciones, brindando así una comprensión más acabada de los factores psicosociales que inciden en la autovaloración durante la etapa universitaria.

3.2.3. Diseño de investigación.

Se trabajó bajo un nivel correlacional, no experimental de corte transversal. Por el lado correlacional, debido a que se pretende determinar la relación entre la autoestima y el apoyo social. Asimismo, al tratarse de un diseño transversal, se recopilará la información en un único punto temporal, lo cual es adecuado para estudios que buscan analizar correlaciones sin requerir seguimiento longitudinal. En cuanto al diseño no experimental, responde al hecho de que las variables analizadas —apoyo social y autoestima— no son manipulables deliberadamente por el investigador, sino que se observan tal como se manifiestan en su entorno natural, respetando así la integridad psicosocial del sujeto y evitando cualquier tipo

de intervención artificial que pudiera alterar la validez ecológica de los resultados (Hernández Sampier et al., 2014). Asimismo, se optó por un diseño correlacional, dado que el propósito central de la investigación no es establecer relaciones de causalidad, sino examinar la magnitud y dirección del vínculo existente entre las dos variables principales. Este tipo de diseño permite identificar patrones asociativos que, aunque no explican relaciones causa-efecto, sí aportan evidencia empírica valiosa para comprender la interacción entre constructos psicológicos relevantes en el contexto universitario (Hernández Sampier et al., 2014); esta evaluación será única y se puede entender de acuerdo al siguiente diagrama:



Donde:

M: Muestra de estudio

X: Autoestima

Y: Apoyo social

r: Correlación

3.3. Población y muestra

3.3.1. Población.

La investigación se desarrolló con una población conformada por 415 estudiantes matriculados en la carrera de Psicología de una universidad particular privada de Lima Metropolitana. Este grupo poblacional constituyó el universo de referencia para el estudio, dado que presentaba las características necesarias para abordar los objetivos planteados, al pertenecer a un entorno académico directamente vinculado con las variables en análisis.

$$n = \frac{NZ^2 pq}{e^2(N-1) + Z^2 pq}$$

N= 415 estudiantes matriculados en la carrera de Psicología

$P=Q=0.5$ (probabilidad de éxito)

$Z=1.96$ (al 95% de confianza)

$E= 0.05$ (error)

$n=muestra = 200$

3.3.2. Muestra.

La muestra estuvo constituida por 200 estudiantes de la carrera de Psicología matriculados en el periodo 2024-I de una Universidad privada de Lima Metropolitana. Considerada como parte de la población, con características en común, sobre la cual se aplica el instrumento para recoger la información requerida (Arias, 2016). La muestra a trabajar, constó de un subgrupo de la población total, siendo 200 estudiantes matriculados en el periodo 2024. En ese sentido, se recurrió a un muestreo probabilístico fundamentado en la accesibilidad directa y disponibilidad inmediata de los estudiantes pertenecientes a la universidad particular en la que se desarrolló la investigación:

Criterios de Inclusión:

- Estudiantes de ambos sexos matriculados en el período 2024-I
- Estudiantes entre 18 a 30 años del turno mañana, de la carrera de psicología de una Universidad en Lima
- Estudiantes del 1ero al 10cimo ciclo de estudios

Criterios de Exclusión:

- Estudiantes de Psicología no matriculados en el periodo 2024-I
- Estudiantes menores a 18 años y mayores de 30 años

3.3.3. Muestreo.

Esta investigación empleó un método de muestreo de conveniencia no probabilidad, ya que la población completa no era accesible. Este método de muestreo se define mediante la selección de participantes en función de su disponibilidad y accesibilidad. Señalan Hernández et al. (2014) que el muestreo de conveniencia no probabilidad se utiliza cuando el investigador selecciona a

propósito a los participantes que cumplen criterios específicos y son accesibles durante el período de recopilación de datos.

En este contexto, la muestra comprendió 200 estudiantes de psicología que fueron seleccionados en función de los criterios de inclusión predefinidos: inscripción actual para el término académico 2024-I, rango de edad de 18 a 30 años, asistiendo a clases matutinas e matriculados en ciclos del 1 al 10.

3.4. Técnicas de recolección y tratamiento de datos

La técnica de recolección de datos fue la encuesta, la cual es planteada en base a la matriz de operacionalización. Sobre el cuestionario aplicado para la variable de apoyo percibido y la autoestima, se midió su validez por tres profesionales expertos, siendo obtenido un dictamen positivo para su aplicación.

3.4.1. Ficha sociodemográfica.

Se elaboró este instrumento para recolectar datos pertinentes de los participantes como edad, género, tipo de universidad y lugar de residencia.

Se eligió un muestreo no probabilístico por conveniencia, dada la accesibilidad a la población objetivo. Ambas escalas han sido validadas previamente en población universitaria peruana, lo que respalda su uso en este contexto (Ruiz & Gómez, 2019).

3.4.2. La Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS).

La Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (EMASP), también conocida como MSPSS por sus siglas en inglés, fue creada por Zimet et al., en 1988, con el propósito de evaluar la percepción subjetiva que tiene una persona sobre el apoyo social que recibe de tres fuentes clave: la familia, los amigos y otras personas significativas. Inicialmente, desarrollada con 24 ítems, la escala fue posteriormente reducida a 12 ítems distribuidos equitativamente en tres factores, con el objetivo de aumentar su confiabilidad y mejorar su aplicabilidad en diferentes contextos. Los ítems se responden en una escala ordinal de cuatro puntos: casi nunca (1), a veces (2), con frecuencia (3) y casi siempre o siempre (4), permitiendo evaluar la frecuencia con la que se percibe el respaldo social.

En su versión original, la EMASP mostró un excelente nivel de consistencia interna, con un coeficiente alfa de Cronbach de 0.88 para la escala total y valores que oscilaron entre 0.85 y 0.91 para cada subescala. Estas cifras han sido replicadas en múltiples investigaciones a nivel internacional. En el contexto hispanohablante, Arechabala y Miranda (2002) realizaron una adaptación al español que ha sido validada en diversos países, mostrando altos índices de confiabilidad, con alfas entre 0.85 y 0.88, así como adecuados índices de ajuste estructural (CFI = 0.90; GFI = 0.86), lo que confirma su validez factorial. Más recientemente, Nicho et al. (2023) evaluaron su validez estructural en población universitaria peruana, encontrando resultados consistentes con la estructura trifactorial propuesta originalmente. Por tanto, se consigna que la EMASP cuenta con validación específica en el Perú, la validez convergente se examinó con la Escala de Autoeficacia General (EAG) ($r = .50$; $r^2 = .25$) y la validez divergente con el inventario de ansiedad ante exámenes-estado (TAI-Estado) ($r = -.32$; $r^2 = .10$), cumpliendo con los criterios de adecuación para su aplicación en esta investigación.

De manera específica en Perú, García (2016) aplicó la EMASP en una muestra de estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, reportando un alfa de Cronbach de 0.87 para la escala total. Además, los análisis factoriales exploratorios y confirmatorios respaldaron la estabilidad de la estructura tridimensional, consolidando a la EMASP como un instrumento confiable, válido y culturalmente pertinente para evaluar el apoyo social percibido en jóvenes universitarios peruanos.

Esta escala se fundamenta teóricamente en el modelo de Zimet et al. (1988), el cual plantea que el apoyo social percibido actúa como un amortiguador frente al estrés y como un recurso protector que fortalece el bienestar psicológico. Según este enfoque, las relaciones cercanas y significativas proporcionan seguridad emocional, retroalimentación positiva y sentido de pertenencia, elementos clave para la adaptación y el desarrollo personal.

3.4.3. La escala autoestima de Rosenberg.

La Escala de Autoestima de Rosenberg es un instrumento psicométrico diseñado por Morris Rosenberg en 1965 con el objetivo de medir la autoestima global de adolescentes y adultos jóvenes, considerando componentes como el respeto por uno mismo, la autoaceptación y la valoración personal. Esta escala fue

traducida y adaptada al idioma español por Echeburua en 1995, conservando su estructura conceptual original y permitiendo su uso en una amplia variedad de contextos culturales. Posteriormente, Ventura et al. (2011) realizaron una adaptación específica para población peruana, ajustando su redacción a las particularidades lingüísticas y socioculturales del país.

La EAR está compuesta por 10 ítems: cinco formulados en sentido positivo y cinco en sentido negativo. Esta distribución equilibrada busca minimizar el sesgo de respuesta y favorecer una evaluación más objetiva. La escala utiliza un formato tipo Likert de cuatro niveles que va desde “muy de acuerdo” hasta “totalmente en desacuerdo”. Para la puntuación total, se requiere invertir la codificación de los ítems negativos (números 3, 5, 8, 9 y 10) a fin de unificar el sentido de las respuestas. El rango de puntuación total varía entre 10 y 40 puntos, siendo los valores más altos indicativos de una autoestima más elevada (Martín et al., 2007).

Respecto a sus propiedades psicométricas, la EAR ha mostrado elevados niveles de confiabilidad, con coeficientes alfa de Cronbach superiores a 0.80 en múltiples estudios. En el contexto peruano, las investigaciones de Domínguez-Lara y Merino-Soto (2015) reportaron una confiabilidad aceptable con un alfa de 0.82 en una muestra universitaria. Además, se ha comprobado su validez convergente a través de correlaciones significativas con otras escalas de ajuste emocional y bienestar psicológico, consolidando su utilidad como herramienta diagnóstica. La versión peruana adaptada por Ventura et al. alcanzó también valores de alfa superiores a 0.70, confirmando su consistencia interna y pertinencia cultural para su uso en investigaciones sobre salud mental y desarrollo emocional.

La fundamentación teórica de esta escala se basa en el modelo de Rosenberg (1965), quien entiende la autoestima como una actitud positiva o negativa hacia uno mismo, que integra creencias, sentimientos de valía y autoaceptación. Según este autor, una autoestima saludable cumple una función reguladora del comportamiento y permite enfrentar los desafíos del entorno con mayor seguridad y eficacia.

3.4.4. Procedimiento de recolección de datos.

El presente estudio fue desarrollado mediante una revisión sistemática de literatura científica relacionada con las variables “apoyo social percibido” y

“autoestima”, complementada con la aplicación de un instrumento estructurado. Inicialmente, se delimitaron los objetivos e hipótesis del estudio a partir de un marco teórico robusto, sustentado en fuentes académicas consultadas en repositorios digitales tanto nacionales como internacionales, tales como Scielo, Redalyc, Dialnet y revistas indexadas en Scopus. Posteriormente, se identificaron y seleccionaron instrumentos validados y confiables, adecuados a los objetivos del estudio y alineados a la población objetivo.

La recolección de datos se llevó a cabo en un contexto virtual, aprovechando las condiciones postpandemia y el acceso digital de los participantes. El instrumento fue aplicado a estudiantes universitarios mediante el uso de formularios digitales distribuidos a través de la plataforma Google Forms. Para asegurar una aplicación ética y transparente, cada formulario incluyó una sección detallada de consentimiento informado, donde se explicaron los fines de la investigación, el carácter voluntario de la participación y el tratamiento confidencial de los datos personales. Además, se contó con la autorización formal del Coordinador del programa académico, quien facilitó el contacto con el personal docente y administrativo, garantizando así el acceso a la muestra esperada de manera ordenada y respetuosa.

Para preservar la confidencialidad de la información recolectada, los datos fueron anonimizados desde su ingreso en el formulario y organizados en un archivo Excel codificado. Posteriormente, el procesamiento estadístico se efectuó utilizando el software IBM SPSS, el cual permitió realizar análisis descriptivos e inferenciales, en concordancia con los objetivos planteados. Buscando la relación del apoyo social percibido y la autoestima, se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman considerando un nivel de significancia de $p < 0.05$. Este análisis permitió establecer si existía una correlación estadísticamente significativa entre ambas variables, y en qué medida se relacionaban.

El resguardo digital de la base de datos fue manejado únicamente por el equipo investigador, bajo claves de acceso personal, con el fin de mantener la integridad y la privacidad de la información. Todo este procedimiento aporta transparencia metodológica, reforzando la confiabilidad y rigurosidad científica del estudio.

Prueba de confiabilidad y normalidad de los datos

Con el objetivo de evaluar la calidad técnica de los datos obtenidos, se aplicaron dos análisis estadísticos: el coeficiente alfa de Cronbach, para determinar la confiabilidad interna de los instrumentos utilizados, y la prueba de Kolmogorov-Smirnov, para verificar la normalidad de las variables. Ambos análisis fueron realizados mediante el software SPSS.

Entonces, para estimar la consistencia interna de los instrumentos y garantizar la calidad técnica de los datos, se aplicó una muestra piloto conformada por 20 estudiantes. En esta fase, se calcularon los coeficientes α de Cronbach para la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES) y para la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS), con el fin de verificar su fiabilidad antes de la aplicación definitiva. En el caso de la Escala de Autoestima de Rosenberg, integrada por 10 ítems (ver **Tabla 1**), la sumatoria de las varianzas de los ítems fue de 12.3421 y la varianza total alcanzó 38.3684, resultando en un coeficiente α de 0.6977. Este valor, si bien se encuentra ligeramente por debajo del umbral de 0.70 recomendado por George y Mallery (2019), representa una confiabilidad moderada, aceptable para fines exploratorios y estudios preliminares en contextos educativos. Por su parte, la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido, compuesta por 12 ítems (ver **Tabla 2**), presentó una sumatoria de varianzas de 15.2684 y una varianza total de 130.6316, obteniendo un coeficiente α de 0.9084. Este resultado se interpreta como un nivel de confiabilidad muy alto, lo que evidencia una elevada homogeneidad entre sus ítems y una excelente capacidad para medir consistentemente la percepción de apoyo social en la muestra.

Tabla 1

Confiabilidad para la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES)

Número de ítems (K)	10
Sumatoria de varianzas (S_i^2)	12.3421053
Varianza total (ST^2)	38.3684211
α	0.69770723

Tabla 2

Confiabilidad para la Multidimensional de Apoyo Social

Número de ítems (K)	12
Sumatoria de varianzas (S_i^2)	15.26
Varianza Total (ST^2)	130.63
α	0.90

Por su parte, la **Tabla 3** muestra los resultados de la prueba de normalidad, cuyos valores de significancia fueron mayores a .084, mostrando la normalidad para la variable apoyo social, y en caso de la variable autoestimas la significancia fue 0.019, mostrando la no normalidad. Esto sugiere que los datos se distribuyen normalmente, permitiendo el uso de técnicas paramétricas para el análisis estadístico.

Tabla 3
Prueba de normalidad para las variables del estudio

Variables	Kolmogorov-Smirnov			Resultado
	Estadístico	gl	Sig.	
Apoyo Social	0.059	200	0.084	Normal
Autoestima	0.070	200	0.019	No normal

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

3.5. Aspectos éticos considerados

La presente investigación se desarrolló en estricto cumplimiento del Código de Ética del Investigador Científico (2016), garantizando la rigurosidad científica, así como la correcta atribución de las fuentes utilizadas, de acuerdo con las normas de citación de la APA, en su séptima edición. Asimismo, se respetarán los principios éticos establecidos en los Principios éticos de los psicólogos y el código de conducta.

Se priorizaron los siguientes principios éticos:

Respeto a la autonomía: se garantizó la protección de los derechos de los participantes mediante el uso de un consentimiento informado, voluntario y explícito. Este incluyó información detallada sobre los objetivos de la investigación, los procedimientos, posibles beneficios y riesgos, asegurando la privacidad, confidencialidad y libertad de decisión de los participantes para aceptar o declinar su participación sin repercusiones.

Principio de beneficencia: a lo largo del desarrollo de la investigación, se salvaguardó de manera prioritaria el bienestar integral de los participantes, procurando la reducción al mínimo de cualquier riesgo potencial y la optimización de los beneficios esperados.

Responsabilidad: se respetaron los lineamientos éticos relacionados con la propiedad intelectual, asegurando el reconocimiento adecuado a los autores y el

manejo ético de la información recabada. Además, los instrumentos de evaluación fueron aplicados de manera profesional y la información recopilada fue utilizada exclusivamente con fines académicos, protegiendo su confidencialidad. Todos los participantes fueron tratados con equidad, evitando cualquier tipo de discriminación.

Con anterioridad al inicio de la fase empírica del estudio, el protocolo investigativo fue evaluado y recibió la aprobación correspondiente por parte del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Continental, instancia encargada de velar por el cumplimiento de los principios bioéticos y la protección de los participantes.

Asimismo, previo a la administración de los instrumentos de recolección de información, se procedió a facilitar un consentimiento informado individualizado a cada uno de los sujetos implicados. Este documento contenía, de manera comprensible y transparente, una descripción detallada del objetivo general de la investigación, los procedimientos que se llevarían a cabo, los beneficios potenciales, los riesgos previsibles y las garantías éticas correspondientes.

Se garantizó la confidencialidad de los datos recolectados, los cuales fueron anonimizados y almacenados en plataformas seguras, evitando accesos no autorizados y cumpliendo con las normativas éticas nacionales e internacionales.

Además, se tomaron todas las medidas necesarias para minimizar cualquier incomodidad, promoviendo un entorno de respeto y apoyo durante todo el proceso investigativo.

3.6. Operacionalización de variables

En la **Tabla 4**, se detalla la matriz.

Tabla 4*Matriz de operación de variables*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Valores
Autoestima	Constituye la estimación subjetiva e integral que un individuo elabora sobre su propia persona, cimentada en un entramado de reflexiones mentales, percepciones emocionales, impresiones sensoriales y vivencias históricas que se van consolidando con el transcurso del tiempo. Esta autovaloración no es estática ni uniforme, sino que emerge de la síntesis evolutiva de experiencias significativas, las cuales moldean la imagen interna que cada sujeto construye sobre sí mismo, influyendo en su autoconcepto, sus actitudes y su forma de interactuar con el mundo. (Quiles Sebastián, 2021).	Se tomará un cuestionario con respecto a las dimensiones de aceptación de uno mismo, aspecto físico y el Patrimonio psicológico.	Autoestima positiva	- Satisfacción personal - Aceptación de uno mismo - Pesimismo	1, 2, 3	Likert	<ul style="list-style-type: none"> • Nunca • Casi nunca • A vece • Casi siempre • Siempre
			Autoestima negativa	- Inseguridad personal	4, 5, 6		
Apoyo social percibido	Constituye un pilar fundamental en la configuración del bienestar personal, doméstico y colectivo, dado que responde de manera adaptativa a las exigencias	Se tomará un cuestionario con respecto a las dimensiones de apoyo	Apoyo familiar	- Ayuda instrumental - Comunicación familiar	10, 11, 12		

emocionales y relacionales que emergen en las distintas etapas evolutivas del ser humano. (Fiallo Armendáriz y otros, 2020).	familiar y el apoyo de amigos	Apoyo de amigos	Lealtad y compromiso	13, 14, 15
--	----------------------------------	--------------------	-------------------------	------------------

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1. Resultados

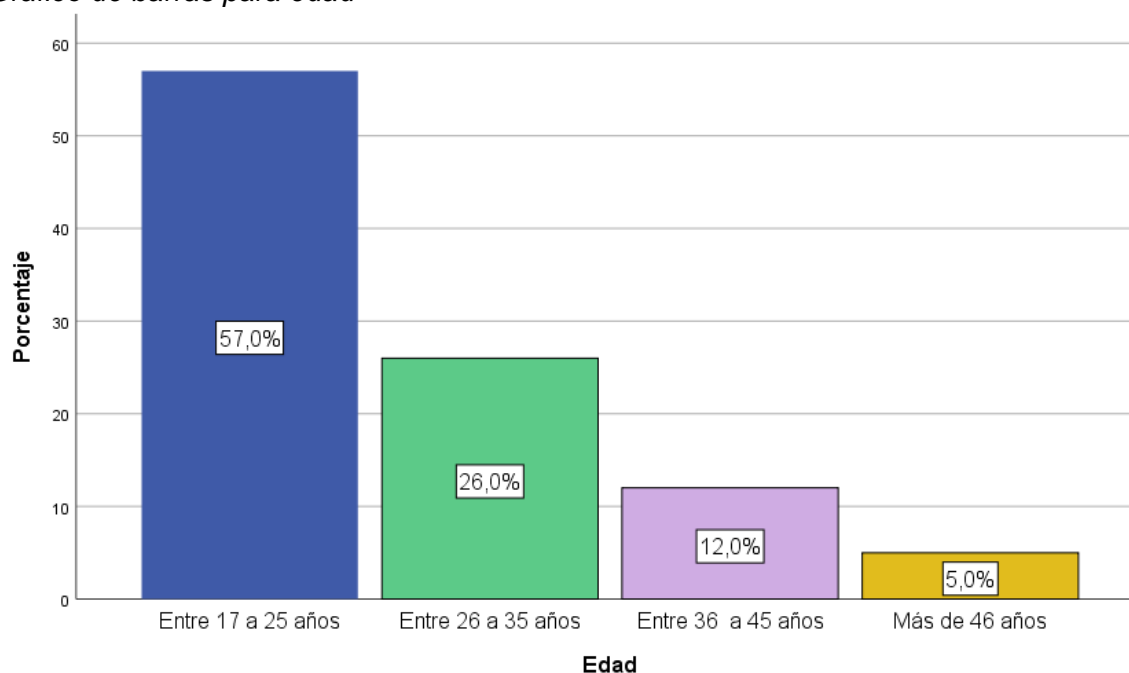
4.1.1. Resultados de la muestra de estudio.

Tabla 5
Resultados para edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
Entre 17 a 25 años	114	57.0
Entre 26 a 35 años	52	26.0
Entre 36 a 45 años	24	12.0
Más de 46 años	10	5.0
Total	200	100.0

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Figura 1
Gráfico de barras para edad



Nota. Elaboración propia.

En relación con la distribución etaria de los participantes, se observó que el grupo predominante correspondió a jóvenes entre 17 y 25 años, quienes representaron el 57.0% de la muestra total. Este dato evidenció que la mayoría de estudiantes encuestados se encontraba en la etapa universitaria inicial, lo cual coincide con la edad promedio de ingreso y permanencia en estudios superiores. En segundo lugar, se ubicaron los

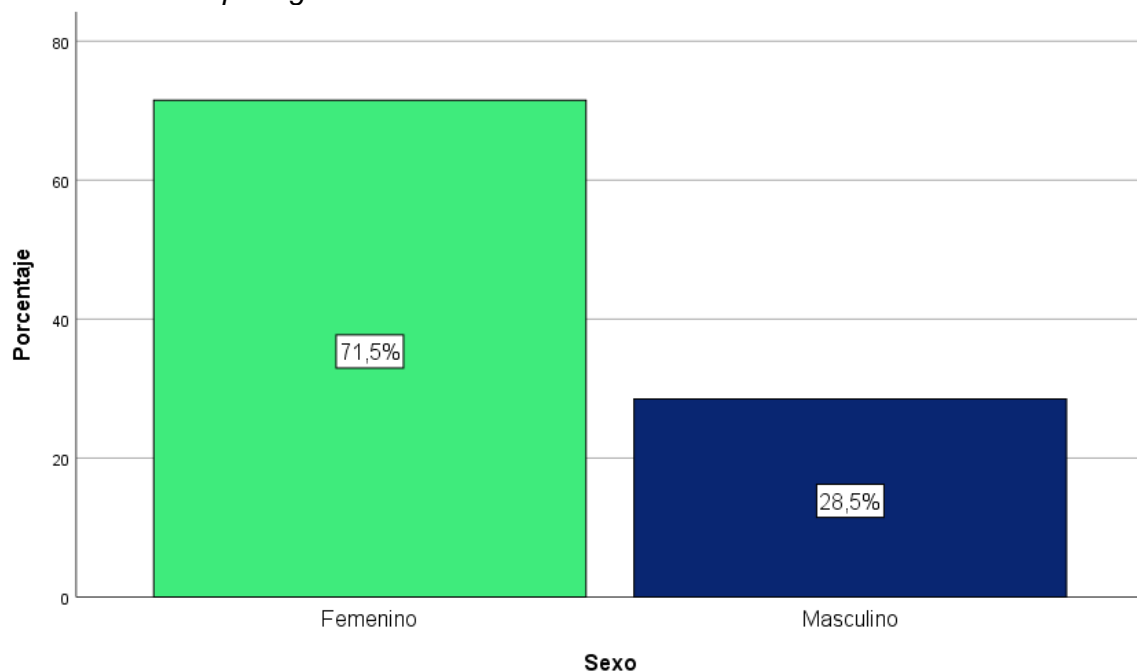
estudiantes entre 26 y 35 años con un 26.0%, lo cual podría reflejar una presencia significativa de alumnos que retornaron a la formación académica tras un intervalo laboral o personal. Los rangos etarios de 36 a 45 años y más de 46 años fueron menos representativos, con 12.0% y 5.0%, respectivamente, lo que sugiere que la participación de estudiantes adultos mayores fue reducida.

Tabla 6
Resultados para género

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	143	71.5
Masculino	57	28.5
Total	200	100.0

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Figura 2
Gráfico de barras para género



Nota. Elaboración propia.

Respecto al género, se identificó una mayoría femenina en la muestra, con un total de 143 estudiantes, lo que representó el 71.5% del total encuestado. Este hallazgo mostró una marcada feminización en la carrera de Psicología, tendencia que ha sido consistentemente reportada en estudios similares tanto en el contexto nacional como internacional. Por otro lado, el 28.5% restante estuvo conformado por estudiantes varones, lo que confirma la menor representación masculina en esta disciplina.

4.1.2. Resultados descriptivos de autoestima.

Tabla 7

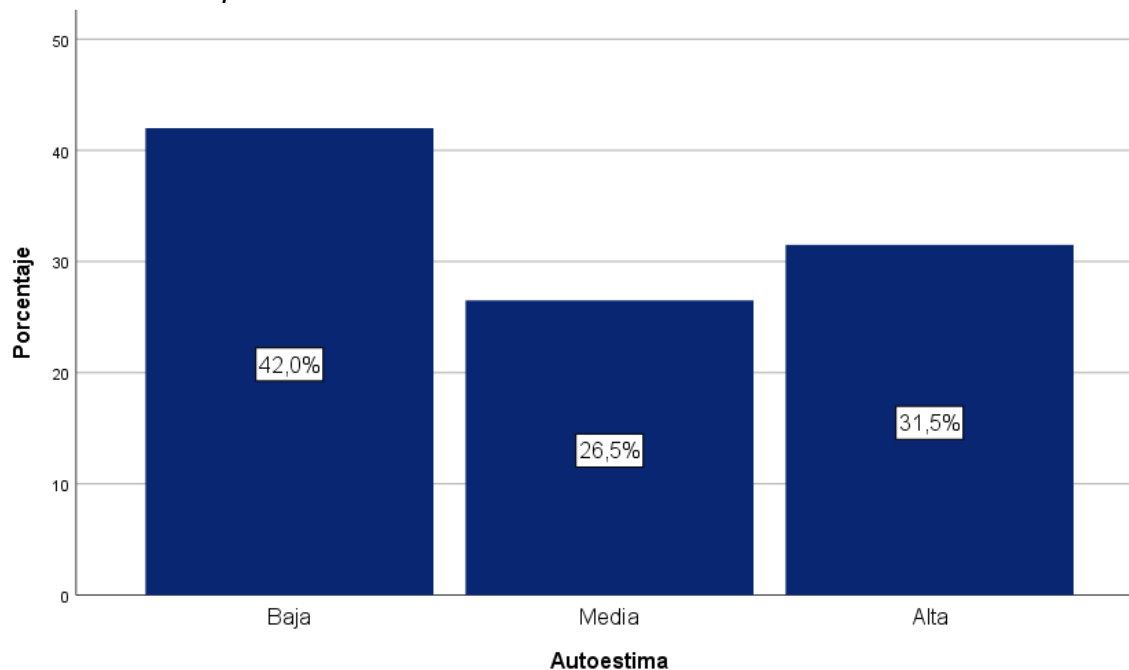
Frecuencias y porcentajes para autoestima

Autoestima	Universitarios	Porcentaje (%)
Baja	84	42.0
Media	53	26.5
Alta	63	31.5
Total	200	100.0

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Figura 3

Gráfico de barras para autoestima



Nota. Elaboración propia.

Interpretación:

Los resultados evidenciaron que una proporción considerable de los estudiantes universitarios evaluados presentó un nivel bajo de autoestima (42.0%). Esta tendencia sugiere la presencia de una autoevaluación desfavorable, manifestada en percepciones de escaso valor personal, sentimientos de insuficiencia y una visión disminuida de sus cualidades personales. Es probable que este grupo manifieste inseguridad frente a sus logros y capacidades, afectando su autoconcepto global.

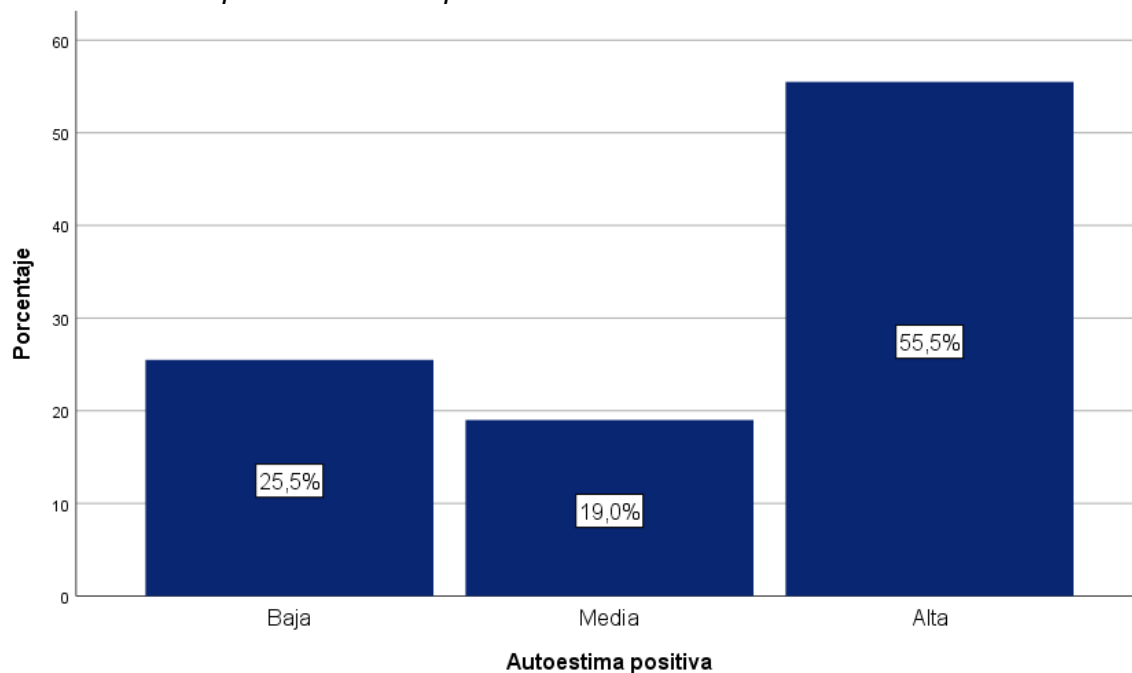
Por otro lado, un 26.5% de los estudiantes presentó niveles medios, lo cual puede estar asociado a un equilibrio inestable entre actitudes de aceptación y cuestionamiento personal. En contraste, el 31.5% restante reflejó una autoestima alta, lo que implica una percepción saludable del yo, mayor estabilidad emocional y confianza en las propias habilidades.

Tabla 8
Frecuencias y porcentajes para Autoestima positiva

Autoestima positiva	Universitarios	Porcentaje (%)
Baja	51	25.5
Media	38	19.0
Alta	111	55.5
Total	200	100.0

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Figura 4
Gráfico de barras para Autoestima positiva



Nota. Elaboración propia.

Interpretación:

En la dimensión de autoestima positiva, los datos revelaron que más de la mitad de los estudiantes (55.5%) manifestó un nivel elevado, lo cual indica una disposición psicológica favorable hacia sí mismos, reflejada en sentimientos de valía, satisfacción y autoconfianza. Esta disposición tiende a fortalecer la motivación académica y la resiliencia frente a adversidades personales.

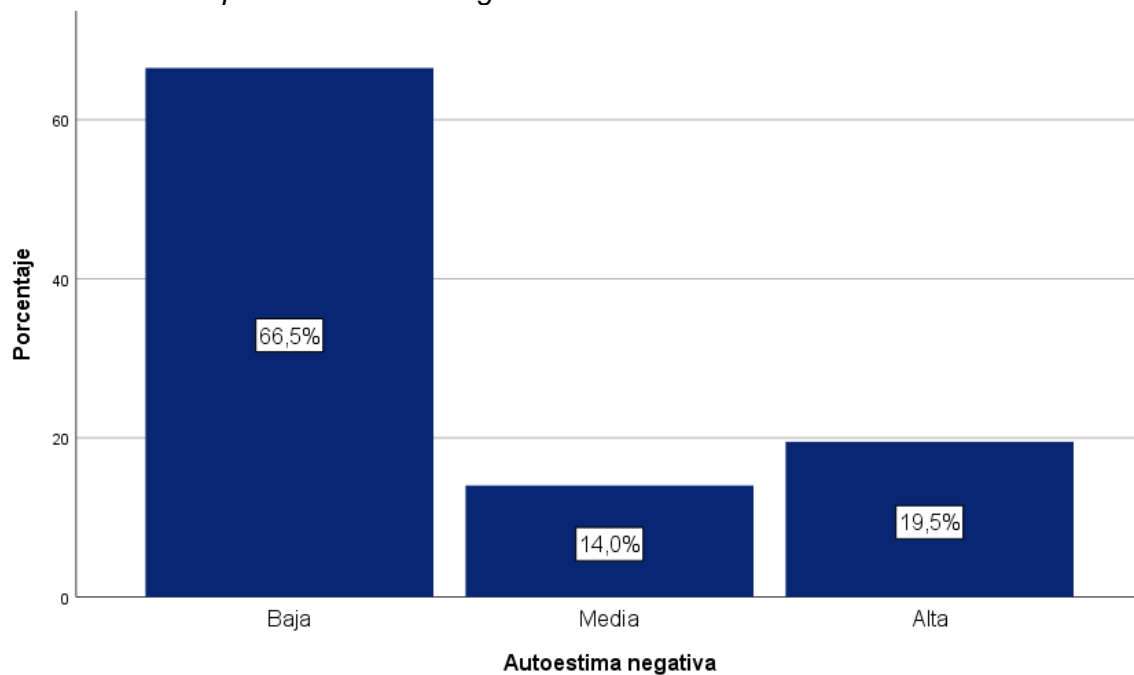
En cambio, un 25.5% presentó niveles bajos, lo cual podría ser indicativo de una escasa percepción de cualidades positivas internas, debilitando su autoimagen y afectando su bienestar psicológico. Un 19.0% se ubicó en un nivel intermedio, lo que denota cierta ambivalencia en la percepción positiva del yo.

Tabla 9
Frecuencias y porcentajes para Autoestima negativa

Autoestima negativa	Universitarios	Porcentaje (%)
Baja	133	66.5
Media	28	14.0
Alta	39	19.5
Total	200	100.0

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Figura 5
Gráfico de barras para Autoestima negativa



Nota. Elaboración propia.

Interpretación:

Respecto a la autoestima negativa, el 66.5% de los estudiantes presentó un nivel bajo, lo cual constituye un hallazgo favorable, ya que implica una baja frecuencia de pensamientos autocríticos, autodestructivos o pesimistas. Esta proporción sugiere que, a

pesar de los desafíos emocionales inherentes al contexto académico, los estudiantes no tienden a interiorizar juicios negativos extremos sobre sí mismos.

Sin embargo, un 19.5% sí reflejó una autoestima negativa alta, lo que indica un patrón de autoevaluación adversa, caracterizado por una fuerte autocrítica, sentimientos de ineficacia y posiblemente dificultades en la autorregulación emocional. El 14.0% restante presentó un nivel medio, que puede considerarse como una señal de vulnerabilidad latente ante situaciones estresantes.

4.1.3. Resultados descriptivos de apoyo social.

Tabla 10

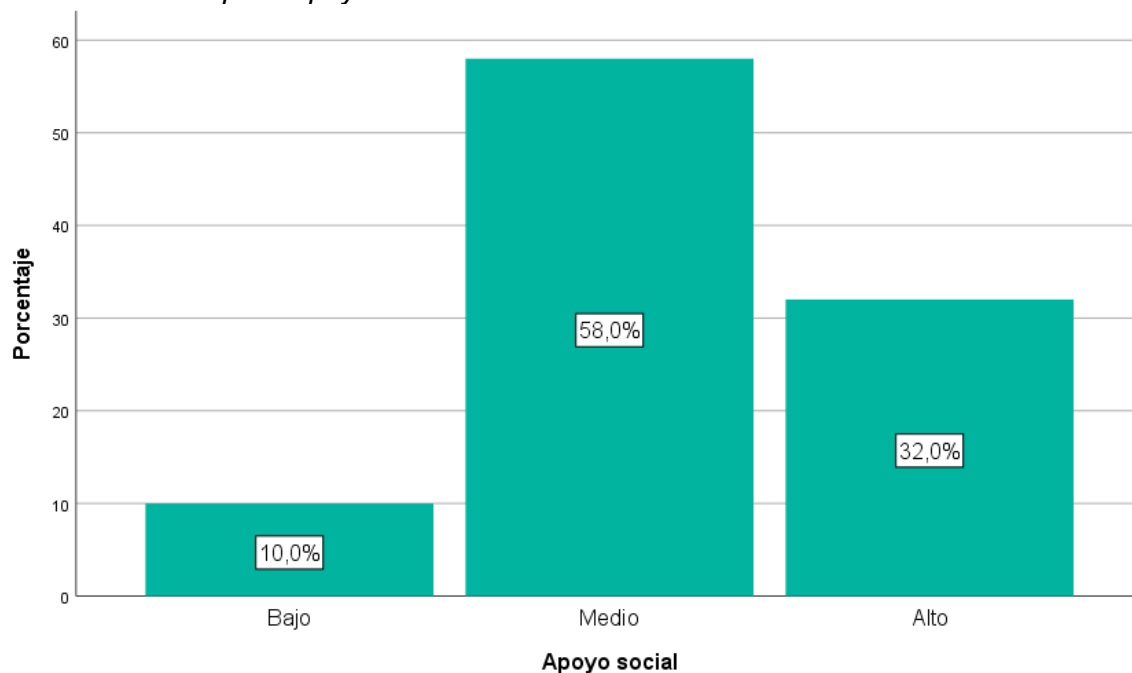
Frecuencias y porcentajes para Apoyo social

Apoyo social	Universitarios	Porcentaje (%)
Bajo	20	10.0
Medio	116	58.0
Alto	64	32.0
Total	200	100.0

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Figura 6

Gráfico de barras para Apoyo social



Nota. Elaboración propia.

Interpretación:

Los resultados mostraron que el 58.0% de los estudiantes universitarios manifestó un nivel medio de apoyo social percibido, lo que sugiere que más de la mitad de los encuestados contaron con redes de apoyo parcialmente disponibles, tanto en el plano emocional como instrumental, aunque no de manera plenamente sólida. Este nivel medio puede estar vinculado a relaciones sociales funcionales, pero no totalmente consolidadas, lo que deja espacio a percepciones de ambigüedad sobre la confiabilidad o cercanía de sus vínculos interpersonales.

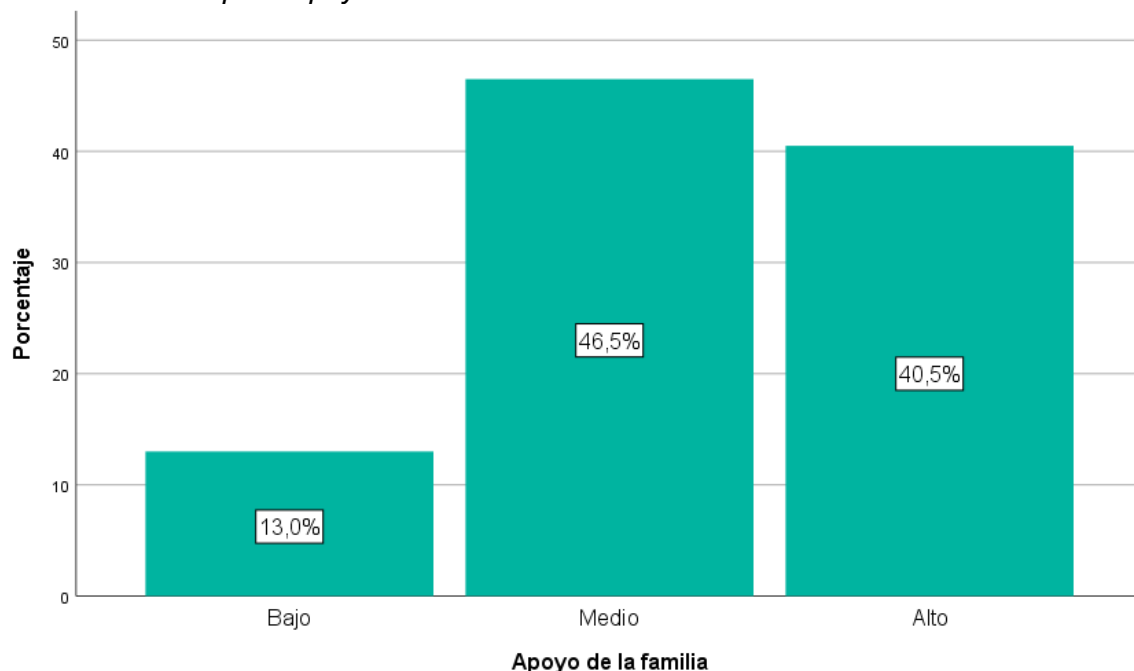
Asimismo, el 32.0% indicó percibir un nivel alto de apoyo, lo que implica la presencia de una red interpersonal robusta, caracterizada por la disponibilidad emocional de figuras de confianza, a quienes recurren para compartir problemas o solicitar ayuda. Solo un 10.0% percibió un bajo nivel de apoyo, lo que representa un grupo vulnerable, posiblemente afectado por aislamiento social o vínculos poco significativos.

Tabla 11
Frecuencias y porcentajes para Apoyo de la familia

Apoyo de la familia	Universitarios	Porcentaje (%)
Bajo	26	13.0
Medio	93	46.5
Alto	81	40.5
Total	200	100.0

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Figura 7
Gráfico de barras para Apoyo de la familia



Nota. Elaboración propia.

Interpretación:

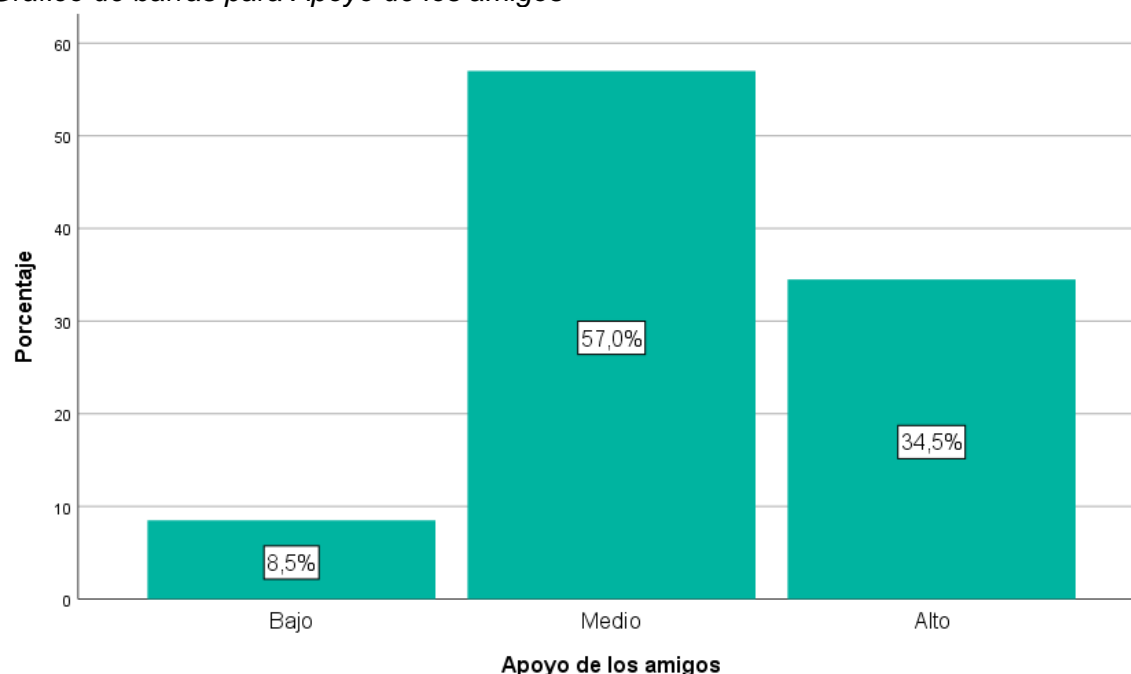
En cuanto al apoyo familiar, se observó que el 46.5% de los estudiantes percibió un nivel medio, lo que indica que, si bien la familia sigue siendo un pilar emocional importante, no siempre está presente de forma activa o incondicional en las vivencias personales de los estudiantes. Además, un 40.5% manifestó un alto nivel de apoyo familiar, evidenciando relaciones caracterizadas por cercanía emocional, respaldo ante adversidades y participación activa en el proceso de toma de decisiones. Sin embargo, el 13.0% reportó un nivel bajo, lo que sugiere vínculos familiares debilitados, posiblemente marcados por distanciamiento, falta de validación emocional o escaso involucramiento afectivo.

Tabla 12
Frecuencias y porcentajes para Apoyo de los amigos

Apoyo de los amigos	Universitarios	Porcentaje (%)
Bajo	17	8.5
Medio	114	57.0
Alto	69	34.5
Total	200	100.0

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Figura 8
Gráfico de barras para Apoyo de los amigos



Nota. Elaboración propia.

Interpretación:

Respecto al apoyo brindado por los amigos, se encontró que el 57.0% percibió un nivel medio, lo que refleja relaciones de amistad estables, pero no necesariamente profundas o disponibles en todo momento. Este tipo de apoyo suele estar mediado por afinidades contextuales, como los vínculos académicos o sociales del entorno universitario.

Un 34.5% indicó contar con un alto nivel de apoyo de sus amigos, lo cual se asocia con la existencia de vínculos horizontales sólidos, caracterizados por reciprocidad, contención emocional y confianza para compartir vivencias personales. Solo un 8.5% manifestó tener bajo apoyo, lo que podría estar relacionado con experiencias de soledad, escasa socialización o vínculos superficiales.

Tabla 13

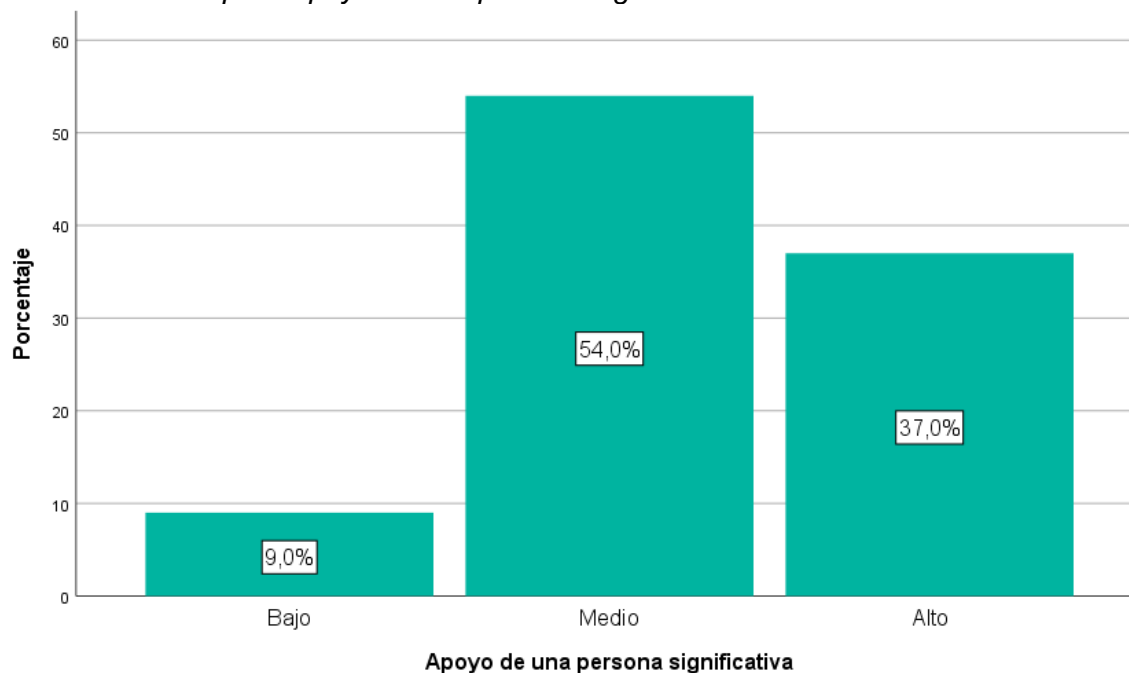
Frecuencias y porcentajes para Apoyo de una persona significativa

Apoyo de una persona significativa	Universitarios	Porcentaje (%)
Bajo	18	9.0
Medio	108	54.0
Alto	74	37.0
Total	200	100.0

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Figura 9

Gráfico de barras para Apoyo de una persona significativa



Nota. Elaboración propia.

Interpretación:

En relación con el apoyo de una persona significativa entendida como aquella figura emocionalmente relevante fuera del núcleo familiar y de los amigos tradicionales, el 54.0%

de los estudiantes manifestó un nivel medio, lo que puede interpretarse como la presencia de una figura cercana, pero no siempre disponible o confiable en todos los contextos emocionales.

El 37.0% reportó un alto nivel de apoyo en esta dimensión, reflejando un vínculo afectivo fuerte, sostenido por sentimientos de comprensión mutua y disposición para brindar soporte emocional. Un 9.0% indicó un bajo nivel, lo cual podría implicar una carencia de referentes afectivos en ámbitos más íntimos o existenciales.

4.1.4. Prueba de hipótesis.

Con el propósito de determinar la naturaleza de la distribución de las variables incluidas en el estudio, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, apropiada para muestras grandes como la presente, compuesta por 200 estudiantes universitarios. Esta prueba permitió identificar si los datos observados se ajustan a una distribución normal, lo cual es requisito para la aplicación de técnicas paramétricas de análisis inferencial.

Tabla 14
Prueba de normalidad para las variables del estudio

Variables	Kolmogorov-Smirnov			Resultado
	Estadístico	gl	Sig.	
Autoestima	0.070	200	0.019	No normal
Autoestima Positiva	0.107	200	0.000	No normal
Autoestima Negativa	0.151	200	0.000	No normal
Apoyo Social	0.059	200	0.084	Normal
Apoyo de la familia	0.148	200	0.000	No normal
Apoyo de los amigos	0.070	200	0.017	No normal
Apoyo de una persona significativa	0.091	200	0.000	No normal

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

Los resultados indicaron que la mayoría de variables evaluadas presentaron una distribución no normal. Específicamente, las variables autoestima general, autoestima positiva, autoestima negativa, apoyo de la familia, apoyo de los amigos y apoyo de una persona significativa, arrojaron niveles de significancia (sig.) inferiores a 0.05, lo que conlleva al rechazo de la hipótesis nula de normalidad. Dicho patrón sugiere asimetrías o concentraciones de valores que no se ajustan a la curva gaussiana esperada en muestras normales.

Únicamente, la variable apoyo social general obtuvo un valor de significancia de 0.084, lo cual supera el umbral de 0.05, indicando una distribución normal según el criterio adoptado. Sin embargo, al tratarse de una sola variable con distribución normal frente a múltiples variables no normales, se optó por la aplicación de un estadístico de correlación no paramétrico.

Entonces, dado que la mayoría de las variables del estudio no siguieron una distribución normal, se descartó el uso del coeficiente de Pearson, el cual requiere normalidad en las variables continuas para garantizar la validez de sus estimaciones. En su lugar, se eligió el coeficiente rho de Spearman, una prueba no paramétrica que permite evaluar la relación monótonica entre dos variables ordinales o de intervalo sin requerir supuestos de normalidad.

El coeficiente rho de Spearman es particularmente útil para investigaciones psicosociales como la presente, donde se trabaja con escalas de tipo Likert y constructos psicológicos subjetivos como la autoestima y el apoyo social percibido. Además, este coeficiente es robusto frente a valores extremos y distribuciones sesgadas, lo cual fortalece la fiabilidad de los análisis correlacionales realizados.

Por lo tanto, al comprobarse que las variables clave del estudio no presentaron distribución normal, se justificó metodológicamente la elección del coeficiente rho de Spearman para las pruebas de hipótesis relacionadas con la asociación entre autoestima y apoyo social percibido.

Además, para la interpretación del coeficiente de correlación se siguió la propuesta de Roy- García et al. (2019).

Tabla 15
Interpretación del coeficiente de correlación

Rango del coeficiente (ρ)	Interpretación
0	Ausencia total de asociación entre variables
$\pm 0.01 - \pm 0.19$	Asociación muy baja o casi inexistente
$\pm 0.20 - \pm 0.49$	Asociación leve o poco consistente
$\pm 0.50 - \pm 0.79$	Asociación intermedia o moderada
$\pm 0.80 - \pm 0.99$	Asociación alta o sólida
± 1.00	Asociación perfecta (relación lineal ideal)

Nota. Adaptado de Correlación: no toda correlación implica causalidad, Roy-García et al., 2019, DOI: 10.29262/ram.v66i3.651

A. Prueba de la hipótesis general

- i. Hipótesis: existe una relación significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.
 - Hipótesis nula: no existe relación entre autoestima y apoyo social
 - Hipótesis alterna: existe relación entre autoestima y apoyo social
- ii. Significancia: 0.05
- iii. Decisión:
 - Si el p-valor no supera (<0.05) la significancia \rightarrow Se concluye en relación
 - Si el p-valor supera (≥ 0.05) la significancia \rightarrow No se concluye en relación

iv. Pruebas:

Tabla 16

Prueba de correlación entre autoestima y apoyo social

Rho de Spearman		Autoestima
Apoyo Social	Coeficiente	0.557
	p-valor	0.000
	N	200

Nota. Significativo al 1%.

v. Análisis:

Los resultados evidenciaron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la autoestima y el apoyo social percibido ($\rho = 0.557$; $p < 0.001$). Este coeficiente se ubicó dentro del rango de asociación moderada conforme al criterio de Roy-García, lo cual implica que a medida que los estudiantes perciben mayor respaldo social en su entorno, tienden a experimentar una autoevaluación más positiva. Desde una perspectiva psicológica, el apoyo social actúa como un regulador emocional que refuerza el autoconcepto, promoviendo sentimientos de aceptación, pertenencia y valor personal.

vi. Conclusión:

Se logró aceptar la hipótesis planteada, entonces, se afirma que existe una relación significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

B. Prueba de la primera hipótesis específica

i. Hipótesis: Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

- Hipótesis nula: no existe relación entre autoestima y apoyo social percibido de la familia.
- Hipótesis alterna: existe relación entre autoestima y apoyo social percibido de la familia.

ii. Significancia: 0.05

iii. Decisión:

- Si el p-valor no supera (< 0.05) la significancia → Se concluye en relación
- Si el p-valor supera (≥ 0.05) la significancia → No se concluye en relación

iv. Pruebas:

Tabla 17*Prueba de correlación entre autoestima y apoyo social percibido de la familia*

	Rho de Spearman	Autoestima
	Coeficiente	0.551
Apoyo de la familia	p-valor	0.000
	N	200

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

v. Análisis:

Se halló una correlación significativa y positiva entre la autoestima y el apoyo percibido de la familia ($\rho = 0.551$; $p < 0.001$). Este coeficiente se interpretó también como una asociación moderada, lo que indica que el respaldo emocional, la validación afectiva y el involucramiento de los vínculos familiares influyen directamente en la percepción que los estudiantes tienen de sí mismos. En términos psicológicos, la familia opera como una figura de apego primario que moldea los esquemas de valor personal desde etapas tempranas del desarrollo, consolidándose como una fuente crucial de soporte en etapas de transición como la universitaria.

vi. Conclusión:

Se logró aceptar la hipótesis planteada, entonces, se afirma que existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

C. Prueba de la segunda hipótesis específica

i. Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de los amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024

- Hipótesis nula: no existe relación entre autoestima y apoyo social percibido de los amigos.
- Hipótesis alterna: existe relación entre autoestima y apoyo social percibido de los amigos.

ii. Significancia: 0.05

iii. Decisión:

- Si el p-valor no supera (< 0.05) la significancia → Se concluye en relación
- Si el p-valor supera (≥ 0.05) la significancia → No se concluye en relación

iv. Pruebas:

Tabla 18*Prueba de correlación entre autoestima y apoyo social percibido de los amigos*

	Rho de Spearman	Autoestima
Apoyo de los amigos	Coeficiente	0.483
	p-valor	0.000
	N	200

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

v. Análisis:

El análisis mostró una correlación positiva y significativa entre la autoestima y el apoyo social percibido por parte de los amigos ($\rho = 0.483$; $p < 0.001$). Este coeficiente corresponde a una asociación leve o poco consistente, de acuerdo con los umbrales interpretativos utilizados. A pesar de su menor intensidad respecto a las otras dimensiones, el resultado sugiere que la calidad de los vínculos de amistad sí tiene un papel en la autovaloración, especialmente como espacio de contención emocional, socialización y aceptación entre pares, aspectos centrales en el desarrollo de la identidad.

Conclusión: se determinó la presencia de una asociación significativa, aunque de menor intensidad, entre el apoyo de los amigos y la autoestima, lo que evidencia que los vínculos horizontales contribuyen en menor medida, pero no irrelevante a la consolidación del yo.

vi. Conclusión:

Se logró aceptar la hipótesis planteada, entonces, se afirma que existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de los amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

D. Prueba de la tercera hipótesis específica

i. Hipótesis: existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de otros vínculos significativos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

- Hipótesis nula: no existe relación entre autoestima y apoyo social percibido de otros vínculos significativos.
- Hipótesis alterna: existe relación entre autoestima y apoyo social percibido de otros vínculos significativos.

ii. Significancia: 0.05

iii. Decisión:

- Si el p-valor no supera (<0.05) la significancia → Se concluye en relación

- Si el p-valor supera (≥ 0.05) la significancia \rightarrow No se concluye en relación

iv. Pruebas:

Tabla 19

Prueba de correlación entre autoestima y apoyo social percibido de otros vínculos significativos

	Rho de Spearman	Autoestima
Apoyo de una persona significativa	Coeficiente	0.554
	p-valor	0.000
	N	200

Nota. Elaborado con los datos de los instrumentos aplicados.

v. Análisis:

Los resultados revelaron una correlación positiva significativa entre la autoestima y el apoyo percibido de una persona significativa ($\rho = 0.554$; $p < 0.001$), clasificada como moderada en intensidad. Esto sugiere que los vínculos afectivos estrechos, que van más allá del círculo familiar o amistoso convencional —como una pareja, mentor o confidente—, cumplen una función reguladora en la autoestima, actuando como fuentes de comprensión empática, orientación emocional y validación del sentido de identidad personal.

Conclusión: Se identificó una correlación moderada entre el apoyo de una figura significativa y la autoestima, lo que reafirma la importancia de los vínculos afectivos profundos en la autorregulación emocional y en la percepción positiva del yo.

vi. Conclusión:

Se logró aceptar la hipótesis planteada, entonces, se afirma que existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de otros vínculos significativos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

4.2. Discusión de resultados

La presente investigación concluyó que existe una relación positiva y moderada entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de Psicología de una universidad privada de Lima ($\rho = 0.557$; $p < 0.001$). Este hallazgo permite reafirmar la hipótesis de que el entorno social, a través de la percepción de apoyo emocional, instrumental y evaluativo, actúa como un factor clave en la construcción y mantenimiento de una valoración personal saludable. La correlación obtenida da sustento empírico a la noción de que los vínculos sociales, cuando son percibidos como cercanos, disponibles y comprensivos, refuerzan la autovaloración de los sujetos, especialmente en contextos exigentes como el ámbito académico universitario. Este resultado consideró a estudiantes universitarios, quienes, por la naturaleza introspectiva de su formación académica, se

encuentran en una etapa de desarrollo en la que el autoconcepto y la regulación emocional son centrales. En este sentido, el entorno académico no solo actúa como espacio de aprendizaje, sino también como escenario clave para la formación de la autoestima y la percepción del apoyo social.

Esta relación hallada es congruente con el estudio de Barrio (2020), quien encontró que el apoyo social percibido se correlaciona significativamente con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios, y que en conjunto con la resiliencia explicó el 54.6% de la varianza del bienestar psicológico (R^2 ajustado = 0.546; $p < .001$). En su análisis, el autor identificó que el apoyo social, particularmente el proveniente de amistades, funcionaba como un regulador emocional que potenciaba tanto el compromiso académico como la estabilidad afectiva, facilitando así niveles más altos de autoestima. Este resultado interpreta que la validación afectiva recibida de los pares constituye una fuente de retroalimentación emocional que refuerza la percepción de valía y eficacia personal. Asimismo, el hallazgo va en conjunto con lo reportado por Puma (2024), quien demostró una asociación significativa entre el apoyo social y la autoestima en adolescentes escolarizados, con un coeficiente de correlación de $\rho = 0.260$; $p < 0.05$. Aunque de menor intensidad, este resultado valida empíricamente el rol facilitador del apoyo social en la conformación del autoconcepto positivo y el bienestar emocional, lo cual refuerza la idea de que las redes de soporte son determinantes en la salud mental juvenil. La menor magnitud del coeficiente sugiere, además, que la eficacia del apoyo depende del nivel de maduración psicosocial, siendo más influyente en contextos de mayor exigencia emocional como el universitario.

La conclusión, también, se ve respaldada por los resultados de Velásquez (2021), quien halló que durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19, los estudiantes que percibieron mayores niveles de apoyo social mostraron una mejor adaptación emocional y mayor resiliencia. Se reportó una correlación negativa significativa entre apoyo social y cansancio emocional ($r = -0.278$; $p = 0.001$), lo que indica que el respaldo afectivo actúa como amortiguador emocional ante situaciones de estrés. Este autor destacó que el apoyo de personas significativas, más allá de los vínculos familiares, fue un determinante para sostener la autopercepción positiva frente a contextos adversos, evidenciando que el sentido de pertenencia y contención social incide directamente en los procesos de autorregulación afectiva, componentes esenciales de la autoestima. Este vínculo emocional de alta disponibilidad permite al sujeto mantener su autovaloración, incluso cuando el entorno se percibe como inestable o incierto Quiles (2021). De forma adicional, el resultado se articula con lo encontrado por Rojas (2023), quien reportó una correlación fuerte ($\rho = 0.716$; $p = 0.000$) entre apoyo social y autoestima en estudiantes de Huancayo.

La robustez de esta correlación reafirma la presencia de una asociación consistente entre ambas variables, incluso en contextos regionales distintos y bajo condiciones sociales y culturales diversas. El autor concluyó que el fortalecimiento de las redes de apoyo incrementa la valoración personal y reduce el riesgo de vulnerabilidad emocional, aspectos que también fueron destacados en el presente estudio. En este sentido, la percepción de apoyo constante opera como un mecanismo de validación continua del yo, que consolida la identidad personal en formación.

Por otro lado, el estudio cualitativo desarrollado por Mora et al. (2021) en jóvenes madres adolescentes aporta una perspectiva complementaria. Este trabajo evidenció que el efecto del apoyo social en la autoestima no solo depende de su presencia, sino también de la forma en que este es brindado. Mientras el respeto fortalecía la autovaloración, el control o intrusión disfrazada de ayuda la debilitaba. Se reportó una correlación negativa significativa entre apoyo social mal percibido y autoestima ($r = -0.17$; $p < 0.01$). Esta evidencia sugiere que, aunque el apoyo social generalmente favorece la autoestima, su impacto está mediado por la calidad percibida del vínculo y por factores contextuales, como el respeto a la autonomía personal. Esto refuerza la importancia de entender el apoyo no solo como cantidad, sino como experiencia subjetiva válida, lo cual resulta especialmente relevante en etapas de alta vulnerabilidad emocional.

Cabe destacar que estos hallazgos encuentran sustento teórico en el Modelo de Autoestima de Rosenberg, el cual conceptualiza la autoestima como una evaluación general del yo, y en el Modelo de Apoyo Social Percibido de Zimet, que entiende el apoyo como una percepción subjetiva de la disponibilidad emocional, instrumental y afectiva proveniente del entorno cercano (Torres, 2017). Ambos modelos, aplicados en esta investigación, permiten validar empíricamente la relación entre las variables analizadas en estudiantes universitarios (Nicho et al., 2023).

Finalmente, cabe señalar la postura divergente planteada por Caciano (2023), quien no encontró relación significativa entre el apoyo social percibido y el estrés académico en estudiantes universitarios de Psicología. Si bien este resultado no contradice directamente el presente hallazgo, sí introduce una cautela metodológica: el impacto del apoyo social podría variar según el tipo de variable dependiente evaluada (en este caso, estrés vs. autoestima) y el contexto particular en el que se desarrolla el estudio. En dicho estudio, los coeficientes de correlación fueron mínimos (entre $r = -0.001$ y -0.048), lo que sugiere que el estrés académico está más influido por variables instrumentales como la carga horaria o los métodos de evaluación. Este contraste sugiere la necesidad de interpretar los resultados de manera contextualizada y considerar posibles moderadores en la relación entre apoyo social y variables psicológicas. En tanto el estrés académico

está más condicionado por factores pedagógicos y estructurales, la autoestima como construcción subjetiva y afectiva se encuentra más estrechamente vinculada a los vínculos sociales y la percepción de apoyo emocional, particularmente en carreras que implican formación humanista e introspectiva como la Psicología. Este hallazgo es plenamente coherente con el postulado de Quiles (2021), quien considera que la autoestima se construye de manera progresiva a partir de la interacción social, las experiencias emocionales y las evaluaciones externas que el individuo internaliza. La percepción de aceptación, reconocimiento y validación desde el entorno se convierte, según este autor, en un insumo decisivo para la elaboración de un autoconcepto saludable, lo cual se refleja en una autoestima alta, positiva y estable.

La relación identificada también se alinea con la teoría propuesta por Fernández y Tecglen (2022), quienes plantean que la autoestima, entendida como la valoración subjetiva del yo, se ve fuertemente determinada por la forma en que nos sentimos valorados por los demás. Según esta perspectiva, los vínculos interpersonales cumplen una función reguladora de la salud emocional, y un entorno social contenedor proporciona un contexto ideal para el desarrollo de la seguridad interna, la autorregulación afectiva y la motivación personal. En tal sentido, el hallazgo se convierte en un correlato empírico de una relación teórica ya ampliamente discutida en la psicología del desarrollo. Asimismo, el resultado es congruente con los aportes de Gracia y Herrero (1995), quienes definen el apoyo social percibido como la representación subjetiva de la disponibilidad de ayuda emocional, instrumental y evaluativa. Según estos autores, el hecho de sentirse acompañado y comprendido en contextos de transición o estrés, como la etapa universitaria, permite al sujeto mantener un autoconcepto más sólido, funcional y resiliente. Estos planteamientos teóricos respaldan lo obtenido en el presente estudio, el cual se basa en los modelos de Rosenberg 1965 y Zimet 1988, considerados referentes empíricamente validados para medir autoestima y apoyo social percibido, respectivamente (Nicho et al., 2023). Dichos modelos resultan especialmente pertinentes para poblaciones como los estudiantes de Psicología, debido a que permiten captar dimensiones subjetivas clave en el proceso de formación académica y emocional (Torres, 2017). Por tanto, la correlación hallada entre ambas variables se justifica dentro de un marco teórico donde el entorno psicosocial es entendido como un factor protector de la salud mental. Este sustento teórico se ve respaldado por los hallazgos de Riquez y León (2024), quienes identificaron un efecto significativo ($p < 0.05$) del apoyo social familiar sobre la autoestima en universitarios, lo cual enfatiza la importancia de los vínculos familiares como base del desarrollo psicoafectivo.

Además, la conclusión va acorde con las dimensiones del apoyo social identificadas por Pérez y Martín (2004), quienes explican que este se compone de múltiples formas de ayuda, entre las que destacan el apoyo emocional, el instrumental y el evaluativo. Todas estas dimensiones coinciden en facilitar un entorno psicosocial donde el individuo se siente valioso, capaz y acompañado, generando condiciones propicias para el fortalecimiento de su autoconcepto. Es importante destacar que el dato empírico obtenido en el presente estudio ($\rho = 0.551$; $p < 0.001$) no solo evidencia una correlación positiva moderada entre el apoyo familiar y la autoestima, sino que además sugiere que los estudiantes universitarios con redes familiares emocionalmente disponibles logran una mayor estabilidad afectiva y seguridad personal. Esta explicación cobra aún más valor cuando se comprende que el apoyo social actúa como un "espejo afectivo" que permite al sujeto interiorizar su valía.

Por otra parte, la dimensión afectiva de la autoestima, definida por Quiles (2021) como el juicio valorativo que el sujeto realiza sobre sí mismo, también se ve explicada a partir del apoyo social percibido. Los sentimientos de valía y aceptación que provienen de los otros se interiorizan y se traducen en actitudes positivas hacia uno mismo. Así, el componente afectivo de la autoestima se nutre directamente de un clima de apoyo social sólido. Lo relevante del hallazgo es que este dato evidencia que los estudiantes universitarios fortalecen su autoestima cuando perciben relaciones familiares caracterizadas por la aceptación, el afecto y la orientación. Esta interpretación ayuda a entender que el impacto del entorno social no es homogéneo, sino cualitativamente diferenciado. Por tanto, en el caso específico de estudiantes universitarios, el entorno familiar y académico se convierte en un espacio crucial para la construcción de una autoestima sólida, particularmente porque estas personas están en formación para desempeñar roles profesionales que requieren elevada estabilidad emocional, autovaloración y empatía.

El hallazgo de una relación estadísticamente significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima confirma el postulado central del modelo de **Zimet et al. (1988)**, el cual sostiene que la percepción subjetiva del respaldo emocional y social constituye un factor determinante en la valoración personal que el individuo construye de sí mismo. Al mismo tiempo, estos resultados dialogan estrechamente con el modelo unidimensional de **Rosenberg (1965)**, que considera la autoestima como una disposición evaluativa general. En este caso, el apoyo social actúa como un contexto facilitador de dicha disposición, al reforzar la percepción de valía personal.

En el primer objetivo específico, se confirmó la existencia de una correlación positiva y moderada entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en

estudiantes universitarios de Psicología ($\rho = 0.551$; $p < 0.001$). Este resultado evidencia que los vínculos familiares que se perciben como emocionalmente disponibles, afectivos y validadores, inciden significativamente en la autovaloración personal de los estudiantes, reforzando sus componentes cognitivos, afectivos y conductuales de la autoestima.

La relación hallada es congruente con el estudio de Riquez y León (2024), quienes con una muestra de universitarios evidenciaron que el apoyo social familiar tuvo efecto significativo sobre la autoestima y la satisfacción con la vida ($p < 0.05$). Además, la relación observada se corresponde con los hallazgos de Puma (2024), quien encontró una correlación significativa ($\rho = 0.260$; $p < 0.05$) entre apoyo social y autoestima en universitarios, destacando que el respaldo emocional del hogar sigue siendo determinante incluso en etapas avanzadas del desarrollo. Estos estudiantes atraviesan procesos de reflexión emocional profunda que hacen especialmente relevante el papel de los vínculos afectivos en la construcción de su autoestima.

Del mismo modo, la conclusión va acorde con el estudio de Velásquez (Velasquez, 2021), quien en el contexto de confinamiento por COVID-19 encontró que, a pesar del distanciamiento físico, el funcionamiento familiar adaptativo se asociaba a una mayor percepción de apoyo social, la cual, a su vez, se vinculaba con niveles más altos de resiliencia emocional. No obstante, lo verdaderamente importante del hallazgo no es solo el respaldo empírico, sino su explicación: la familia actúa como un agente formador de la identidad, proveyendo validación emocional y seguridad. Esta base emocional fortalece la autoestima al permitir que el sujeto se perciba como valioso dentro de un entorno afectivo estable.

Por otra parte, Mora et al. (2021), en un enfoque cualitativo, demostraron que la percepción del apoyo familiar solo impacta positivamente en la autoestima cuando es brindado con respeto y sin juicios. Esta evidencia introduce una matización relevante al hallazgo: no todo tipo de apoyo familiar fortalece la autoestima; su efecto positivo depende de cómo es percibido por el sujeto, especialmente en términos de autonomía, escucha y contención. La correspondencia entre apoyo y autoestima no puede entenderse de manera lineal o automática, sino que está mediada por la calidad subjetiva del vínculo.

Además, este hallazgo es consistente con lo expuesto por Aguilar et al. (2022), quienes sostienen que el apoyo familiar no solo tiene implicancias académicas, sino también un peso significativo en la construcción afectiva del yo, al facilitar un entorno estable, válida y de confianza emocional.

No obstante, a diferencia del estudio de Melchor et al. (2021), donde se reportó un coeficiente más alto ($r = 0.623$; $p = 0.000$), en esta investigación el impacto fue moderado. Esta variación podría explicarse por el contexto post-pandemia en el que se desarrolló el

presente estudio, en el cual las dinámicas familiares se vieron alteradas por factores como el aislamiento o el estrés económico. Asimismo, en contraste con Caciono (2023), quien no encontró una relación significativa entre apoyo social y estrés académico ($r = -0.001$ a -0.048), este estudio sí confirma el impacto positivo del apoyo familiar sobre la autoestima, lo cual sugiere que esta variable se relaciona más estrechamente con componentes afectivos que con estrés académico directamente. Dado que la muestra estuvo compuesta por estudiantes de Psicología, la relación hallada cobra aún más importancia. En carreras vinculadas al análisis del comportamiento humano y la introspección emocional, el apoyo social puede funcionar como un amortiguador ante el estrés académico y emocional, lo que influye directamente en una percepción más favorable de sí mismos.

Esta relación es congruente con la teoría de Fernández y Tecglen (2022), quienes subrayan que la autoestima es el reflejo del valor que nos atribuimos, influido en gran parte por los vínculos formativos más tempranos, siendo la familia el principal agente de socialización primaria. Desde esta perspectiva, una familia que promueve la escucha, la orientación y el reconocimiento potencia en sus integrantes el desarrollo de un autoconcepto sólido y estable. Asimismo, Quiles (2021) señala que la autoestima se forma a partir de las relaciones interpersonales y la imagen que los demás proyectan de uno mismo. Así, la percepción de aceptación familiar incide directamente en el componente afectivo de la autoestima, favoreciendo sentimientos de valía y autoaceptación. A ello se suma el componente conductual, que se ve reflejado en acciones decididas y en la capacidad de enfrentar desafíos, en tanto la familia proporciona seguridad emocional.

Desde la dimensión del apoyo social, Gracia y Herrero (1995) señalan que el clima de apoyo es fundamental en la percepción de bienestar subjetivo, entendiendo este clima como la calidad de las relaciones en el hogar. Por lo tanto, la correlación hallada es coherente con esta dimensión teórica, al evidenciar que el entorno familiar cálido y participativo fomenta la formación de una autoestima funcional. No obstante, en contraste, ciertas corrientes centradas en la individuación podrían argumentar que el desarrollo del yo requiere cierto grado de independencia del entorno familiar. Sin embargo, incluso en estos enfoques, se reconoce que un vínculo familiar seguro proporciona la base desde la cual el individuo puede explorar, decidir y reafirmar su identidad personal. Este análisis teórico coincide con el enfoque de Rosenberg 1965, quien sostiene que la autoestima se construye como una evaluación afectiva general del yo, influenciada por la aceptación significativa del entorno (Torres, 2017). Asimismo, la aplicación del modelo de Zimet en esta investigación permitió identificar que el apoyo percibido de la familia y los amigos se convierte en una fuente clave de regulación emocional, validación y seguridad, en especial

en una muestra compuesta por universitarios que enfrentan altas demandas formativas y personales (Nicho et al., 2023).

Este resultado se alinea de manera contundente con la dimensión “Apoyo Familiar” de la Escala MSPSS de Zimet, que evalúa el grado de percepción del respaldo emocional y práctico por parte del núcleo familiar. En contextos universitarios, especialmente en carreras que requieren alta implicación emocional como Psicología, el soporte familiar puede funcionar como una base afectiva que refuerza la autoevaluación positiva propuesta por Rosenberg (1965). Por tanto, el hallazgo confirma que una percepción sólida de apoyo familiar incide en una mejor construcción del autoconcepto, lo que se traduce en niveles más altos de autoestima. Esto sugiere que el entorno familiar sigue siendo una fuente significativa de validación incluso en etapas de relativa independencia como la vida universitaria.

Respecto al segundo objetivo específico, se halló una relación positiva y significativa, de intensidad leve, entre el apoyo social percibido de los amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de Psicología ($p = 0.483$; $p < 0.001$). Este resultado sugiere que los vínculos amistosos percibidos como emocionalmente disponibles, confiables y comprensivos pueden contribuir al fortalecimiento del autoconcepto, aunque con una menor intensidad que los vínculos familiares o significativos. Desde la teoría psicológica, este hallazgo puede explicarse por el papel que cumple la amistad como espacio de validación social y como fuente de pertenencia e identificación durante la adultez temprana, particularmente en contextos académicos de alta demanda. Dicho contexto propio de la formación profesional en Psicología se caracteriza por una exigencia constante de autoconocimiento, inteligencia emocional y habilidades interpersonales, lo cual explica por qué el apoyo social de pares también resulta relevante, aunque menos determinante que el familiar.

La correlación observada concuerda con el estudio de Barrio (2020), quien identificó que, entre los estudiantes universitarios, la dimensión del apoyo social proveniente de los amigos fue la más valorada, superando incluso el apoyo de la familia. En este caso, las amistades funcionaron como el principal canal de contención emocional y motivacional, especialmente frente a los desafíos académicos. Aunque en el presente estudio dicha relación fue leve, su significancia confirma que los vínculos horizontales desempeñan un rol protector en la configuración de la autoestima, al proporcionar reconocimiento, empatía y aceptación.

Asimismo, el resultado es congruente con la evidencia presentada por Velásquez (2021), quien, en el marco del confinamiento obligatorio, encontró que los estudiantes percibieron mayores niveles de apoyo por parte de amistades, más que desde sus propias

familias. Esto demuestra que el entorno relacional inmediato se reorganiza en función de las condiciones contextuales, y que los amigos pueden cumplir funciones estabilizadoras de la autovaloración. Este tipo de reconfiguración relacional es especialmente relevante en estudiantes universitarios, quienes enfrentan exigencias emocionales y académicas elevadas, lo cual refuerza la necesidad de fuentes confiables de validación personal.

En el ámbito adolescente, Gutiérrez et al. (2021) subrayan que el apoyo entre pares no solo refuerza la autoestima, sino que favorece la adaptación escolar, la integración social y el bienestar subjetivo. Este tipo de apoyo cumple funciones específicas de validación identitaria, comparación social y retroalimentación emocional, que resultan esenciales en el tránsito hacia la adultez. Aunque el presente estudio se sitúa en una etapa evolutiva posterior, sus hallazgos se articulan con estos postulados, al destacar que los amigos siguen siendo fuentes significativas de retroalimentación positiva que inciden en la autovaloración. El resultado también guarda relación con los hallazgos de Luján (2021), quien encontró una correlación positiva y significativa entre el apoyo social offline, especialmente el de los amigos, y la autoestima en adolescentes argentinos. Esta evidencia internacional refuerza la validez de la asociación hallada en el presente estudio, al demostrar que los vínculos afectivos entre pares continúan siendo relevantes para el bienestar emocional incluso en contextos tecnológicos y digitales.

A diferencia de Barrio (2020), quien encontró que el apoyo de los amigos era la dimensión más valorada, en este estudio su influencia fue menor que la del entorno familiar. Esta diferencia podría deberse a que los estudiantes de Psicología, debido a la carga emocional de su formación, tienden a priorizar vínculos afectivos más estables como los familiares. De igual modo, comparado con Luján (2021), quien reportó una correlación más fuerte entre apoyo social offline y autoestima en adolescentes ($r = 0.422$; $p < 0.01$), aquí la correlación fue similar pero en adultos jóvenes universitarios, lo que indica que la influencia de los amigos se mantiene, aunque se modula según el ciclo vital y el contexto académico. Además, es importante destacar que en contraste con el estudio de Velásquez (2021), donde se valoró más el apoyo de amigos en contextos de confinamiento, este estudio se desarrolló en un contexto pospandemia, con dinámicas presenciales ya reestablecidas.

En la teoría, este resultado puede interpretarse a la luz de lo expuesto por Gutiérrez et al. (2021), quienes sostienen que el apoyo de los amigos incide principalmente en el ajuste social y emocional, proporcionando espacios de pertenencia y aceptación en entornos grupales, más que en la estructura profunda del yo. Desde el modelo de Zimet en 1988, aplicado en esta investigación, se reconoce el papel estructural que cumple el apoyo percibido de los amigos como factor regulador del bienestar psicológico (Nicho et

al., 2023), al igual que en la teoría de Rosenberg en 1965, donde la autoestima se construye desde la interacción social significativa y la retroalimentación emocional (Torres, 2017).

Los datos obtenidos respaldan también la dimensión de “Apoyo de Amigos” en el modelo de Zimet, lo que indica que los lazos horizontales —es decir, entre pares— tienen un papel determinante en la construcción de la autoestima. Este hallazgo matiza el modelo de Rosenberg al sugerir que, si bien la autoestima es una disposición global, puede estar influida de manera específica por el reconocimiento, aceptación y validación obtenida en el grupo de iguales, especialmente durante la etapa universitaria. En estudiantes de Psicología, que suelen desarrollar una sensibilidad interpersonal elevada, la percepción de aceptación social por parte del grupo de compañeros puede reforzar la valoración interna del yo, actuando como un espejo que retroalimenta la autopercepción.

La conclusión va en conjunto con lo postulado por Quiles (2021), quien explica que la autoestima se construye mediante el componente afectivo del autoconcepto, nutrido por las interacciones sociales. Las amistades, especialmente durante la etapa universitaria, actúan como redes de sostén emocional que permiten validar sentimientos, compartir vivencias y reflexionar sobre las propias cualidades en comparación con los demás. Además, desde la perspectiva del apoyo social, Pérez y Martín (2004) destacan que el apoyo emocional de pares ofrece cercanía, comprensión y afecto. Lo relevante es que el estudiante no solo construye su autoestima en el seno familiar, sino también en espacios sociales de convivencia diaria, como las aulas y los grupos de estudio, donde encuentra validación entre sus iguales.

Sin embargo, algunos enfoques podrían relativizar esta asociación, argumentando que las relaciones amistosas suelen ser más inestables o situacionales en comparación con las familiares. A pesar de ello, el entorno universitario propicia vínculos de alta relevancia emocional, que pueden sostener la autopercepción en momentos de exigencia académica o crisis personal. Este tipo de entorno resulta particularmente demandante para estudiantes de Psicología, lo que justifica la importancia de los vínculos de amistad como fuentes de validación emocional complementaria.

Sobre el tercer objetivo específico, se reveló una correlación positiva y moderada entre el apoyo social percibido de una persona significativa y la autoestima en estudiantes universitarios de Psicología ($\rho = 0.554$; $p < 0.001$). Este resultado sugiere que la presencia de una figura emocionalmente cercana, como una pareja, mentor, docente o amigo íntimo, percibida como confiable, empática y disponible, ejerce una influencia relevante en la valoración personal del individuo. Desde la teoría psicológica, este tipo de vínculo puede cumplir funciones estabilizadoras en el yo, al proporcionar seguridad emocional, validación

de identidad y contención afectiva, especialmente en contextos de vulnerabilidad como la vida universitaria.

Este hallazgo es coherente con lo reportado por Velásquez (2021), quien encontró que, durante el confinamiento por la COVID-19, los estudiantes universitarios percibieron un mayor apoyo por parte de personas significativas distintas a familiares o amigos, lo cual tuvo un impacto directo en su resiliencia emocional y en el funcionamiento psicológico general. Esta evidencia sugiere que los vínculos afectivos profundos, aunque no formen parte del núcleo familiar tradicional, pueden tener efectos equivalentes, o incluso superiores, en la construcción de un autoconcepto saludable.

Asimismo, la conclusión va en conjunto con el estudio cualitativo de Mora et al. (2021), quien documentó que el respeto y la contención brindada por figuras significativas fortalecían la autoestima de madres adolescentes en contextos rurales. El análisis temático de sus testimonios mostró que la percepción de apoyo respetuoso, no intrusivo, es esencial para que el soporte tenga efectos positivos. Este matiz aporta una dimensión cualitativa relevante al hallazgo del presente estudio: la calidad del vínculo con la persona significativa es un factor determinante en la consolidación de la autoestima, ya que este tipo de apoyo se caracteriza por su personalización, estabilidad y profundidad emocional.

Además, el estudio de Barrio (2020) refuerza esta asociación al señalar que el bienestar psicológico en estudiantes se explica en gran medida por el apoyo social percibido. En ese estudio se hallaron niveles altos de bienestar en estudiantes que reportaron contar con una figura significativa de soporte.

El resultado arrojó una correlación positiva y moderada entre el apoyo de una persona significativa y la autoestima ($\rho = 0.554$; $p < 0.001$). Esta asociación refleja la influencia sustantiva de vínculos estrechos y emocionalmente significativos, como una pareja, mentor o figura de referencia, en la consolidación de la autovaloración personal. Esta conclusión concuerda con el planteamiento de Gracia y Herrero (1995), quienes reconocen que el apoyo percibido no solo reside en el número de relaciones, sino en la calidad afectiva y funcional de las mismas.

La correlación hallada va acorde con la perspectiva de Quiles (2021), al considerar que el componente afectivo de la autoestima se ve fortalecido por interacciones que proporcionan reconocimiento genuino y aceptación incondicional. Una figura significativa contribuye no solo al juicio afectivo sobre el yo, sino también al componente cognitivo, al permitir que el individuo se vea reflejado en una mirada valorativa y afirmativa. A su vez, Pérez y Martín (2004) reconocen que el apoyo emocional proveniente de un vínculo íntimo incrementa la percepción de valía y competencia. Este hallazgo permite interpretar que la

autoestima también se construye en la intimidad emocional compartida, en la escucha activa y en el acompañamiento empático, más allá de la familia y los amigos.

En comparación con el estudio de Mora et al. (2021), donde se identificó una relación negativa entre apoyo intrusivo y autoestima ($r = -0.17$; $p < 0.01$), aquí la correlación fue positiva y moderada, lo cual podría relacionarse con la calidad no invasiva del apoyo en la muestra estudiada. Además, a diferencia de Velásquez (2021), quien encontró que los estudiantes valoraban más el apoyo externo al núcleo familiar en confinamiento, en este estudio ya en contexto híbrido o presencial los vínculos significativos parecen haberse consolidado de manera afectiva y funcional. En contraste con Soza (2022), quien reportó una paradoja donde el apoyo social percibido podía fomentar conductas de riesgo, aquí se confirmó que el apoyo significativo bien canalizado se asocia con una mayor autoestima, lo cual refuerza la necesidad de evaluar no solo la cantidad, sino la calidad y modalidad del soporte recibido.

Desde el marco conceptual adoptado, estos resultados fortalecen el planteamiento de Rosenberg en 1965, quien consideraba que la autoestima está enraizada en la validación social y emocional significativa (Torres, 2017). Igualmente, según el modelo de Zimet en 1988, los vínculos con personas significativas tienen una influencia diferenciada y decisiva en la percepción de apoyo, lo cual se confirma empíricamente en estudiantes de Psicología, quienes integran de forma intensa los afectos en su construcción personal. (Nicho et al., 2023).

Este resultado confirma la importancia de la tercera dimensión del modelo de Zimet et al. (1988), referida al apoyo recibido de una pareja sentimental u otra figura emocionalmente relevante. En este caso, se matiza el modelo de Rosenberg, ya que se sugiere que la evaluación global de uno mismo puede verse directamente afectada por vínculos significativos fuera del núcleo familiar o del grupo de pares, especialmente si se trata de relaciones íntimas y emocionalmente profundas. El impacto positivo de estos vínculos sobre la autoestima refuerza la tesis de que el juicio personal del valor intrínseco (Rosenberg, 1965) se construye no de manera aislada, sino dentro de un entramado relacional, donde las figuras cercanas actúan como mediadores de dicha valoración.

Aunque ciertos enfoques podrían argumentar que el desarrollo de la autoestima debería depender más del autoconocimiento que del refuerzo externo, las evidencias sugieren que el apoyo emocional sostenido por una figura significativa actúa como un catalizador de procesos internos de autoaceptación y autorreflexión. En consecuencia, el contexto universitario de formación psicológica ofrece una plataforma idónea para comprender cómo los vínculos afectivos contribuyen de manera diferenciada a la

construcción de un autoconcepto saludable, tal como lo validan los modelos teóricos utilizados.

Conclusiones

- Se determinó que existe una relación significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024. Esta relación fue estadísticamente significativa y de intensidad moderada en los estudiantes universitarios analizados ($\rho = 0.557$; $p < 0.001$).
- Se determinó que existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024. La correlación además de ser significativa fue de intensidad moderada ($\rho = 0.551$; $p < 0.001$).
- Se determinó que existe una relación significativa el apoyo social percibido de los amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024. Dicha correlación fue de intensidad leve ($\rho = 0.483$; $p < 0.001$).
- Se determinó que existe una relación significativa el apoyo social percibido de otros vínculos significativos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024. Asimismo, dicha correlación tuvo una intensidad moderada entre el apoyo percibido de una persona significativa y la autoestima ($\rho = 0.554$; $p < 0.001$).

Recomendaciones

- Se recomienda que futuras investigaciones adopten un enfoque longitudinal o mixto, a fin de analizar no solo la relación puntual entre el apoyo social percibido y la autoestima, sino también su evolución a lo largo del tiempo. Esta perspectiva permitiría identificar patrones de cambio, adaptación o deterioro de dichas variables en diferentes momentos del ciclo universitario. Asimismo, considerando la naturaleza compleja y subjetiva del apoyo social, sería pertinente complementar los métodos cuantitativos con técnicas cualitativas como entrevistas semiestructuradas o grupos focales, las cuales facilitarían una comprensión más profunda del significado personal que los estudiantes otorgan a sus vínculos afectivos y a las redes de apoyo que conforman. Cabe señalar que, futuros estudios podrían explorar cómo varía la relación entre apoyo social y autoestima a lo largo del tiempo, o si existen diferencias significativas según el sexo, modalidad de estudios o tipo de institución. Incluir nuevas variables, como resiliencia o ansiedad académica, también puede aportar nuevas miradas.
- Respecto a los instrumentos utilizados, se sugiere emplear escalas psicométricas alternativas o complementarias, como el Inventario de Autoestima de Coopersmith para evaluar la autoestima desde una perspectiva más multidimensional, o el Cuestionario de Apoyo Social de Sarason, que permite explorar el apoyo disponible y deseado. Estas herramientas podrían aportar una visión más rica y comparativa de los constructos analizados, fortaleciendo así la validez convergente de los resultados. Además, se recomienda ampliar el marco teórico mediante la inclusión de nuevas variables psicológicas relacionadas con el bienestar emocional, como la ansiedad académica, el estrés percibido, la regulación emocional o la motivación intrínseca, con el fin de construir modelos explicativos más integrales que articulen los distintos factores que influyen en la autoestima del estudiante universitario.
- Finalmente, tomando en cuenta que el estudio se basó en un muestreo no probabilístico por conveniencia y que la muestra estuvo limitada a una sola facultad, se aconseja que futuras investigaciones apliquen un muestreo aleatorio estratificado, lo cual permitiría mejorar la representatividad y precisión de los resultados. Asimismo, se sugiere ampliar la muestra incluyendo estudiantes de distintas carreras, ciclos de formación y sedes universitarias, lo cual posibilitaría realizar comparaciones entre subgrupos y analizar el efecto de variables contextuales e institucionales. Estas recomendaciones permitirían no solo

superar las limitaciones del presente estudio, sino también enriquecer la comprensión científica sobre los factores que inciden en la autoestima en contextos académicos diversos.

REFERENCIAS

- Aguilar Guevara, F., Xelhuantzi Guerra, V. I., Camacho Candia, J., & Aguilar Guevara, F. (2022). Tipos de apoyo familiar y su influencia en el desarrollo académico de alumnos con aptitudes sobresalientes. *Voces De La educación*, 7(13). <https://www.revista.vocesdelaeducacion.com.mx/index.php/voces/article/view/512>
- Amezquita. (2018). *Autoestima*. editorial pones Unidad de Guanajuato. <http://www.dcne.ugto.mx/respaldo1/Contenido/MaterialDidactico/amezquita/Lecturas/Autoestima.pdf>
- Angulo, J. (2025). *Perú registra 253 suicidios en lo que va del 2025: cifra ya sobrepasa casos de enero a abril de 2024*. <https://www.infobae.com/peru/2025/04/25/peru-registra-253-suicidios-en-lo-que-va-del-2025-cifra-ya-sobrepasa-casos-de-enero-a-abril-de-2024/>
- Arratia López Fuentes, N., Domínguez Espinosa, A., & Valdez Medina, J. (2017). Autoestima como mediador entre afecto positivo-negativo y resiliencia en una muestra de niños mexicanos. *Acta universitaria*, 27(1). https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-62662017000100088
- Barrio, D. (2020). *Bienestar psicológico, apoyo social percibido, compromiso académico y resiliencia en estudiantes universitarios en España*. Universidad Europea.
- Caciano Donayre, J. M. (2023). *Relación entre estrés académico y apoyo social percibido en estudiantes de Psicología de una universidad particular - 2021*. Universidad Continental. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/12488>
- Campó, S. (24 de Julio de 2024). *Salud mental en crisis: depresión, ansiedad y estrés aumentan cada vez más entre los peruanos*. <https://www.infobae.com/peru/2024/07/28/salud-mental-en-crisis-depresion-ansiedad-y-estres-aumentan-cada-vez-mas-entre-los-peruanos/>
- Coila, S. (2024). *Cansancio emocional y apoyo social percibido en estudiantes universitarios que trabajan de una universidad pública de Arequipa*. Universidad Nacional de San Agustín.
- Equipo editorial, Etecé. (23 de enero de 2023). *Autoestima*. Enciclopedia Humanidades : <https://humanidades.com/autoestima/>
- Fernández Delgado, D., & Tecglen García, C. (2022). *Guía práctica de la autoestima*. CONVIVES CON ESPASTICIDAD. https://copcantabria.es/wp-content/uploads/2022/03/Guia_Autoestima_Convives.pdf

- Fernández Lasarte, O., Ramos Díaz, E., & Axpe Sáez, I. (2019). Rendimiento académico, apoyo social percibido e inteligencia emocional en la universidad. *European Journal of Investigation in Health*, 9(1), 39-49. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7109642>
- Fiallo Armendáriz, R., Vizcaíno Escoba, A., & Castro Martínez, J. (2020). Reflexiones sobre el apoyo social en el afrontamiento a la COVID- 19. *Revista de Información científica para la Dirección*, 35, 1996-3521. <https://doi.org/http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/445/4452032019/index.html>
- Fuentes Parrales, J. E., Piloza Peñafiel, B. D., & Pin Rivera, E. M. (2024). La importancia del apoyo social y comunitario a jóvenes para prevenir y recuperarse de sus adicciones. *MQRInvestigar*, 8(1), 5636–5651. <https://doi.org/https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.5636-5651>
- González Arratia López Fuentes, N. I., Torres Muñoz, M. A., & Morelato, G. S. (2020). Apoyo Social, Autoestima y Bienestar Subjetivo en Escolares. El caso de México y Argentina. *Acta de investigación psicológica*, 10(2), 65-79. <https://doi.org/https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2020.2.347>
- Gracia, E., & Herrero, J. y. (1995). *PSICOLOGÍA COMUNITARIA APOYO SOCIAL*. Area de Psicología Social. https://www.udc.gal/dep/ps/grupo/programas/apoyo_s.pdf
- Granada, H. (2001). El ambiente social. *Investigación & Desarrollo*, 9(1), 388-407. <https://www.redalyc.org/pdf/268/26890102.pdf>
- Grossetti, M. (2009). ¿Qué es una relacion social? Un conjunto de mediaciones diádicas. *Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 16, 44-62. <https://www.redalyc.org/pdf/931/93112850002.pdf>
- Gutiérrez, M., Tomás, J. M., & Pastor, A. M. (2021). Apoyo social de familia, profesorado y amigos, ajuste escolar y bienestar subjetivo en adolescentes peruanos. *Suma Psicológica*, 28(1), 17-24. <https://doi.org/https://doi.org/10.14349/sumapsi.2021.v28.n1.3>
- Hernández Sampier, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. d. (2014). *Metodología de la investigación*. McGRAW-HILL. https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Irausquín, C., Colina, J., Moreno, D., & Marín, F. (2016). Fundamentos conceptuales del desarrollo. *Multiciencias*, 16(3), 288-293. <https://www.redalyc.org/pdf/904/90453464007.pdf>

- Luján Segagliate, C. (2021). *Apoyo social en línea y fuera de línea y su relación con la autoestima adolescente*. Pontificia Universidad Católica Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/12391>
- Martín, L., Gavín, O., Sanz, G., & Molero, D. (2023). Self-Concept and Self-Esteem, Determinants of Greater Life Satisfaction in Mountain and Climbing Technicians and Athletes Investig. Health Psychol. Educ. *Investig. Health Psychol. Educ*, 12(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ejihpe13070088>
- Melchor, G. (2021). *Apoyo social de familia, profesorado y amigos, ajuste escolar y bienestar subjetivo en adolescentes peruanos*. Suma Psicológica.
- Minev, M., Petrova, K., Petkova, R., & Strebkova. (2018). Self-esteem in adolescents. *Trakia Journal of Sciences*, 2(13). <https://doi.org/10.15547/tjs.2018.02.007>
- Mora, G., Escarate, L., Espinoza, C., & Peña, A. (2021). Apoyo social percibido, autoestima y maternidad adolescente: entre el respeto y la intrusión. Estudio en Traiguén, Chile. *Revista de Trabajo Social e intervención social*, 32(1), 151-171. <https://doi.org/10.25100/prts.v0i32.10785>.
- Panduro Inga, I. R., & Fernandez Panez, H. J. (2023). *Apoyo social percibido y calidad de vida en adultos mayores del programa pension 65 de Pucara-Huancayo, 2022*. Universidad Peruana Los Andes. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/6845>
- Pérez Bilbao, J., & Martín Daza, F. (2004). El apoyo social. *CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO*. https://www.insst.es/documents/94886/326962/ntp_439.pdf/148113c8-bbba-40b3-86c7-81db7869d737
- Puma, L. (2024). *Apoyo social y autoestima en estudiantes adolescentes de un colegio público de Lima Metropolitana*. Universidad Antonio Ruiz de Montoya.
- Quiles Sebastián, M. (2021). TALLER DE MEJORA DE LA AUTOESTIMA. UC3M. https://www.uc3m.es/ss/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-Disposition&blobheadername2=Cache-Control&blobheadervalue1=inline%3B+filename%3D%22Mejorar_la_autoestima_Mar%3%ADa_Jos%3%A9_Quiles_Sebasti%3%A1n..pdf
- Riquez De La Cruz, R. B., & Leon Espejo, M. S. (2024). *Efecto del apoyo social familiar sobre el ajuste escolar, la autoestima y la satisfacción con la vida en adolescentes peruanos*. Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/55f2aed7-e166-4fe1-9521-fb096f380110/content>

- Rojas Echavautes, A. E. (2023). *Apoyo social y autoestima en estudiantes de V y VI ciclo de instituciones educativas de Huancayo-2023*. Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/131074>
- Soza Romero, J. L. (2022). *Apoyo social percibido y conductas sexuales de riesgo en adolescentes de una institución educativa secundaria, Lima, 2022*. Universidad Roosevelt. <https://repositorio.uroosevelt.edu.pe/handle/20.500.14140/937>
- Velasquez, W. (2021). *Apoyo social percibido, resiliencia y funcionamiento familiar en estudiantes universitarios durante confinamiento obligatorio por la COVID-19 en Barranquilla*. Universidad Simón Bolívar.
- Veliz, J. (2020). *Autoestima y apoyo social percibido en universitarios que hacen uso de redes sociales*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.
- Vicary, E., Bee, K., & Bennion, M. (2024). The impact of social support on university students living with mental illness: a systematic review and narrative synthesis. *Journal of Mental Health*. <https://doi.org/https://www.tandfonline.com/action/showCitFormats?doi=10.1080/09638237.2024.2408237>
- Viteri Chiriboga, E., Briones Arboleda, E., Bajaña Murillo, V., & Aroni Caicedo, E. (2019). Funcionalidad familiar y apoyo social percibido. Abordaje desde la intervención comunitaria en Ecuador. *Revista Venezolana de Gerencia*, 24(88), 1249-1261. <https://www.redalyc.org/journal/290/29062051016/html/>
- Wei, P. (2022). The impact of social support on students' mental health: A new perspective based on fine art majors. *Front. Psychol.*

Anexos

Anexo 1: Matriz de Consistencia

Título: Autoestima y apoyo social percibido en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada Lima ,2024.

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA	MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Problema General: ¿Qué relación existe entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024?</p> <p>Problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué relación existe entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024? • ¿Qué relación existe entre el apoyo social percibido de los 	<p>Objetivo General: Determinar la relación entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024. • Determinar la relación entre el apoyo social percibido de los 	<p>Hipótesis General: Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de la familia y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024. • Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de los 	<p>Variable 1: Autoestima</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aceptación de uno mismo • Aspecto físico • Patrimonio psicológico <p>Variable 2: Apoyo social percibido</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apoyo familiar • Apoyo de amigos 	<p>Nivel de Investigación: Correlacional.</p> <p>Método General: Científico</p> <p>Diseño: No experimental, transversal, correlacional</p>	<p>Población: 415 estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada Lima ,2024.</p> <p>Muestra: 200 estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada Lima ,2024.</p> <p>Muestreo: Probabilístico.</p>	<p>Técnicas: Encuesta.</p> <p>Instrumentos: Cuestionario.</p>

amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024?

- ¿Qué relación existe entre el apoyo social percibido de otros vínculos significativos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024?

amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024

- Determinar relación entre el apoyo social percibido de otros vínculos significativos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.

amigos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024

- Existe una relación significativa entre el apoyo social percibido de otros vínculos significativos y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024.
-

Anexo 2. Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Valores
Autoestima	Es la valoración que hacemos de nosotros mismos, basada en pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias acumuladas a lo largo de la vida (Quiles Sebastián, 2021).	Se tomará un cuestionario con respecto a las dimensiones de aceptación de uno mismo, aspecto físico y el Patrimonio psicológico.	Autoestima positiva	- Satisfacción personal - Aceptación de uno mismo	1, 2, 3	Likert	<ul style="list-style-type: none"> • Nunca • Casi nunca • A vece • Casi siempre • Siempre
			Autoestima negativa	- Pesimismo - Inseguridad personal	4, 5, 6		
Apoyo social percibido	Elemento clave para el bienestar individual, familiar y comunitario, ya que responde a las necesidades y situaciones de transición a lo largo del proceso de desarrollo de cada persona (Fiallo Armendáriz y otros, 2020).	Se tomará un cuestionario con respecto a las dimensiones de apoyo familiar y el apoyo de amigos	Apoyo familiar	- Ayuda instrumental - Comunicación familiar	10, 11, 12	Likert	<ul style="list-style-type: none"> • Nunca • Casi nunca • A vece • Casi siempre • Siempre
			Apoyo de amigos	Lealtad y compromiso	13, 14, 15		

Anexo 3. Instrumentos de investigación

Instrucciones: Por favor, responda a las siguientes preguntas marcando la opción que corresponda. Use la siguiente escala de Likert:

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre

Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES)

N°	Ítems	1	2	3	4	5
1	En general, estoy satisfecho conmigo mismo.					
2	A veces pienso que no soy bueno en nada.					
3	Tengo la sensación de que poseo algunas buenas cualidades.					
4	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de las personas.					
5	Siento que no tengo demasiadas cosas de las que sentirme orgulloso.					
6	A veces me siento realmente inútil.					
7	Tengo la sensación de que soy una persona de valía, al menos igual que la mayoría de la gente.					
8	Ojalá me respetara más a mí mismo.					
9	En definitiva, tiendo a pensar que soy un fracasado.					
10	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.					

Escala Multidimensional de Apoyo Social

Percibido (MSPSS)

N°	Ítems	1	2	3	4	5
1	Cuando necesito algo, sé que hay alguien que me puede ayudar.					
2	Cuando tengo penas o alegrías, hay alguien que me puede ayudar					
3	Tengo la seguridad que mi familia trata de ayudarme					
4	Mi familia me da la ayuda y apoyo emocional que requiero.					
5	Hay una persona que me ofrece consuelo cuando lo necesito.					
6	Tengo la seguridad de que mis amigos tratan de ayudarme.					
7	Puedo contar con mis amigos cuando tengo problemas.					
8	Puedo conversar de mis problemas con mi familia.					
9	Cuando tengo alegrías o penas puedo compartirlas con mis amigos.					
10	Hay una persona que se interesa por lo que yo siento.					
11	Mi familia me ayuda a tomar decisiones.					
12	Puedo conversar de mis problemas con mis amigos.					

Anexo 4. Consentimiento informado

Consentimiento informado para participantes de Investigación

El presente estudio es conducido por Bonnie Emily Zanabria Orellana, bachiller egresado de la carrera de psicología de la Universidad Continental. El objetivo de la investigación es: Determinar la relación existe entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, 2024. En función de ello, lo invitamos a participar de este estudio a través de la realización de dos cuestionarios psicológicos: Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES) y Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS), que se estima tendrá una duración de 20 minutos. Si usted lo desea, se le enviará una copia de los resultados del estudio una vez que este haya concluido. Su participación es absolutamente voluntaria. Todos sus datos personales se mantendrán en estricta confidencialidad: se codificarán con un número para identificarlos de modo que se mantenga el anonimato. Además, no serán usados para ningún otro propósito que la investigación. Cuando la aplicación de los instrumentos haya terminado, los registros serán eliminados. Su participación no involucra ningún beneficio directo para su persona. Si usted lo desea, un informe de los resultados de la investigación se le puede hacer llegar cuando la investigación haya concluido y usted lo solicite, para ello usted nos brindará el medio de comunicación más conveniente para hacerle llegar la información. Su participación será sin costo alguno. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole. Todas las consultas o dudas que tenga sobre la investigación pueden ser atendidas en cualquier momento durante su participación. Así mismo, puede retirar su participación en el momento que lo desee sin ningún perjuicio. Si durante la entrevista alguna de las preguntas le resulta incómoda, puede decírselo al entrevistador y también puede, si así lo desea, no responderla. Una vez que acepte participar, una copia de este consentimiento informado le será entregada.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Bonnie Emily Zanabria Orellana. He sido informado(a) de que el objetivo de este estudio es: Determinar la relación existe entre el apoyo social percibido y la autoestima en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, 2024. Se me ha informado que tendré que responder preguntas en dos cuestionarios psicológicos: Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES) y Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS), lo cual tomará aproximadamente 20 minutos. Entiendo que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado(a) de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a Bonnie Emily Zanabria Orellana. (44078876@continental.edu.pe) al teléfono 999 400 312. Estoy al tanto de que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados del estudio cuando este haya concluido. Estoy al tanto que no recibiré ninguna compensación económica por mi participación. Para esto, puedo contactar a Bonnie Emily Zanabria Orellana. (44078876@continental.edu.pe) al teléfono anteriormente mencionado.

Nombre del participante

Firma del participante

Fecha

Anexo 5. Carta de aceptación

UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA
Decano

Lima, Lima, Perú

A quien corresponda:

Por medio de la presente, el decano y la Universidad Privada de Lima Metropolitana, ubicada en el distrito de Lima Metropolitana, departamento Lima, tiene el agrado de comunicar que, en atención a la solicitud presentada por el(a) investigador(a) [Nombre del Investigador], autor(a) del estudio titulado “Apoyo social percibido y autoestima en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2024”, se ha revisado y evaluado el propósito de la investigación, así como los instrumentos propuestos.

Luego de la evaluación correspondiente, se otorga la autorización formal para la aplicación de los cuestionarios de Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS) y Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES) en los estudiantes universitarios, bajo la condición de que se respete el principio de voluntariedad, anonimato, confidencialidad y el consentimiento informado de los participantes, conforme a las normas éticas vigentes.

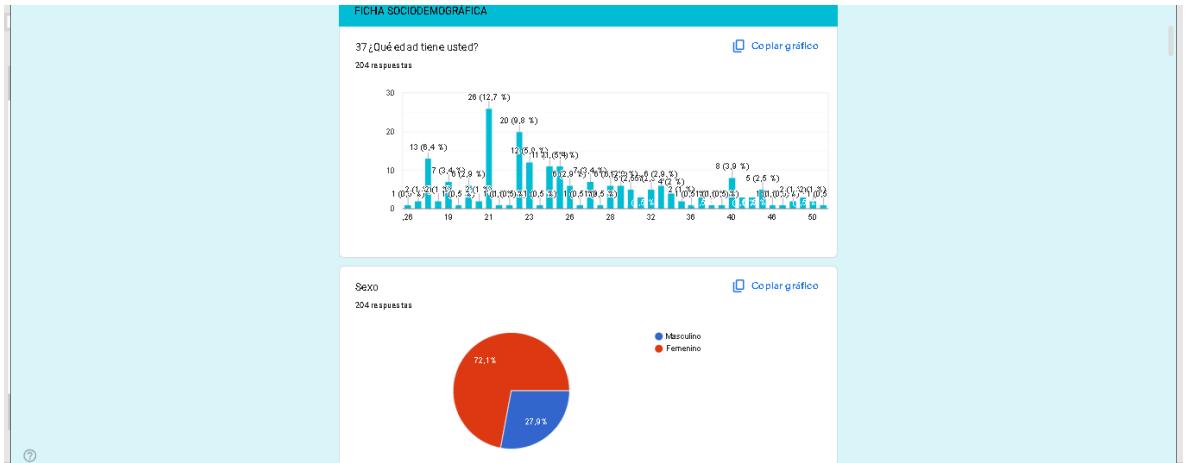
Reafirmamos nuestro compromiso institucional con la mejora continua de los procesos pedagógicos y la innovación educativa, por lo que saludamos la iniciativa investigativa que, estamos seguros, contribuirá al fortalecimiento del aprendizaje matemático mediante el uso de tecnologías emergentes.

Sin otro particular, le extendemos nuestros mejores deseos por el éxito de la investigación.

Atentamente,

Decano
Universidad Privada de Lima Metropolitana
Lima Metropolitana – Lima
Sello de la Institución

Anexo 5. Pruebas de la aplicación de los instrumentos



Estudio de Apoyo social percibido y autoestima en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2024. - Excel (Error de activación de productos)

Marca tiempo	Deseo Partic	37 ¿Qué edad tiene usted?	Sexo	¿Qué edad tiene usted?	¿Con quién?	1. En gener	2. A veces pl	3. Tengo la s	4. Soy capaz	5. Siento qu	6. A veces m	7. Tengo la s	8. OjalÁj me	9. En definit	10. Tengo u	1. Cui
2024/12/05 15:54	18 años	18	Femenino	II	Padres y her	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	Casi nunca	Much
2024/12/05 7:54	18 años	18	Femenino	IV	Padres y her	Casi siempre	Casi nunca	Siempre	Siempre	Nunca	Casi nunca	Siempre	en ocasiones	Casi nunca	Casi siempre	Siemp
2024/12/05 8:54	18 años	18	Femenino	IV	Padres y her	en ocasiones	Casi siempre	en ocasiones	Casi nunca	Casi siempre	Casi siempre	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	Casi nunca	Algun
2024/12/05 8:54	23 años	23	Femenino	I	Padres y her	Casi nunca	Casi siempre	en ocasiones	Casi nunca	Siempre	Siempre	Casi nunca	Casi siempre	Siempre	Casi nunca	Nunca
2024/12/06 7:54	32 años	32	Femenino	V	Solo	en ocasiones	Casi nunca	Siempre	Casi siempre	Casi nunca	Nunca	Casi siempre	Siempre	Casi nunca	Casi siempre	Much
2024/12/07 6:54	34 años	34	Femenino	X	Solo	Casi siempre	en ocasiones	Siempre	Siempre	Nunca	Nunca	Casi nunca	Siempre	Nunca	Siempre	Siemp
2024/12/07 6:54	21 años	21	Masculino	III	Padres y her	Siempre	Casi nunca	Siempre	Siempre	Casi nunca	en ocasiones	Siempre	Siempre	Casi nunca	Siempre	Siemp
2024/12/08 1:54	30 años	30	Femenino	II	Padres y her	Casi siempre	Nunca	Siempre	Siempre	Casi nunca	Nunca	Siempre	Siempre	Nunca	Casi siempre	Algun
2024/12/08 1:54	30 años	30	Femenino	X	Padres y her	Siempre	Nunca	Siempre	Siempre	Nunca	Nunca	Casi siempre	Siempre	Nunca	Siempre	Siemp
2024/12/09 9:54	27 años	27	Femenino	II	Padres y her	Siempre	Nunca	Siempre	Siempre	Siempre	Nunca	Siempre	Siempre	Nunca	Siempre	Siemp
2024/12/09 1:54	20 años	20	Femenino	VII	Padres y her	Casi siempre	en ocasiones	Casi siempre	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	Casi siempre	en ocasiones	Casi nunca	Casi siempre	Algun
2024/12/09 4:54	20 años	20	Femenino	IV	Padres y her	Casi siempre	Nunca	Siempre	Siempre	Siempre	Nunca	en ocasiones	en ocasiones	Nunca	Casi siempre	Much
2024/12/09 4:54	22 años	22	Femenino	VIII	Padres y her	Casi siempre	Casi nunca	Casi siempre	Casi siempre	Casi nunca	Nunca	Siempre	Casi siempre	Nunca	Casi siempre	Algun
2024/12/09 5:54	18 años	18	Masculino	II	Padres y her	Siempre	Nunca	Siempre	Siempre	Nunca	Nunca	Siempre	Casi siempre	Nunca	Siempre	Much
2024/12/10 1:54	23 años	23	Masculino	IV	Solo	Siempre	Nunca	Siempre	Siempre	Nunca	Nunca	Siempre	Nunca	Nunca	Siempre	Siemp
2024/12/10 7:54	40 años	40	Masculino	X	Padres y her	Casi siempre	Casi nunca	Siempre	Casi siempre	Casi nunca	Nunca	Siempre	en ocasiones	Nunca	Casi siempre	Algun
2024/12/10 8:54	27 años	27	Masculino	I	Padres y her	en ocasiones	Casi siempre	Casi siempre	en ocasiones	Casi siempre	en ocasiones	en ocasiones	Casi siempre	en ocasiones	en ocasiones	Muy p
2024/12/10 9:54	25 años	25	Femenino	IX	Familiares	en ocasiones	en ocasiones	Casi siempre	Casi siempre	Casi nunca	en ocasiones	en ocasiones	Casi nunca	en ocasiones	en ocasiones	Algun
2024/12/10 1:54	25 años	25	Femenino	X	Padres	Casi siempre	Casi nunca	Casi siempre	Casi siempre	Casi nunca	Casi nunca	Casi siempre	en ocasiones	Casi nunca	Casi siempre	Much
2024/12/10 6:54	21 años	21	Femenino	VIII	Familiares	en ocasiones	en ocasiones	Casi siempre	Casi siempre	Casi nunca	en ocasiones	Casi siempre	en ocasiones	Casi nunca	en ocasiones	Algun
2024/12/11 8:54	17 años	17	Femenino	I	Padres	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	Casi siempre	Casi siempre	en ocasiones	en ocasiones	Casi siempre	Casi nunca	Muy p
2024/12/11 1:54	23 años	23	Femenino	X	Solo	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	Casi siempre	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	Much
2024/12/11 1:54	22 años	22	Masculino	IV	Solo	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siemp
2024/12/11 1:54	21 años	21	Femenino	V	Amigos	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	en ocasiones	Algun

Anexo 6. Base de datos

Nº	Edad	Sexo	Autoestima	Autoestima Positiva	Autoestima Negativa	Apoyo Social	Apoyo de la familia	Apoyo de los amigos	Apoyo de una persona significativa
1	18	1	20	12	8	36	12	12	12
2	18	1	35	20	15	48	16	16	16
3	18	1	18	11	7	24	8	8	8
4	23	1	16	8	8	9	1	7	1
5	32	1	31	16	15	28	11	8	9
6	34	1	30	16	14	33	12	9	12
7	21	2	32	19	13	46	16	15	15
8	30	1	33	18	15	28	9	9	10
9	30	1	34	18	16	45	16	13	16
10	27	1	36	20	16	48	16	16	16
11	20	1	24	15	9	27	8	10	9
12	20	1	26	16	10	42	14	14	14
13	22	1	28	15	13	23	6	9	8
14	18	2	33	18	15	34	12	10	12
15	23	2	34	15	19	48	16	16	16
16	40	2	28	16	12	21	5	9	7
17	27	2	19	10	9	18	4	7	7
18	25	1	22	12	10	24	8	8	8
19	25	1	28	16	12	36	12	12	12
20	21	1	23	13	10	22	5	8	9
21	17	1	21	12	9	22	8	8	6
22	23	1	21	11	10	37	11	13	13
23	22	2	30	18	12	48	16	16	16
24	21	1	22	12	10	24	8	8	8
25	18	2	35	19	16	33	11	10	12
26	27	2	19	10	9	24	6	9	9
27	26	2	22	12	10	25	11	7	7
28	26	1	30	18	12	26	9	11	6
29	24	1	26	15	11	26	10	8	8
30	18	1	21	12	9	35	12	11	12
31	24	2	24	13	11	16	5	6	5
32	17	2	31	18	13	29	11	9	9
33	18	1	34	17	17	48	16	16	16
34	21	1	29	16	13	43	16	14	13
35	22	2	21	10	11	33	11	11	11
36	22	1	27	16	11	28	11	8	9
37	21	1	24	12	12	24	8	8	8
38	22	2	21	11	10	31	10	11	10
39	29	1	12	6	6	12	4	4	4
40	23	2	27	17	10	35	12	12	11
41	32	1	29	16	13	35	11	12	12
42	50	1	32	18	14	41	14	14	13
43	40	1	31	18	13	44	15	14	15
44	28	2	25	14	11	17	5	5	7

45	27	1	28	15	13	37	9	15	13
46	37	1	30	17	13	40	13	14	13
47	34	2	25	13	12	14	5	4	5
48	21	2	26	15	11	37	12	11	14
49	21	2	27	17	10	44	16	14	14
50	23	1	16	7	9	16	5	6	5
51	24	2	25	14	11	24	7	8	9
52	46	1	31	16	15	21	5	7	9
53	20	1	22	13	9	35	12	12	11
54	29	1	24	16	8	24	8	8	8
55	35	1	30	18	12	30	13	8	9
56	31	1	30	17	13	31	12	10	9
57	48	1	35	19	16	27	9	8	10
58	18	1	31	18	13	16	4	6	6
59	40	1	34	19	15	45	16	15	14
60	28	1	29	14	15	27	7	8	12
61	32	2	27	18	9	26	9	7	10
62	44	2	28	16	12	33	11	11	11
63	21	2	19	9	10	34	11	12	11
64	25	1	35	19	16	46	16	14	16
65	27	1	23	13	10	24	11	7	6
66	26	2	27	14	13	25	9	8	8
67	30	1	32	17	15	38	13	11	14
68	25	1	19	10	9	25	7	10	8
69	25	1	21	12	9	24	7	8	9
70	29	1	26	16	10	39	13	14	12
71	34	2	26	14	12	31	11	9	11
72	37	2	34	18	16	34	12	11	11
73	48	2	28	16	12	31	11	9	11
74	25	1	28	16	12	25	10	9	6
75	26	1	27	14	13	25	8	8	9
76	38	1	25	15	10	24	10	7	7
77	29	1	31	16	15	32	11	10	11
78	26	1	27	18	9	27	13	7	7
79	40	1	36	19	17	48	16	16	16
80	28	2	20	11	9	24	7	8	9
81	31	1	36	20	16	48	16	16	16
82	40	2	22	12	10	33	11	11	11
83	21	1	24	12	12	19	7	7	5
84	40	1	35	19	16	44	15	13	16
85	27	1	32	16	16	37	13	12	12
86	29	1	25	13	12	7	2	3	2
87	21	2	31	17	14	42	14	14	14
88	25	1	20	11	9	10	3	3	4
89	47	2	25	14	11	24	8	8	8
90	44	1	27	13	14	39	14	12	13
91	32	1	23	12	11	33	12	10	11
92	29	2	27	14	13	30	11	10	9
93	23	1	26	13	13	32	10	9	13
94	33	1	26	15	11	7	0	4	3

95	21	1	24	13	11	32	11	12	9
96	30	1	24	14	10	19	6	5	8
97	42	1	29	16	13	32	11	11	10
98	49	1	34	18	16	36	12	13	11
99	18	2	35	19	16	48	16	16	16
100	28	1	22	11	11	24	8	8	8
101	40	1	23	14	9	24	8	9	7
102	42	1	27	15	12	29	14	9	6
103	30	1	30	19	11	42	13	14	15
104	33	1	29	18	11	34	13	10	11
105	33	2	31	15	16	35	12	11	12
106	18	1	24	12	12	33	11	11	11
107	41	1	31	13	18	36	13	12	11
108	49	2	30	19	11	34	12	13	9
109	40	1	28	18	10	26	11	7	8
110	34	1	30	16	14	33	10	11	12
111	44	1	32	17	15	40	14	12	14
112	21	2	29	18	11	37	13	12	12
113	22	2	19	9	10	27	11	8	8
114	18	2	20	13	7	13	2	6	5
115	25	2	17	7	10	14	2	5	7
116	19	1	34	19	15	22	7	7	8
117	33	1	33	18	15	22	10	6	6
118	22	1	30	16	14	32	10	10	12
119	59	2	29	16	13	38	13	12	13
120	42	1	27	15	12	37	12	13	12
121	41	1	27	15	12	36	12	12	12
122	50	1	29	17	12	38	13	13	12
123	19	1	20	11	9	30	10	10	10
124	35	2	29	15	14	13	3	5	5
125	21	2	21	9	12	30	6	10	14
126	19	1	22	10	12	27	10	8	9
127	24	1	18	9	9	3	0	2	1
128	18	1	22	11	11	29	11	10	8
129	21	1	26	14	12	26	10	10	6
130	27	2	27	15	12	37	12	11	14
131	18	1	28	16	12	35	12	12	11
132	28	1	27	15	12	32	9	12	11
133	18	2	31	19	12	28	11	8	9
134	24	1	24	14	10	30	8	11	11
135	22	2	23	12	11	31	9	11	11
136	20	1	21	12	9	29	11	9	9
137	21	1	23	13	10	40	12	14	14
138	21	2	22	12	10	23	8	6	9
139	21	1	19	9	10	39	13	13	13
140	27	2	21	11	10	23	6	9	8
141	20	1	24	12	12	18	7	5	6
142	19	1	25	14	11	36	12	12	12
143	24	1	21	12	9	32	13	9	10
144	21	1	28	15	13	33	11	10	12

145	25	1	30	18	12	37	11	13	13
146	19	1	23	13	10	33	11	13	9
147	20	1	35	19	16	26	7	10	9
148	19	2	30	20	10	36	12	12	12
149	36	1	20	9	11	8	1	3	4
150	20	1	26	14	12	36	11	13	12
151	22	1	35	19	16	33	8	11	14
152	24	1	19	9	10	14	5	5	4
153	18	1	24	12	12	23	9	9	5
154	37	1	39	19	20	48	16	16	16
155	22	1	31	19	12	36	12	12	12
156	22	1	34	18	16	33	11	11	11
157	22	2	20	9	11	28	10	10	8
158	23	1	38	20	18	48	16	16	16
159	24	2	23	13	10	15	5	6	4
160	21	1	29	15	14	37	12	14	11
161	22	1	22	12	10	21	7	6	8
162	22	1	26	14	12	15	4	5	6
163	21	1	25	13	12	24	7	9	8
164	23	1	36	20	16	29	9	10	10
165	24	1	17	9	8	18	5	6	7
166	23	2	36	20	16	48	16	16	16
167	24	1	24	18	6	40	13	15	12
168	22	1	33	18	15	36	12	11	13
169	21	1	27	18	9	38	15	12	11
170	19	1	25	15	10	36	12	12	12
171	32	2	24	14	10	37	14	11	12
172	21	1	30	19	11	27	11	8	8
173	24	1	30	17	13	38	12	12	14
174	26	1	22	11	11	31	10	11	10
175	21	2	23	13	10	31	10	10	11
176	23	1	29	17	12	43	14	14	15
177	23	1	25	14	11	30	9	11	10
178	22	1	23	13	10	29	11	11	7
179	20	1	35	18	17	48	16	16	16
180	19	1	24	14	10	33	12	11	10
181	28	2	31	18	13	46	16	16	14
182	26	2	27	15	12	33	10	11	12
183	21	1	38	19	19	48	16	16	16
184	25	2	28	15	13	30	12	9	9
185	22	1	22	14	8	11	2	5	4
186	21	1	24	15	9	26	8	10	8
187	22	1	26	16	10	32	12	9	11
188	21	1	26	15	11	42	13	16	13
189	26	2	16	10	6	21	4	9	8
190	23	1	21	11	10	26	9	8	9
191	21	1	22	12	10	32	12	10	10
192	23	1	27	16	11	28	11	9	8
193	25	1	27	17	10	30	15	7	8
194	39	2	20	10	10	24	8	8	8

195	33	1	30	18	12	7	1	3	3
196	49	1	35	20	15	48	16	16	16
197	44	1	31	19	12	41	13	14	14
198	31	1	24	13	11	23	10	5	8
199	22	1	24	14	10	34	11	12	11
200	41	1	29	17	12	38	12	13	13