



Autoestima en estudiantes universitario en la ciudad de Quito en el año 2023

Self-esteem in university students in the city of Quito in the year 2023

Autoestima em estudantes universitários da cidade de Quito no ano de 2023

Cristhian Fabricio Morales-Fonseca ^I
cmoralesf@ups.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-9675-5517>

Inés Margarita Mantilla-Posso ^{II}
immantilla@utn.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-5771-6347>

María Cristina Muñoz-Vaca ^{III}
mmunozv3@est.ups.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0007-5924-7306>

Carmen del Rosario Navas-Bonilla ^{IV}
cnavas@unach.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-3250-2948>

Correspondencia: cmoralesf@ups.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 10 de junio de 2023 * **Aceptado:** 18 de julio de 2023 * **Publicado:** 24 de agosto de 2023

- I. Docente de la Universidad Politécnica Salesiana, Doctorando en Psicología. MSc Psicología Forense, Psicólogo Clínico, Quito, Ecuador.
- II. Docente Universidad Técnica del Norte, MSc. Psicoterapia, Psicóloga Clínica, Ibarra, Ecuador.
- III. Licenciada en Psicología de la Universidad Politécnica Salesiana, Quito, Ecuador.
- IV. Docente de la Universidad Nacional de Chimborazo, Doctorando en Psicología, MSc. en Educación Especial, Licenciada en Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Familiar, Riobamba, Ecuador.

Resumen

La presente investigación que lleva como tema “Autoestima en estudiantes universitario en la ciudad de Quito en el año 2023”, tiene como objetivo describir los niveles de autoestima en estudiantes universitarios; en la investigación se trabajó con una población de 75 participantes, los mismos que fueron seleccionados de manera aleatoria. La investigación fue llevada a cabo bajo el método científico, se ocupó los diseños cuantitativo, descriptivo, transversal no experimental. Dentro de los instrumentos de recolección de datos se utilizó la Escala de Autoestima de Rosemberg; la misma que tiene una valoración de la variable "Autoestima" a nivel métrico, que luego es susceptible de ser subdivida en rangos de puntuación. Consta de 10 apartados, con 4 opciones de respuesta cada una. Se encontró que existe un predominio en los participantes presentando un nivel de autoestima media y baja, lo que puede estar asociado con ciertos factores académicos y familiares que pueden estar influyendo en dicho puntaje.

Palabras clave: autoestima; universidad; autoconcepto.

Abstract

The present investigation that has as its theme "Self-esteem in university students in the city of Quito in the year 2023", aims to describe the levels of self-esteem in university students; The research worked with a population of 75 participants, the same ones that were randomly selected. The research was carried out under the scientific method, quantitative, descriptive, non-experimental cross-sectional designs were used. Within the data collection instruments, the Rosemberg Self-Esteem Scale was used; the same one that has an assessment of the "Self-esteem" variable at the metric level, which can then be subdivided into score ranges. It consists of 10 sections, with 4 response options each. It was found that there is a predominance in the participants presenting a medium and low level of self-esteem, which may be associated with certain academic and family factors that may be influencing said score.

Keywords: self-esteem; university; selfconcept.

Resumo

A presente investigação que tem como tema “Autoestima em estudantes universitários da cidade de Quito no ano de 2023”, tem como objetivo descrever os níveis de autoestima em estudantes universitários; A pesquisa trabalhou com uma população de 75 participantes, os mesmos que

foram selecionados aleatoriamente. A pesquisa foi realizada sob o método científico, foram utilizados desenhos quantitativos, descritivos, não experimentais e transversais. Dentro dos instrumentos de coleta de dados foi utilizada a Escala de Autoestima de Rosenberg; o mesmo que possui avaliação da variável “Autoestima” em nível métrico, que pode então ser subdividida em faixas de pontuação. Consiste em 10 seções, com 4 opções de resposta cada. Verificou-se que há predominância de participantes que apresentam nível médio e baixo de autoestima, o que pode estar associado a determinados fatores acadêmicos e familiares que podem estar influenciando essa pontuação.

Palavras-chave: autoestima; universidade; auto-conceito.

Introducción

La presente investigación se desarrolló con el objetivo principal de describir la autoestima en estudiantes universitario en la ciudad de Quito en el año 2023. De la misma manera, se propuso desarrollar objetivos específicos, en los cuales se contempla el análisis de variables mediadoras como es el caso de la autoestima asociado a la universidad.

Se completó la revisión bibliográfica correspondiente, considerando los aspectos más relevantes de la variable de investigación principal. A su vez, se realizó una descripción de las causas y consecuencias, modelos explicativos, nivel de prevalencia y definición de variables asociadas.

En segundo lugar, se procedió a detallar los aspectos correspondientes a la metodología, específicamente los objetivos de la investigación, tipo y diseño de investigación empleados se enuncian y describen los instrumentos de recolección de información, y finalmente los aspectos éticos.

En tercer lugar, se encuentran los resultados obtenidos, en los cuales se da cumplimiento a los objetivos. Se presentan las tablas de cada uno de los instrumentos empleados. Finalmente, se desarrolla la discusión donde los resultados son contrastados con los obtenidos en otras investigaciones.

En última instancia se presentan las conclusiones y recomendaciones necesarias para la realización de futuras investigaciones, tomando como base las dificultades experimentadas en la presente.

Autoestima

La autoestima radica su concepto acerca de la confianza que tiene una persona sobre sí mismo y la noción sobre su valor, está relacionada a su vez con las experiencias que se tiene a lo largo de la vida, tomando en cuenta sentimientos y pensamientos (Castro, 2023), es decir que se refiere a la valoración que una persona hace de sí misma y de su propio valor como individuo. Esto relacionado a su capacidad de poder estimar sus propias habilidad o conocimientos.

De esta manera la autoestima puede ser alta, media o baja. Es por ello que una alta autoestima se refiere a una persona que se siente segura de sí misma, valora sus propias habilidades y acepta sus imperfecciones, es así que autoestima media radica en el concepto que la persona posee un equilibrio en cuanto así mismo, es decir puede aceptar errores y mejorarlos, sin embargo esta puede declinar en algún momento, por otro lado, una baja autoestima se refiere a una persona que se siente insegura, cuestiona su propio valor y tiene dificultades para aceptar sus imperfecciones, puede verse influenciada por muchos factores, incluyendo la infancia, las relaciones interpersonales, las experiencias de vida y la cultura.

También puede influir en cómo una persona se relaciona con el mundo. Las personas que poseen una alta autoestima suelen tener relaciones interpersonales más saludables, a enfrentar desafíos con mayor confianza y a ser más resilientes en situaciones difíciles. En cambio, las personas que presentan una autoestima baja tienden a desarrollar dificultades para establecer relaciones interpersonales saludables, tener miedo al fracaso y sentirse inseguras en situaciones nuevas o desconocidas.

Barrido Histórico de la Autoestima

La historia de la psicología es reciente, habiéndose popularizado en la década de 1970. Sin embargo, la importancia de la autoestima dentro del ámbito de la salud mental y el bienestar emocional ha sido reconocida por los filósofos y pensadores desde la antigüedad. Los antiguos filósofos griegos, como Sócrates y Platón, consideraban la autoconciencia y la autoevaluación como elementos esenciales en el proceso de alcanzar la sabiduría y la verdad. Sócrates en particular enfatizaba la importancia de conocerse a sí mismo, argumentando que solo a través del autoconocimiento argumentando que la persona podía llegar a la sabiduría y la felicidad. Considerando que la persona que examina su alma (*consideratio animae*) llega a conocerse a sí misma, asumiendo su lugar, función y conciencia de su naturaleza (Expósito, 2014).

En el siglo XX, el psicoanalista Sigmund Freud junto con otros psicoanalistas exploraron la influencia del inconsciente en la formación de la autoestima, de este modo Freud postulaba que las experiencias infantiles y las interacciones con los padres y cuidadores influyen en la autoestima en la adultez, por lo que se estima que en la etapa fálica en la que se menciona que las personas que no obtienen una gratificación adecuada dentro de esta etapa a futuro sobre todo en la adultez se caracterizan por ser vanidosas, con baja autoestima, tímidos, egoístas y generalmente con sentimientos minusválidos (Montaño, Palacios, & Gantiva, 2009).

Los psicólogos humanistas como Abraham Maslow y Carl Rogers también reconocieron la importancia de la autoestima en la autorrealización del ser humano. Maslow incluyó la autoestima como una necesidad básica dentro de la denominada "Jerarquía de necesidades", que al referirse al valor y la percepción que tiene cada individuo de sí mismo, a través del reconocimiento de los otros, logros alcanzados a lo largo de la vida, experiencias positivas y negativas (Giraldo & Arango Holguin, 2017), así mismo argumenta que una persona no puede alcanzar la autorrealización sin primero satisfacer sus necesidades de autoestima y autoconocimiento. Por otro lado, Carl Rogers considera que el individuo posee lo que denominó un yo positivo, bueno y único, que permanece enmascarado y oculto, lo cual le impide desarrollarse, por esta razón menciona que lo más deseable para el individuo es llegar a ser el mismo, tras perseguirse inconscientemente (Villalobos, 2019).

En la década de 1960, el psicólogo Nathaniel Branden comenzó a desarrollar una teoría más detallada sobre la autoestima y como sería su impacto en la salud mental.

Branden definió la autoestima como una "...necesidad humana fundamental..." (Branden, 1995, pág. 22), la cual se considera como la disposición de experimentarse a uno mismo como competente para enfrentar los conflictos cotidianos de la vida y como merecedor de felicidad.

La psicología cognitiva, se centró en los pensamientos y creencias como factores determinantes de la autoestima. Los teóricos cognitivos, como Albert Ellis y Aaron Beck, destacaron la influencia de los pensamientos automáticos y las interpretaciones distorsionadas en la formación de la autoestima (Botero, 2010).

En la década de 1970 la autoestima ha sido objeto de investigaciones y debates en la psicología, la sociología y otras disciplinas relacionadas. Tomando en cuenta la psicología positiva en las últimas décadas, ha resaltado la importancia de la autoestima como un componente clave del bienestar psicológico, enfatizando la necesidad de cultivar una autoestima saludable basada en la

autenticidad, la autorreflexión y el enfoque en fortalezas y logros personales (Ramírez, González Quirarte, & Realpozo Reyes, 2015).

Principales autores que hablen la Autoestima

Nathaniel Branden quien fue un psicólogo canadiense-estadounidense que considera a “La autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias” (Branden,1995), es decir que comprende como el deseo de sentirse capaz de asumir grandes desafíos en la vida, lo que radica en que la persona sea merecedora de la felicidad (Villalobos, 2019).

Así mismo Morris Rosenberg definió la autoestima como “pensamientos y sentimientos que cada una de las personas tienen de sí mismo, es además un fenómeno actitudinal influenciado por fuerzas sociales y culturales (Avila & Cañas, 2023, pág. 25).

A través de un enfoque humanista planteado por el psicólogo Abraham Maslow argumentó que una persona no puede alcanzar la autorrealización sin primero satisfacer sus necesidades de autoestima y autoconocimiento, es así que considera que quienes no desarrollan un alto nivel estima, no pueden llegar a lo que denomina autorrealización (Naranjo M., 2007).

El psicólogo humanista Carl Rogers fue quien enfatizó la importancia de la autoestima en la autorrealización y el bienestar emocional, creía que la autoestima se desarrollaba a través de experiencias de aceptación y apoyo de los demás (Villalobos, 2019). Así como también estima que la persona que vive y funciona plenamente tiende a aspiración a cumplir y satisfacer necesidades y metas, esto es lo que ayuda a la búsqueda de autorrealización en cada individuo (Salazar & Uriegas, 2006).

Factores asociados la Autoestima

Uno de los factores sociales de mayor riesgo que se asocian al desarrollo del autoestima son: familias desestructuradas, migración, falta de formación de valores en la niñez y adolescencia, mala influencia social o pertenencia a grupo de riesgo, escolaridad escasa o deserción escolar, promiscuidad (Pereira, 2007), a nivel psicológico vemos como factores de riesgo el autoritarismo o la permisividad paterna, falta de normas o reglas en el hogar, la sobreprotección y el hecho de no permitir que el adolescente desarrolle su propia autonomía, actitudes de maltrato infantil y violencia intrafamiliar que hacen que busquen afecto fuera de casa, además un pobre

conocimiento sobre derechos sexuales y reproductivos situaciones que contribuyen a la vulnerabilidad de los adolescentes.

Las experiencias tempranas es decir aquello que empieza en la infancia y adolescencia pueden tener un impacto significativo en el desarrollo de la autoestima, ya que el apoyo emocional, la crianza afectuosa, el reconocimiento y la valoración de los logros pueden contribuir a una autoestima positiva. Por otro lado, experiencias de abuso, negligencia o críticas constantes pueden afectar negativamente la autoestima. Encontramos los logros personales en diferentes ámbitos de la vida, como el trabajo, los estudios, las relaciones personales o el desarrollo de habilidades, pueden influir en la autoestima. Al experimentar el éxito y recibir reconocimiento por los logros, es probable que la autoestima se fortalezca.

Así mismo, las relaciones sociales desempeñan un rol fundamental en la autoestima, debido a que el apoyo social, la aceptación y la valoración positiva por parte de amigos, familiares y parejas pueden aumentar la misma. Por su parte, las relaciones negativas, el rechazo o el abuso pueden afectar negativamente la percepción de uno mismo. La comparación social también puede influir en la autoestima. Si una persona se compara constantemente y se percibe como inferior a los demás, esto puede disminuir la autoestima. Por otro lado, una comparación saludable basada en el crecimiento personal y la motivación puede contribuir a una autoestima positiva.

Sin dejar de lado los mensajes sociales y culturales recibidos por parte de la sociedad, los medios de comunicación y la cultura en general pueden tener un impacto en la autoestima. Los estándares de belleza, los roles de género y las expectativas sociales pueden influir en cómo una persona se valora a sí misma

La Autoimagen y autopercepción tienen un significado en común, el cual es la forma en que una persona se ve a sí misma, su imagen corporal y su autopercepción pueden afectar la autoestima. La aceptación y el amor propio, así como una visión realista y positiva de uno mismo, pueden influir en una autoestima saludable.

En un estudio realizado por Muñoz Marina en el año (2001) se indica algunos factores protectores de la conducta en adolescentes entre los que destacan la estructura y composición familiar, la disciplina familiar, las relaciones afectivas y la comunicación, el nivel de valores inculcados a los adolescentes, siendo de influencia marcada el entorno familiar en el que vive el adolescente ya que es ahí donde el desarrolla sus principales características de personalidad, y si

en cada familia se ha permitido una adecuada salud mental del adolescente esto estará ligado a una buena autoestima del mismo (Muñoz-Rivas & Graña López, 2001).

Consecuencias

Dentro de las consecuencias que se presentan a causa de una baja autoestima podemos encontrar la baja confianza en uno mismo pues se tiende a dudar de sus habilidades y capacidades, lo que puede llevar a una actitud de autodesvalorización y falta de confianza en si mismo y la toma de decisiones.

La Inseguridad y ansiedad social en las interacciones sociales. las personas con baja autoestima pueden sentir ansiedad o temor a ser juzgadas o rechazadas por los demás (Caballo & Salazar, 2017), lo que puede limitar su participación social y su desarrollo de relaciones saludables.

Tomando en cuenta la autocrítica constante en la cual son exigentes consigo mismas, que pueden tener una voz interna negativa que constantemente cuestiona sus acciones y logros, lo que puede generar sentimientos de culpa, frustración y desvalorización personal. Otra de las consecuencias de una baja autoestima es la dificultad para establecer límites saludables en las relaciones personales, es decir dificultad para decir "no" y priorizar sus propias necesidades, lo que puede llevar a relaciones desequilibradas y poco saludables (Rios, 2016). Esto puede conllevar a la depresión y ansiedad que son considerado como factores de riesgo, puesto que, las personas que tiene distorsionada su percepción así mismo pueden experimentar sentimientos persistentes de tristeza, desesperanza, preocupación excesiva y estrés.

Una baja autoestima puede llegar afectar el desenvolvimiento de un sujeto en diferentes áreas de la vida, como el trabajo o los estudios. Estas personas tienden a dudar de sus habilidades y tener dificultades para alcanzar su potencial, lo que puede afectar negativamente su éxito académico o laboral.

Método

En la presente investigación se llevará a cabo un estudio que será de tipo no experimental, de corte descriptiva en donde se podrá analizar los diferentes resultados obtenidos, esto con el propósito de poder describir cuáles son los principales niveles de autoestima en estudiantes universitarios en la ciudad de Quito. Para lo cual la muestra que se utilizará será tomada de forma

aleatoria y se cuenta con 75 participantes, en esta investigación el instrumento que fue utilizado es el siguiente:

- **Escala de Autoestima de Rosenberg**

Elaborada en el año 1965 por Morris Rosenberg, la misma consta de 10 preguntas de tipo Likert con 4 opciones de respuesta 1 (Muy en desacuerdo), 2 (En desacuerdo), 3 (De acuerdo), 4 (Muy de acuerdo), los ítems inversos son 3, 5, 8, 9, 10, las cuales miden el nivel de autoestima presente los evaluados, esta escala se aplica a partir de los 12 años y adultos.

Es importante destacar que, a través de los años se han realizado diferentes estudios con respecto a la autoestima ligado a diferentes variables tales como depresión, ansiedad, trastornos alimenticios, alcoholismo entre otros. Sin embargo, es imprescindible hacer una investigación profunda desde una dimensión global, dentro de un contexto más actualizado donde los jóvenes están inmersos en un mundo de constantes cambios donde la tecnología va en aumento de las exigencias sociales del entorno en que se desarrolle.

Esta escala ha sido aplicada en países como Reino Unido, Alemania, Australia, España, así mismo en países de Latinoamérica como Perú, Brasil, México, Ecuador, Colombia, en estudios en instituciones académicas.

Para la interpretación de resultados se considera que las personas que obtengan resultados de 30-40 puntos poseen una autoestima elevada, considera como normal, de 26- 29 puntos equivale a autoestima media, no presenta problemas graves, pero es recomendable mejorarla, y menos de 25 corresponden a autoestima baja, lo que significa que se presentan problemas significativos (Cárdenas, Jurado Cárdenas, López Villagrán, & Querevalú Guzmán, 2015).

Resultados

En el gráfico 1 mediante el estudio realizado y la ejecución del reactivo respectivamente con un total de 75 participantes, se logra visualizar que existe una cantidad notable de 35 participantes que su edad oscila entre 21 a 23 años lo que equivale al 47% que corresponde a un total de 35 del total de estudiantes. Dentro del rango de edad establecido de 19 a 20 años existe un total de 29 participantes, lo que corresponde al 39%. Para el rango de 18 años existe un total de 11 participantes que pertenece a 15% del total.

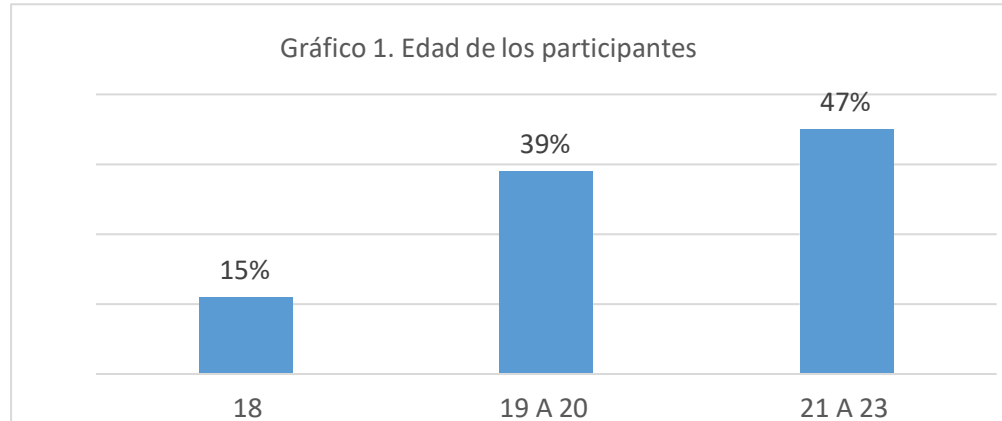


Gráfico 1. Edad de los participantes

En el gráfico 2 se puede observar que, del total de 75 participantes, un porcentaje considerable perteneciente al (67%) es de género masculino, lo que equivale a un total de 50 participantes, por otro lado, el (33%) pertenece al género femenino, correspondiente a un total de 25 participantes.

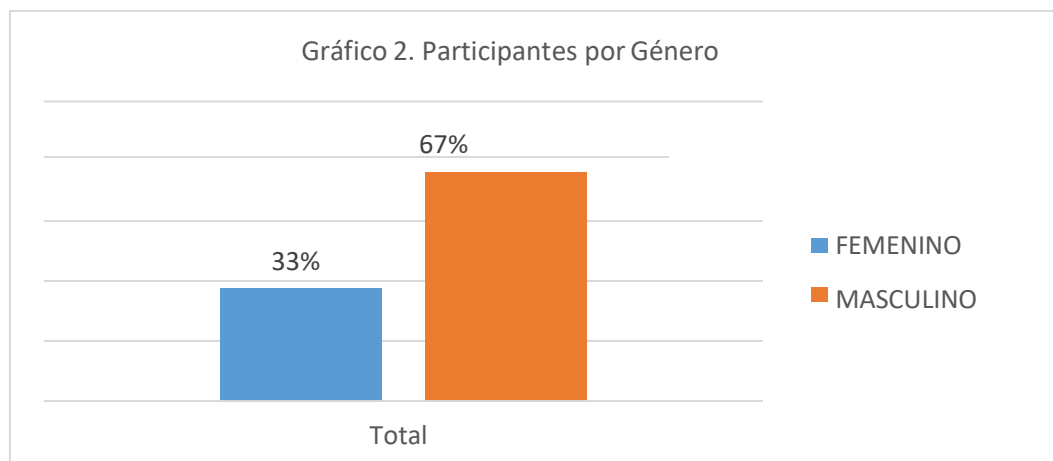


Gráfico 2. Participantes por género

En el gráfico 3 dentro de los resultados obtenidos podemos visualizar que existe un predominio en el nivel de Autoestima Media con un total del 40% que representa 30 participantes, lo que significa que no presenta problemas graves, pero es recomendable mejorarla, se entiende que existe un equilibrio relativamente saludable entre la confianza en sí mismo y el reconocimiento de sus limitaciones, debido a que el sujeto “[...] se considera superior a otros, ni tampoco se acepta a sí mismo plenamente” (Barrientos, 2003, pág. 16). Es decir, puede

tener una actitud realista hacia sus habilidades y logros, sin caer en la arrogancia ni en la autodevaluación excesiva.

Seguido del nivel de Autoestima Baja que se obtiene un total de 29 participantes que corresponde al 39%, dentro de este nivel se estima que existen problemas significativos, debido a que indica que existe una percepción negativa de sí mismo, una falta de confianza en las propias habilidades y un sentimiento general de inseguridad y autocrítica, así como también “viven en continua contradicción consigo mismas. Tienen necesidad de atención y ternura, pero no se sienten dispuestas a recibirlas (Monbourquette, 2002, pág. 75).

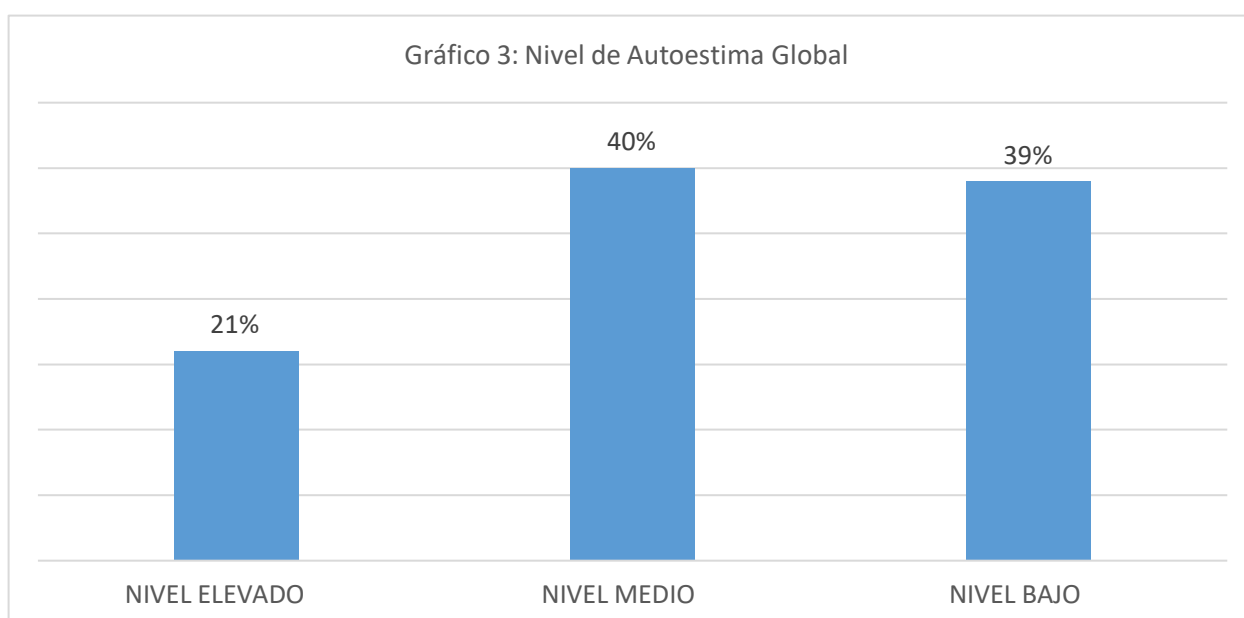


Gráfico 3. Nivel de autoestima global

Discusión

En la universidad en la que se realizó el estudio se concluye en primera instancia que existe un mayor porcentaje de participantes de género masculino, de los cuales el 67% que corresponde a un total de 50 estudiantes, es decir más de la mitad.

De acuerdo al estudio que se realizó se encontró que pese a que existe un predominio de participantes que presentan un Nivel de Autoestima Media y Baja, se logra visualizar que dentro de los resultados obtenidos de manera particular se obtiene que existe un mayor porcentaje en el Nivel Bajo de Autoestima en Décimo año en los que se muestra un total de 7 participantes equivalente al 9%, en el cual los participantes que oscilan entre 14 – 15 años se considera tienden

a tener una autovaloración negativa, lo que puede generar un impacto en la salud mental de manera que se vea asociado problemas más significativos, generándose dificultades emocionales, limitación y logro en sus metas, relaciones interpersonales afectadas, etc. Por otro lado un total de 7 participantes, lo que equivale a un porcentaje del 9% que presentan un Nivel de Autoestima Media ante lo cual quienes la presentan pueden tener una percepción generalmente positiva de sí mismas, pero también pueden experimentar momentos de duda y autocrítica.

Así como también un número significativo de participantes presentan un Nivel de Autoestima Elevado equivalente a 4 participantes que representan un porcentaje del 5%.

Referencias

1. Avila, M. J., & Cañas, M. (2023). Niveles de Satisfacción con la vida y su relación con la Autoestima en Adolescentes. *Revista Psicología UNEMI*, 23-34.
2. Awuapara, S., & Valdivieso, M. (2013). Características bio-psicosociales del adolescente. Obtenido de <http://repebis.upch.edu.pe/articulos/op/v12n2/a3.pdf>
3. Barrientos, N. U. (2003). Universidad Austral de Chile Facultad de Medicina Escuela de Enfermería. Obtenido de Niveles de Autoestima en Adolescentes Institucionalizados. Hogar de Menores: Fundación Niño y Patria. Valdivia, II semestre 2002: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2003/fmu.42n/doc/fmu.42n.pdf>
4. Beltrán, M. Á., Hernández, L., & Del Carmen, M. (2012). El Inventario de Depresión de Beck: Su validez en población adolescente. *Terapia psicológica*, 5-13.
5. Botero, A. F. (2010). Las terapias cognitivas: mitos y aspectos controvertidos. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 74-93.
6. Branden, N. (1995). Los seis pilares fundamentales de la Autoestima. Paidós Divulgación. Caballo, V., & Salazar, I. (7 de diciembre de 2017). La Autoestima y su relación con la Ansiedad Social y las Habilidades Sociales. Obtenido de Repositorio Universidad de Zaragoza: https://core.ac.uk/display/289993617?utm_source=pdf&utm_medium=banner&utm_campaign=pdf-decoration-v1
7. Camerini, J. O. (2013). CATREC International Fundación Centro Argentino de Terapia Cognitiva y Terapia Racional Emotiva Conductual. Obtenido de Conceptos teóricos Aaron T. Beck y la Terapia Cognitiva: http://www.catrec.org/conceptos_beck2013.html

8. Cárdenas, D. J., Jurado Cárdenas, S., López Villagrán, K., & Querevalú Guzmán, B. (2015). Validez de la Escala de Autoestima de Rosenberg en universitarios de la Ciudad de México. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual*, 18-21.
9. Castro, S. (14 de abril de 2023). IEPP Instituto Europeo de Psicología Positiva. Obtenido de Autoconcepto y Autoestima, ¿cuáles son sus diferencias?: <https://www.iepp.es/autoconcepto-y-autoestima/#:~:text=La%20autoestima%20es%20el%20concepto,listos%2C%20nos%20gustamos%20o%20no.>
10. Dávila, A., Ruiz, R., Moncada, L., & Gallardo, I. (2011). Niveles de ansiedad, depresión y percepción de apoyo social en estudiantes de odontología de la Universidad de Chile. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 140-160.
11. Etimología origen del significado. (2018). Obtenido de Etimología de adolescencia: <https://etimologia.com/adolescencia/>
12. Expósito, J. P. (2014). STVDIVM 20. *Revista de Humanidades*.
13. Giraldo, K. P., & Arango Holguin, M. J. (2017). La Autoestima Proceso Humano. *Psyconex*, 1-9.
14. Giraldo, K. P., & Holguín, M. J. (2017). La Auestoestima Proceso Humano. *Psiconex*, 1-8.
8. González, M. T. (1999). Algo sobre la Autoestima: Qué es y Cómo se expresa. Ediciones. Universidad de Salamanca.
15. Gutiérrez-García, A. G., Contreras, C. M., & Orozco Rodríguez, R. C. (2006). El Suicidio, Conceptos Actuales. *Salud Mental*, 66-74.
16. Kriz, J. (1990). *Corrientes Fundamentales En Psicoterapia*. Buenos Aires: Amorrortu editores.
17. Londoño, M. (2011). Evaluación de un Programa para el desarrollo del pensamiento formal en los alumnos del 10mo año de educación básica como sección del Instituto Tecnológico. 56-57.
18. Monbourquette, J. (2002). De la autoestima a la estima del Yo profundo de la psicología a la espiritualidad. Editorial SAL TERRAE.
19. Montaña, M., Palacios, J., & Gantiva, A. (2009). Teorías de la Personalidad. Un Análisis Histórico del concepto y su medición. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 81- 107.

20. Naranjo, C. R., & Caño González, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 389-403.
21. Naranjo, M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*.
22. Pereira, M. L. (2007). Autoestima: Un Factor Relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 1-27.
23. Perugini, M. L., & Castro Solano, A. (2010). Psicología Positiva: Análisis desde su Surgimiento. *Ciencias Psicológicas*, 43-56.
24. Ramírez, M. A., González Quirarte, G. E., & Realpozo Reyes, R. (2015). Relación entre autoestima y felicidad desde la psicología positiva en estudiantes de enfermería intercultural. *Revista Electrónica Enfermería Actual en Costa Rica*.
25. Rios, D. A. (2016). Dependencia Emocional según la Teoría de Jorge Castelló un estudio de caso. Obtenido de Repositorio Universidad de Lima: https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/1881/Alalu_De_Los_Rios_Deborah.pdf
26. Rodríguez, J. A., Ramos Linares, V., Martínez González, A. E., & Oblitas Guadalupe, A.
27. L. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma Psicológica*, 85-112.
28. Ruiz, C. (2011). Introducción a la terapia cognitivo-conductual. Obtenido de, C. (octubre de 2011). Introducción a la terapia cognitivo-conductual. Obtenido de
29. Ruiz, M. (2020). Universidad Científica del Perú. Obtenido de La Autoestima: <http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/1284/RUIZ%20AHUANARI%20MIGUEL%20-%20TRABAJO%20DE%20INVESTIGACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
30. Salazar, D., & Uriegas, M. (2006). Universidad Pedagógica Nacional Unidad Ajusco. Obtenido de Autoestima desde un Enfoque Humanista: Diseño y Aplicación de un programa de intervención: <http://200.23.113.51/pdf/23181.pdf>

31. Villalobos, H. P. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Alternativas en Psicología*, 22-29.

© 2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).