



Facultad de Psicología

Trabajo de  
Fin de Grado

**Modalidad 2**  
“Proyecto de investigación empírica y/o  
desarrollo de un estudio piloto”

“Autoestima y ajuste  
en estudiantes  
universitarios de  
primer año”

Un estudio piloto

Autor/a del TFG

Esperanza Garrido Giménez

**Grado en Psicología**

Año 2015



# Índice

<b>Índice</b> .....	<b>2</b>
<b>Resumen</b> .....	<b>3</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>5</b>
<b>Introducción</b> .....	<b>7</b>
<b>Método</b> .....	<b>17</b>
1. Participantes .....	17
2. Instrumentos .....	19
3. Procedimiento.....	21
4. Análisis.....	22
<b>Resultados</b> .....	<b>24</b>
<b>Discusión y conclusiones</b> .....	<b>30</b>
<b>Referencias</b> .....	<b>33</b>
<b>Índice de figuras</b> .....	<b>38</b>
<b>Índice de tablas</b> .....	<b>39</b>

## Resumen

El principal propósito de este estudio fue ahondar en el papel que desempeña la autoestima en el periodo de transición a la universidad y el proceso de ajuste a la misma. La muestra utilizada está formada por estudiantes de primer año (N=84), evaluados en la escala de ajuste a la universidad *SACQ* y la *Escala de Autoestima de Rosenberg*. En la literatura científica no existen muchos estudios que aborden este tema, no obstante, los que se hicieron (algunos de metaanálisis) coinciden en señalar que sí que existen relaciones significativas entre la *Autoestima* y las diferentes dimensiones del *Ajuste*, especialmente entre la *Autoestima* y el *Ajuste Personal-Emocional* y el *Ajuste Académico*.

En este trabajo, para analizar el efecto del género y la vivienda durante el curso se llevaron a cabo pruebas T de Student. No se observan diferencias de género ni para la *Autoestima* ni para el *Ajuste*. El efecto de la vivienda durante el curso sólo fue significativo para el *Ajuste Personal-Emocional*. Las correlaciones entre la *Autoestima* y las dimensiones del *Ajuste* resultaron significativas. El Análisis de Regresión Múltiple muestra que la *Autoestima* predice significativamente todas las dimensiones del *Ajuste*, teniendo un peso mayor para el *Ajuste Personal-Emocional*. El *Ajuste Total* tiene como predictores significativos la *Autoestima* y los estudios de la madre. Las variables sociodemográficas y la *Autoestima* explican un porcentaje de varianza total del 39 % del *Ajuste*.

La aplicación práctica de este estudio reside en los roles de los counselors, padres y autoridades académicas en el diseño de programas de desarrollo juvenil que consideren las necesidades y retos de los estudiantes de primer año. Además contribuye a poner énfasis en los

diferentes factores protectores y de riesgo que presentan los estudiantes que se incorporan a la universidad.

**Palabras clave:**

Autoestima, Ajuste, Estudiantes de primer año, Universidad

## Abstract

The main object of this work was delve into role of Self-esteem has in the transition period to University and Adjustment process at the same. The same includes a total of 84 first's year students evaluated in the adjustment scale of university *SACQ* and *Rosenberg Self-Esteem Scale*. In scientific litterature don't exist very studies that tackle this issue, even so, exist (some meta-analytics) show correlations between Self-esteem and different's dimensions of Adjustment, specially between Self-esteem and Personal-Emotional and Academic adjustment.

Gender and residence during academic course effect were analysed through T of Student method. Don't exist differences of gender in Self-esteem or Adjustment. The effect of residence was significative to Personal-Emotional Adjustment. Correlations between self-esteem and adjustment's dimensions resulted significant. Regression analyses revealed that Self-Esteem predicts significantly all of dimensions of Adjustment, specially Personal-Emotional Adjustment. Self-esteem and academic level of mother was significative predictors of Total Adjustment. Sociodemographic variables and Self-esteem explain a share of total variance of adjustment of 39%

The practical application of this study is to design Development Programmes of Youth to counselors, parents and academic autoritharies, which consider the needs and challenges of first year students. Also contribute to emphazises in factors of protection or risk that students presents in their incorporation.

### **Key words:**

Self-esteem, Adjustment, First Year Students, University

“El trabajo del maestro no consiste tanto en enseñar todo lo aprendible,  
como en producir en el alumno amor y estima por el conocimiento.”

John Locke

# Introducción

La preocupación por el proceso y los desafíos que conlleva para los estudiantes el periodo de transición a la universidad se ha incrementado en los últimos años. La adaptación a la universidad constituye un proceso continuo en el cuál los estudiantes varían su comportamiento para producir relaciones más armoniosas entre ellos mismos y su ambiente. Esto implica cambios en el pensamiento y modo de vida para dar respuesta a las demandas de la situación (Salami, 2011).

El primer año en la universidad tiene un papel crucial en la adaptación exitosa a la misma: los trabajos realizados hasta el momento, especialmente en países anglosajones, han dado cuenta de que el primer año de universidad es un periodo potenciador de crisis y uno de los principales determinantes de los patrones de desarrollo de los jóvenes a lo largo de su carrera universitaria (Feldman, 2005; Pascarella, & Terenzini, 2005; Soares, Guisande, Almeida, & Páramo, 2009; Wintre, Bowers, Gordner, & Lange, 2006).

Parece pues evidente que alcanzar una adaptación exitosa sea una preocupación que afecta no sólo a estudiantes, sino también a sus padres y a las instituciones académicas.

El Ajuste constituye un elemento central de los modelos teóricos explicativos del éxito académico de los estudiantes en el Espacio Europeo de la Educación Superior (Baker, & Syrik, 1984; Pascarella, & Terenzini, 2005; Tinto, 2006). Baker y Syrik (1984) definen el Ajuste como un proceso de interacción entre el estudiante y el ambiente que genera una especie de demandas y necesidades, que varían en clase y grado, y que requieren una amplia variedad de respuestas de afrontamiento en cuatro ámbitos diferentes: académico, social, personal e institucional. Según los autores, el Ajuste Académico se podría definir como las actitudes



positivas de los estudiantes hacia su trabajo académico y sus metas. Así mismo, un buen Ajuste Académico se operativiza en las evaluaciones positivas que los estudiantes hacen de sus esfuerzos y en cómo valoran la calidad de sus ambientes académicos. El *Ajuste Social* sería el grado de implicación de los estudiantes en actividades sociales y grupos del campus y la tenencia de relaciones interpersonales. El Ajuste Personal-Emocional ha sido conceptualizado como el bienestar psicológico, es decir, bajos niveles de depresión y niveles manejables de estrés y nostalgia del hogar familiar, y también el bienestar físico de los estudiantes. El *Ajuste Institucional* se contempla como la satisfacción con la estancia en la universidad en general, y más concretamente, en las actitudes positivas que el estudiante muestre hacia la facultad en la que esté llevando a cabo sus estudios universitarios.

Para evaluar este constructo multifacético, Baker y Siryk (1984) desarrollan la escala *The Student Adjustment to College Questionnaire (SACQ)*, uno de los instrumentos más utilizados para la medida del Ajuste.

Algunos investigadores se han centrado en estas cuatro dimensiones del Ajuste, otros han combinado diferentes elementos de cada uno de estos tipos en una puntuación total de Ajuste.

En un estudio de metaanálisis, Credé y Niehorster (2012) llevan a cabo una revisión en torno a tres temas: la estructura del Ajuste, la relación de las dimensiones del Ajuste con posibles antecedentes, y sus correlaciones con el rendimiento académico y la permanencia en la universidad. Los resultados del metaanálisis indican que el Ajuste es multidimensional, siendo un buen predictor del rendimiento académico y un mal predictor de la permanencia del alumno en la institución.

Revisando la literatura al respecto, puede observarse que las variables que actúan a modo de antecedentes o como predictoras de la adaptación a la universidad podrían agruparse en dos categorías: variables de tipo personal y variables sociodemográficas.

Del estudio de Credé y Niehorster (2012) se desprende que el Ajuste a la universidad está mediado por los rasgos individuales, el apoyo social y las relaciones de los estudiantes con sus padres.

Así mismo, se encuentra que entre los antecedentes relacionados con el Ajuste están presentes las siguientes variables sociodemográficas: la edad, el género (que tiene una mayor correlación

con el Ajuste Académico y Personal-Emocional), el nivel educativo de los padres, el nivel económico familiar, los estilos parentales y la vivienda durante el curso.

También se han estudiado otras variables como el divorcio de los padres. En relación con el Ajuste a la universidad, los varones con padres divorciados tienen mejor Ajuste Académico y las mujeres con padres divorciados son más vulnerables en el Ajuste Personal-Emocional. Todas estas variables se encuadrarían en el apartado de variables personales, mencionado anteriormente.

En relación a las variables psicosociales, uno de los autores que ha trabajado de manera más acotada en este tema fue Salami (2011). Concretamente, encuentra que las variables psicosociales de autoestima, inteligencia emocional, estrés y apoyo social son variables independientes que predicen el ajuste a la universidad entre los estudiantes de primer año en la universidad. Según los datos que ha recogido, el apoyo social interactúa con el estrés a la hora de predecir el Ajuste. Los hallazgos de su investigación sugieren que las autoridades universitarias deberían diseñar y ofertar actividades dirigidas a mejorar el Ajuste de los estudiantes. También propone que saber cuáles son los predictores del Ajuste de los estudiantes universitarios tiene implicaciones en los roles de los orientadores, los padres y las autoridades universitarias para la realización de programas de desarrollo juvenil, que incluyan habilidades tales como: enseñar a programar el tiempo, tener éxito en los exámenes, reducir la ansiedad, gestionar la vida académica, personal y social, así como hacer un tipo de vida independiente.

Así mismo, la gran mayoría de los estudios sobre este campo han intentado aislar los factores individuales que predicen el Ajuste en cada una de sus cuatro modalidades. Entre los factores que predicen el Ajuste Académico destacan el desempeño escolar previo y las puntuaciones obtenidas en tests estandarizados (p.ej SAT). Sin embargo, los resultados de los estudios no son concluyentes; hay un claro desacuerdo en el grado de influencia que tiene el desempeño académico anterior a la etapa universitaria y las puntuaciones del test SAT (“Escala de Aptitud Escolar”) en la predicción del Ajuste Académico. Otro factor que se perfila como predictor es la interacción y/o implicación que el estudiante tiene con la facultad, pues puede ser también un factor que contribuya al Ajuste Académico. Existe evidencia empírica de que los estudiantes que gozan de un mejor Ajuste Académico son los que establecen relaciones con miembros de la comunidad universitaria fuera de las clases de la facultad (Wilson, Woods, & Gaff, 1974) e incluso puede influir en su constancia (Gerdes, & Mallinckrodt, 1994). Esto

último también está relacionado con la mejora de habilidades y los logros intelectuales: construir redes que proporcionen apoyo social puede contribuir a un mejor Ajuste Social. Una gran parte del cuerpo de investigación sugiere que los factores no académicos (por ejemplo, las redes sociales de apoyo) pueden ser, al menos, tan importantes como los factores académicos tradicionales. Halamandaris y Power (1999) obtienen como resultado en un estudio longitudinal de un año, que el apoyo social percibido predice el ajuste psicosocial y una satisfacción general con los componentes sociales y académicos de la vida en la universidad. Específicamente Cooper, Okamura y McNeil (1995) encuentran que el hecho de tener un compañero sentimental en la universidad constituye un elemento muy importante en el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. En definitiva, la satisfacción que da el apoyo social contribuye al Ajuste Personal-Emocional y Social. Algunos investigadores sugieren que este efecto podría depender de la cultura y la etnia. Fruto de la revisión de la bibliografía, emerge un predictor relacionado con el Ajuste: la soledad. Para paliar la soledad, se encuentra en la literatura que la ingesta de alcohol es usada como estrategia para evitar la soledad. Los estudiantes que más beben están menos solos. Aun así, los efectos del consumo de alcohol en el Ajuste dependen de las razones por las cuales el estudiante bebe, y se vinculan con problemas en el Ajuste Académico y Personal-Emocional.

Tao, Dong, Pratt, Hunsberger y Pancer (2000) observan que los niveles generales de apoyo social no cambian significativamente durante el primer curso, pero el apoyo de otros entes como pueden ser los padres, los iguales, profesores, hermanos...muestran distintos patrones de cambio. El apoyo fue positivamente relacionado con el Ajuste y con la adquisición de habilidades de un modo dinámico, y un modelo de ecuaciones estructurales integrativas mostró que el papel del apoyo social opera directamente en relación con el Ajuste e indirectamente a través de sus relaciones con *Coping Styles*. Ambos hallazgos están relacionados con la investigación previa en la transición a la universidad en Occidente y son los únicos factores significativos dentro del contexto chino.

No se encontraron diferencias significativas entre mujeres y varones en las medidas del apoyo social y estrategias de coping. Hay una estabilidad general en la cantidad total de apoyo social percibido en el primer semestre. Las cuatro dimensiones del apoyo social que fueron evaluadas por separado han cambiado durante el periodo de transición, mostrando diferentes patrones todo el tiempo. El apoyo parental y de los iguales percibido se incrementa durante el periodo,

el apoyo de los hermanos decrece y el apoyo del profesor universitario decrece drásticamente. La depresión y la ansiedad fueron controladas estadísticamente con el paso del tiempo. Se observa una correlación significativa entre apoyo social y estrategias de coping. El apoyo de los iguales correlaciona significativamente con coping positivo. Las estrategias de coping fueron encontradas como variables latentes endógenas y se hipotetizó con que fueran un mediador entre el apoyo social y el ajuste a la universidad.

El apoyo social está más íntimamente relacionado con el Ajuste Institucional y los sentimientos de pertenencia a su universidad. El Ajuste Académico podría estar más basado en las habilidades individuales académicas y los esfuerzos personales y no está tan asociado a sentimientos de apoyo social. También se observa que el apoyo social está más íntimamente relacionado con las medidas concurrentes de Ajuste que son medidas en diferentes ocasiones. Con los cambios en el apoyo social el ajuste individual parece cambiar. El coping positivo predice un positivo Ajuste Académico y Personal-Emocional. Siguiendo esta línea del soporte, Friedlander, Reid, Shupak y Cribbie (2007) encuentran que múltiples análisis de regresión predicen el Ajuste a la universidad desde el apoyo social percibido (amigos y familia) y el estrés. Una vez que se acaba el primer trimestre se incrementa el apoyo social de los amigos pero no de la familia, prediciendo un buen Ajuste. El decremento del estrés predice una mejora en el Ajuste Total, Académico, Personal-Emocional y Social. El instrumento de medición usado fue *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*. Como resultado se obtiene que el incremento del apoyo social de los amigos está relacionado con todas las áreas de Ajuste excepto con la del Ajuste Académico. Sin embargo, el incremento del apoyo social de la familia fue relacionado sólo con el Ajuste Total. El apoyo de los amigos está significativamente relacionado con cambios en el Ajuste Social.

A modo de conclusión, se puede afirmar que los dos predictores clave del Ajuste Social parecen ser el apoyo de los padres y el apego. Esta afirmación se ve apoyada por trabajos como el de Wintre y Yaffe (2000), que obtienen resultados que apuntan a que la reciprocidad mutua, el apoyo social de los padres, la autonomía y la discusión con los padres, así como las variables de bienestar psicológico, tienen una relación directa con el ajuste a la universidad. Los autores encuentran una relación indirecta y positiva entre el estilo parental autoritario y las variables de adaptación, medidas con el *Parental Authority Questionnaire (PAQ)* y la escala *Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)*, *The Perception of Parental Reciprocity Scale*

(*POPRS*). También obtienen relaciones significativas entre las puntuaciones de reciprocidad con los padres, el soporte social (*Social Provisions Scale-Present Version, SPS-P*) y el Ajuste.

Además, un incremento del estrés durante el primer año predice un decremento en el Ajuste Total y un descenso en la nota media al terminar la carrera.

En relación a la influencia del estilo parental y la adaptación a la universidad, Hickman, Bartholomae y Mckenry (2000), usando como instrumentos de medida el *Parental Authority Questionnaire (PAQ)*, y el *Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)* encuentran que tres son las variables predictoras en relación al Ajuste Total: la estructura familiar, la actitud y la autoestima. En lo concerniente al Ajuste Académico, los resultados muestran que el estilo paterno autoritario y la autoestima son predictores significativos. Los estudiantes cuyas madres alcanzan niveles educativos más altos tienen una mejor Autoestima y un mejor Ajuste a la universidad. En relación al Ajuste Social, la aptitud y la autoestima son predictores significativos. En relación al Ajuste Personal-Emocional tres son los predictores significativos: género, autoestima y educación de los padres. Más específicamente, ser mujer y tener un nivel de autoestima alto contribuye a un mejor Ajuste Personal-Emocional. Comparando aquellos estudiantes cuyos padres no terminaron la escuela obligatoria con aquellos cuyos padres si la terminaron, se encuentra en los primeros un peor Ajuste Personal-Emocional. Holahan, Valentiner y Moss (1995) encuentran que los estudiantes de primer año con niveles de apoyo parental más alto tienen un mejor Ajuste (más bienestar y felicidad) y están menos estresados (menos depresión y ansiedad). Maton et al. (1996) encuentran que la función del apoyo social desde diferentes fuentes varía a través de los diferentes antecedentes culturales.

Ninguno de los modelos teóricos explicativos del éxito académico de los estudiantes en el Espacio Europeo de la Educación Superior indica que los estilos parentales influyan en el Ajuste Académico y los logros académicos de los estudiantes de primer año. Sin embargo, la estructura familiar es un predictor del ajuste del estudiante a la universidad: se encontró que los estudiantes de familias divorciadas tenían niveles más altos de ajuste a la universidad.

Uno de los aspectos menos estudiados en relación al ajuste a la universidad es el papel que desempeña la Autoestima en este proceso de transición.

De acuerdo a M. Rosenberg, Schooler, Schoenbach y R. Rosenberg (1995), la autoestima global es un sentimiento de autovalía en general. Salami (2011) parte de la base de que la Autoestima es definida como la evaluación emocional que los individuos hacen de sí mismos, generalmente en forma de aprobación o desaprobación, e indica el grado en que las personas se ven a sí mismas capaces, significativas, exitosas y valiosas.

Los estudios de la literatura científica que abordan la relación de la Autoestima con el Ajuste encuentran que la autoestima global alta ha demostrado ser vital para la transición a la universidad (Hickman et al. 2000) y también está relacionada con un mejor Ajuste Social y Académico de los estudiantes de primer año (Elias, Mahyuddin, & Noordin, 2007; Friedlander et al. 2007; Pritchard, Wilson, & Yamnitz, 2007). Una posible explicación a lo anterior podría ser que los alumnos se sientan seguros y se crean capaces de hacerse cargo de sus retos académicos, sociales y personal-emocionales, a los que se enfrentan como nuevos estudiantes en su universidad. El estudio de Serwat, Pasha y Munaf (2013) confirma la hipótesis de que la autoestima global está positivamente relacionada con el Ajuste Total, así como con todos los dominios del Ajuste, siendo la correlación más alta con el Ajuste Académico. Según Friedlander et al. (2007) un aumento en la Autoestima incrementa el Ajuste Social y Académico. Las autoras incluyen la depresión como un componente más del Ajuste Personal-Emocional. Es importante señalar esto, pues un incremento en la Autoestima predice un decremento en la depresión. Usan como instrumento de medición el *Self- Perception Profile for College Students*. Una Autoestima más baja ha sido relacionada con un pobre Ajuste Social (Rice, 1999).

Otra autora interesada en esta cuestión es Picknally (2013), que replica en su estudio los resultados obtenidos en trabajos previos señalando que la Autoestima es un factor de protección del estudiante, es decir, cuánto mayor sea la Autoestima, mayor será su impacto positivo en el Ajuste a la universidad. La relación entre el Ajuste a la universidad y la satisfacción corporal parece indirecta, aunque está mediada por el nivel de Autoestima. Los instrumentos utilizados fueron el *SACQ* y la *Escala de Autoestima de Rosenberg*. También obtuvieron una correlación significativa entre el Ajuste Personal-Emocional y Social y la Autoestima.

En lo referente al tema de la relación entre la Autoestima y el Ajuste a la universidad que nos ocupa en este trabajo, es pertinente decir que la soledad es un predictor negativo en relación a la Autoestima (Cohorn, & Giuliano, 1999).

Un enfoque novedoso es el que propone Fernández (2012). Esta autora estudia los predictores del Ajuste de *estudiantes tradicionales* y *estudiantes no tradicionales*, entendiendo por estos últimos aquéllos que tienen veinticuatro años o más. Utilizando la *Escala de Autoestima de Rosenberg* y el *SACQ* encuentra que los estudiantes no tradicionales muestran un Ajuste Personal-Emocional y Académico significativamente mejor que los estudiantes tradicionales. En general, se concluye que el Ajuste Académico y el Ajuste Personal-Emocional están relacionados con la Autoestima en ambos grupos. Cabe añadir que el Ajuste Personal-Emocional ayuda a tener una mayor independencia y está relacionado con la motivación de logro y las habilidades de organización en estudiantes no tradicionales. Un rasgo de personalidad como es el perfeccionismo está relacionado con el Ajuste Académico en estudiantes tradicionales. Así mismo, el nivel de Autoestima en estudiantes tradicionales en el verano anterior al inicio de la universidad predice el Ajuste Académico, Social y Personal-Emocional para los siguientes seis meses (Pancer, Hunsberger, Pratt, & Alistat, 2000). Friedlander et al. (2007) encuentran que si los estudiantes tradicionales sienten que tienen la capacidad de tener éxito académico se incrementan las posibilidades de un buen rendimiento académico. Este estudio muestra que la Autoestima es un robusto indicador del Ajuste a la universidad en ambos grupos, pero también que hay diferentes predictores para cada grupo: los estudiantes no tradicionales parecen estar más influenciados por la familia, tienen menos tendencia al perfeccionismo, y se adaptan mejor académica y emocionalmente a la universidad. Los estudiantes tradicionales son más independientes de la familia y están influenciados por las tendencias perfeccionistas.

En conclusión, puede decirse que existe una considerable cantidad de trabajos de investigación que tienen por objetivo estudiar qué factores situacionales y de personalidad inciden en el buen Ajuste de los estudiantes a la universidad durante el primer año, centrándose en las dimensiones Académica, Social y Personal-Emocional del Ajuste.

Sin embargo, hay pocos estudios que analicen la relación que hay entre la Autoestima y el Ajuste a la universidad en España. Este trabajo constituye la primera aproximación empírica a la relación entre Autoestima y Ajuste en nuestro contexto, así como el papel que desempeñan

las variables de entrada en la Autoestima y el Ajuste, aportando novedad y originalidad a este estudio. Se podría partir de la hipótesis de que no tiene por qué haber diferencias con los hallazgos obtenidos en otros contextos educativos universitarios. Aunque también puede ocurrir que, al cambiar la realidad social o el ambiente cultural, sí que emerjan diferencias con respecto a los resultados obtenidos en otras realidades o ambientes culturales.



### **Objetivo del estudio:**

El objetivo principal de este trabajo es analizar qué papel desempeña la Autoestima en el periodo de transición a la universidad y en el proceso de Ajuste a la misma. Además, para acercarnos al perfil sociodemográfico de los estudiantes en Autoestima y Ajuste, se analizará la influencia de las variables “género” y “vivienda durante el curso”.

Los hallazgos que se puedan obtener tienen implicaciones en los roles de los counselors, padres y autoridades académicas en el diseño de programas de desarrollo juvenil, poniendo de manifiesto la necesidad de que las autoridades académicas contraten a counselors que diseñen programas de desarrollo juvenil que consideren las necesidades y retos de los estudiantes de primer año, sobre todo durante los programas de orientación para nuevos estudiantes. También podrían contribuir a poner énfasis en los diferentes factores protectores y de riesgo que presentan los grupos de estudiantes tradicionales y no tradicionales; y por consiguiente mejorar la orientación que se le da a cada uno de los grupos. Aún así, se debe tener en cuenta que este estudio sólo ha analizado a los estudiantes tradicionales, por eso no se pueden sacar conclusiones de estudiantes no tradicionales.

# Método

## Participantes

Para la realización de este estudio piloto se ha contado con la colaboración de estudiantes de primero del Grado en Psicología de la Universidad de Santiago de Compostela (USC). La muestra utilizada en el presente trabajo está compuesta por 84 estudiantes, 65 mujeres (77,4%) y 19 varones (22,6%) con un rango de edad comprendido entre los 18 y los 26 años ( $M= 19.01$ ;  $DT= 1,51$ ). El criterio de selección de los participantes fue ser estudiante de primer curso y no ser repetidor. Los estudiantes accedieron a la universidad con una nota media de acceso de 10.30 ( $DT= 8.61$ ).

Además, se han analizado las variables sociodemográficas de vivienda durante el curso, nivel económico percibido de la familia, nivel de estudios de los padres (padre y madre). Teniendo en cuenta estas variables (ver tabla 1), la muestra presenta las siguientes características:

- La mayoría de los participantes que componen la muestra (el 79.8%) vive en una residencia o piso de estudiantes en los meses que dura el curso académico, un 17.9 % vive en casa de sus padres durante el curso, y el 2.4 % restante en otro lugar.
- El 73,8% perciben su nivel económico familiar como medio, el 19 % cree que es bajo y el 7.1 % lo considera como alto.
- En relación a los estudios del padre, el 43,9% de los participantes tiene un padre con estudios medios, el 28 % estudios primarios y el 28% restante estudios superiores.

- Si se tienen en cuenta los estudios de la madre, un 41,5% de los participantes tiene una madre con estudios medios, el 31,7 % estudios superiores y un 26,8 % restante estudios primarios.

Tabla 1  
Características sociodemográficas de los participantes

	N	%
<b>Género</b>		
Mujeres	65	77.4
Hombres	19	22.6
<b>Vivienda durante el curso</b>		
Casa de sus padres	15	17.9
Residencia/piso de estudiantes	67	79.8
Otro lugar	2	2.4
<b>Nivel económico</b>		
Bajo	16	19
Medio	62	73.8
Alto	6	7.1
<b>Nivel de estudios del padre</b>		
Primarios	23	28
Medios	36	43.9
Superiores	23	28
<b>Nivel de estudios de la madre</b>		
Primarios	22	26.8
Medios	34	41.5
Superiores	26	31.7

## Instrumentos

Se aplicó a los estudiantes un cuestionario de datos personales y sociodemográficos que incluía la edad, el género, la nota de acceso a la universidad, la residencia durante el curso, el nivel económico de la familia y el nivel de estudios de los padres.

Como medida de la autoestima se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965), adaptada al español por Atienza, Moreno y Balaguer (2000). Este cuestionario consta de 10 ítems, de los cuales 5 están redactados de forma positiva (ítems 1, 3, 4, 6 y 7) y 5 de forma negativa (ítems 2, 5, 8, 9 y 10). La escala de respuesta utilizada ha sido una escala tipo Likert de 4 puntos, en la que 1 punto significa *Muy en desacuerdo*, 2 *En desacuerdo*, 3 *De acuerdo* y 4 *Muy de acuerdo*.

En esta versión de la escala se ha cuestionado la naturaleza unidimensional propuesta por Rosenberg, pues algunos estudios han obtenido apoyo a su estructura unifactorial, pero otros, sin embargo, apoyan una estructura bifactorial de autoestima positiva y negativa. El estudio de validación realizado por Atienza, Moreno y Balaguer (2000) sugiere en la muestra de mujeres la existencia de un único factor de autoestima global subyacente. En cambio, en la muestra de varones, no es posible concluir ninguno de los dos modelos (unifactorial versus bifactorial). Nuestros datos apoyan la unidimensionalidad de la escala, con un porcentaje de varianza total explicada de 62,5%, lo que nos permitió calcular la puntuación total de escala como medida de la autoestima, una vez invertidos los ítems negativos.

Como medida de la adaptación se aplicó la escala *The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)* (Baker & Siryk, 1989). La versión original de la escala contiene 67 ítems con cuatro subescalas: académica (24 ítems), social (20 ítems), personal-emocional (15

ítems) y ajuste institucional (8 ítems). El coeficiente  $\alpha$  para la escala global y las subescalas oscila entre 0.81 y 0.95 entre los estudiantes de primer año de carrera (Baker & Siryk, 1989).

El presente estudio utilizará una adaptación española reducida de 50 ítems, el SACQ\_50 (Rodríguez, Tinajero, Guisande, & Páramo, 2012) con el objetivo de usarla en estudiantes españoles. En dicha versión, las dimensiones de Ajuste Académico y Ajuste Social tienen 14 ítems cada una, el Ajuste Personal 12 ítems, y el Ajuste Institucional es medido por 7 ítems. Adicionalmente, tres ítems contribuyen a medir el Ajuste General junto a los restantes ítems. Esta escala ha mostrado, en una muestra española, una alta consistencia interna ( $\alpha = .95$ ) y las correlaciones entre las dimensiones son coherentes con las obtenidas en otros estudios. Los estudiantes respondieron a cada ítem en una escala de respuesta de 9 puntos en la que 1 significa *Totalmente en desacuerdo* y 9 *Totalmente de acuerdo*. Además de una puntuación global de ajuste, se obtuvieron puntuaciones para cada una de las dimensiones, donde valores altos son indicativos de un mayor Ajuste.

## **Procedimiento**

La recogida de los datos se llevó a cabo en un aula de la Facultad de Psicología dónde los alumnos asistían a las sesiones interactivas de una materia del segundo cuatrimestre de primero de grado en grupos de tamaño reducido.

Los cuestionarios, en formato papel y lápiz, fueron aplicados en cuatro sesiones siempre por la misma persona. Se informó a los estudiantes de la finalidad del estudio siguiendo las normas éticas de obligado cumplimiento (confidencialidad, etc.) en la recogida de datos con fines de investigación: es decir, los derechos y deberes que tienen los alumnos presentes como participantes de este estudio piloto. A continuación se les dio las instrucciones necesarias para la correcta cumplimentación de los ítems, se resolvieron las dudas planteadas y se les recordó la importancia de su sinceridad en las respuestas. Los alumnos no recibieron ninguna compensación económica, y al finalizar la sesión se les agradeció su participación voluntaria y anónima en este estudio piloto.

Una vez terminada la fase de la recogida de datos, se procedió a su introducción y codificación en el paquete estadístico SPSS versión 20, en una base de datos preparada a tal efecto, para su posterior análisis.

## Análisis

En un primer paso, se llevó a cabo un análisis exploratorio de los datos, con el fin de buscar datos ausentes y/o fuera de rango. En las puntuaciones del SACQ\_50, los valores ausentes fueron sustituidos por la media de la subescala, siguiendo el procedimiento sugerido por Baker y Siryk (1989), cuando el número de valores ausentes es menor o igual a 3. En el caso de la *Escala de Rosenberg de Autoestima* no se apreció ausencia de datos. No se encontraron valores fuera de rango.

Una vez realizada la exploración inicial de los datos, se procedió al cálculo de las puntuaciones totales en las escalas de Autoestima y Ajuste, así como de las puntuaciones en las subescalas del SACQ, y se analizaron sus estadísticos descriptivos: media, desviación típica, simetría y curtosis. Además, se calculó la consistencia interna de dichas medidas a través del coeficiente  $\alpha$  de Cronbach.

A continuación se analizó la influencia de las variables sociodemográficas sobre la autoestima y las dimensiones de la adaptación a la universidad. Para analizar el efecto del género (hombres vs. mujeres) y la vivienda durante el curso (en casa de sus padres vs. residencia/piso de estudiantes) se llevaron a cabo pruebas T de Student. La prueba T de Student para muestras independientes fue utilizada para comparar las medias de dos poblaciones independientes (los individuos de una de las poblaciones son distintos a los individuos de la otra): las poblaciones de hombres y mujeres y las poblaciones de estudiantes que viven en casa de sus padres y en una residencia/ piso de estudiantes.

Se realizó, asimismo, un análisis de correlación de Pearson para explorar las relaciones entre las diferentes variables objeto de estudio, es decir, entre la Autoestima y las dimensiones del Ajuste.

Para explicar o predecir las diferentes variables dependientes o criterio de este estudio a partir de varias variables independientes o predictoras, se llevaron a cabo Análisis de Regresión Lineal Múltiple. El Análisis de Regresión Lineal Múltiple es una técnica estadística utilizada para estudiar la relación entre las variables cuantitativas objeto de estudio. Tanto en el caso de dos variables (regresión *simple*) como en el de más de dos variables (regresión *múltiple*), dicho análisis fue utilizado para explorar y cuantificar la relación entre una variable llamada dependiente o criterio (Y) y una o más variables llamadas independientes o predictoras ( $X_1, X_2, \dots, X_p$ ), así como para desarrollar una ecuación lineal con fines predictivos.

Las dimensiones del Ajuste (académico, social, personal e institucional) y el Ajuste Total, en este caso actúan a modo de variables dependientes. Las variables independientes son la Autoestima y las variables personales y familiares de género, vivienda, nivel económico, estudios del padre y estudios de la madre.

En la Figura 1 se describen las variables independientes y dependientes que se han tenido en cuenta en el Análisis de Regresión Múltiple. Se trata de representar de forma gráfica el modelo secuencial analizado en este estudio.



Figura 1. Modelo secuencial analizado



## Resultados

Una vez introducidos los datos de la *Escala de Autoestima de Rosenberg* y del *SACQ\_50*, se analizaron sus estadísticos descriptivos: media, desviación típica, simetría y curtosis. Para llevar a cabo el análisis de fiabilidad para el total de la escala se calcula la consistencia interna de dichas medidas a través del coeficiente  $\alpha$  de Cronbach (ver tabla 2).

### *Estadísticos descriptivos*

En la Tabla 2 se resumen los resultados de los análisis descriptivos llevados a cabo (véanse las cuatro primeras columnas). Como puede apreciarse, los índices de simetría y de curtosis oscilan entre  $\pm 1.96$ , lo que permite confirmar que las variables presentan valores dentro del rango, es decir, no muestran valores extremos; y se ajustan de modo razonable a una distribución normal.

Las puntuaciones en consistencia interna son altas en todos los casos, siendo la más alta en el Ajuste Total.

La *Autoestima* presenta una puntuación media bastante alta. Para interpretar las puntuaciones de las dimensiones de la Adaptación, se tendrá en cuenta el número de ítems. De esta forma, la dimensión del Ajuste que presenta mayor puntuación media es la Institucional, seguida de la Social, la Académica y la Personal. La puntuación del Ajuste Total es también bastante alta.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos para la Autoestima y el Ajuste

	M	DT	Simetría	Curtosis	$\alpha$
Autoestima	29.48	5.81	-.53	.57	.92
Ajuste					
Académico	78.88	16.17	-.138	-.857	.83
Social	90.04	16.44	-.469	-.338	.87
Personal	64.56	19.17	-.285	-.471	.89
Institucional	54.69	8.36	-1.143	.726	.76
Total	306.74	51.03	-.26	-.65	.94

### *Influencia de variables sociodemográficas*

A continuación se analizó la influencia de las variables sociodemográficas sobre la Autoestima y las dimensiones del Ajuste a la universidad. Para analizar el efecto del género (hombres vs. mujeres) y la vivienda durante el curso (en casa vs. residencia/piso de estudiantes) se llevaron a cabo pruebas t de Student.

En la tabla 3 se presentan las comparaciones de medias entre hombres y mujeres. No se observan en esta muestra diferencias de género ni para la Autoestima ni para el Ajuste. Aún así, puede decirse que los hombres obtienen puntuaciones más altas en Autoestima y Ajuste personal-emocional, mientras que las mujeres lo hacen en las restantes dimensiones del Ajuste (académico, social e institucional), así como en el Ajuste Total.

Tabla 3  
Efecto del género sobre la Autoestima y el Ajuste

---

	Mujeres	Hombres	t	n.s
	M (DT)	M (DT)		
Autoestima	29.32 (5.81)	30.00 (5.93)	-.44	.66
Ajuste				
Académico	78.91 (16.40)	78.78 (15.79)	.03	.98
Social	90.26 (16.50)	89.29 (16.64)	.22	.82
Personal	63.74 (18.89)	67.37 (20.38)	-.72	.47
Institucional	55.30 (7.76)	52.60 (10.10)	1.24	.22
Total	306.78 (49.71)	306.62 (56.75)	.01	.99

---

En la tabla 4, vemos que el efecto de la vivienda durante el curso sólo fue significativo para el Ajuste Personal-Emocional, siendo mayor el Ajuste de los estudiantes que viven fuera de casa. En las otras dimensiones se observan las siguientes tendencias: el Ajuste Académico es superior en los estudiantes que viven en una residencia o piso de estudiantes durante el curso. El Ajuste Institucional es superior si los estudiantes viven en casa de sus padres. Además, los participantes que viven en una residencia o piso de estudiantes presentan una Autoestima más alta y su Ajuste Total a la universidad es mejor.

Tabla 4

Efecto de la vivienda durante el curso sobre la Autoestima y el Ajuste

	Casa de sus padres M (DT)	Residencia o piso M (DT)	t	n.s
Autoestima	27.20 (7.08)	30.10 (5.45)	-1.76	.08
Ajuste				
Académico	74.47 (16.20)	80.19(16.22)	1.24	.22
Social	90.67 (13.57)	90.43(17.02)	.051	.96
Personal	54.93 (20.18)	67.27 (18.23)	-2.32	.02
Institucional	56.09 (6.66)	54.50 (8.79)	.66	.51
Total	293.22 (47.81)	311.45 (51.13)	-1.26	.21

### *Correlaciones entre la Autoestima y las dimensiones del Ajuste*

Uno de los objetivos de este estudio es determinar la relación entre la Autoestima y las diferentes dimensiones del Ajuste en estudiantes de primer año.

En la tabla 5 se puede observar que existen correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre las puntuaciones de los estudiantes en Autoestima y en las dimensiones del Ajuste.

La Autoestima correlaciona en mayor grado con el Ajuste Personal ( $r = .59$ ;  $p < .01$ ) seguida del Ajuste Total ( $r = .57$ ;  $p < .01$ ), Ajuste Académico ( $r = .43$ ;  $p < .01$ ), Ajuste Social ( $r = .41$ ;  $p < .01$ ) y el Ajuste Institucional ( $r = .23$ ;  $p < .05$ ).

Coincidiendo con estudios previos, la dimensión de Ajuste Académico es la que más contribuye al Ajuste Total ( $r = .85, p < .01$ ).

Por otro lado, el número elevado de correlaciones positivas y estadísticamente significativas observado entre las dimensiones del Ajuste justifican la obtención de una puntuación total de ajuste a la universidad.

Tabla 5

Correlaciones entre las puntuaciones obtenidas en EAR y las diferentes dimensiones del SACQ\_50

	EAR	A_académico	A_social	A_personal	A_institucional	A_total
EAR		.43**	.41**	.59**	.23*	.57**
A_académico			.58**	.48**	.65**	.85**
A_social				.43**	.53**	.81**
A_personal					.30**	.77**
A_institucional						.69**
A_total						

EAR: Escala de Autoestima de Rosenberg

\* 0.05 (bilateral), \*\* 0.01 (bilateral)

### *Predicción del Ajuste a la universidad*

Finalmente, se llevaron a cabo Análisis de Regresión Múltiple considerando como variables dependientes las dimensiones del Ajuste y como variables independientes las variables sociodemográficas de género, vivienda, nivel económico, estudios del padre, estudios de la madre y la autoestima.

En la tabla 6 se muestran los resultados. Se observa que la Autoestima predice significativamente todas las dimensiones del Ajuste, teniendo un peso mayor para el Ajuste Personal ( $\beta = .58$ ;  $p < .001$ ). Los estudios de la Madre también predicen el Ajuste Académico ( $\beta = .33$ ;  $p < .01$ ) e Institucional ( $\beta = .28$ ;  $p < .05$ ), aunque con un peso menor. El Ajuste Institucional tiene un tercer predictor significativo: el género ( $\beta = -.21$ ;  $p < .05$ ). El Ajuste Total tiene como predictores significativos la Autoestima y los estudios de la madre, teniendo un mayor peso la autoestima ( $\beta = .61$ ;  $p < .001$ ) que los estudios de la madre ( $\beta = .28$ ;  $p < .05$ ), explicando todas las variables un porcentaje de varianza total del 39 % ( $R^2 = .39$ ).

Las variables sociodemográficas de vivienda durante el curso, nivel económico y estudios del padre no tienen un efecto significativo sobre las diferentes dimensiones del Ajuste, ni sobre el Ajuste Total.

Tabla 6

Efecto de las variables sociodemográficas y Autoestima sobre el Ajuste

	$\beta$ Ajuste Académico	$\beta$ Ajuste Social	$\beta$ Ajuste Personal	$\beta$ Ajuste Institucional	$\beta$ Ajuste Total
Género	-.08	-.07	.01	-.21*	-.09
Vivienda	.09	-.08	.14	-.09	.04
Nivel económico	-.05	-.05	-.01	-.08	-.04
Estudios Padre	-.17	.07	-.02	-.17	-.06
Estudios Madre	.33**	.13	.12	.28*	.28*
Autoestima	.47***	.42***	.58***	.32**	.61***
$R^2$	.23***	.16**	.37***	.12*	.39***
$F$	4.9***	3.6**	8.60***	2.75*	9.42***

\* .05 (bilateral), \*\* .01, \*\*\* .001

## Discusión y conclusiones

En este estudio se partió de la concepción de que las variables que actúan a modo de antecedentes o como predictoras relacionadas con la adaptación a la universidad podrían agruparse en variables de tipo personal y variables sociodemográficas, teniendo en cuenta la evidencia empírica que existe en la literatura.

Los estudios previos encuentran que los valores más bajos de ajuste a la universidad se observan para las dimensiones Académica y Personal-Emocional. En este estudio se apoya esta evidencia empírica. Coincidiendo con los resultados obtenidos en otros estudios se puede observar que existen correlaciones estadísticamente significativas entre todas las variables evaluadas, confirmando que una mayor Autoestima implica un mayor Ajuste de los estudiantes universitarios en todas sus dimensiones. En la línea de los resultados de Credé y Niehorster (2012), el género tiene una mayor correlación con el Ajuste Académico y Personal (véase la tabla 3).

En este estudio se encuentran correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre las puntuaciones de los estudiantes en Autoestima y en las dimensiones del Ajuste, concretamente la Autoestima correlaciona en mayor grado con el Ajuste Personal ( $r = .59$ ;  $p < .01$ ) seguida del Ajuste Total ( $r = .57$ ;  $p < .01$ ). Una autoestima global alta ha demostrado ser vital para la transición a la universidad (Hickman et al. 2000), y una autoestima más baja ha sido relacionada con un pobre ajuste social (Rice, 1999). Una alta Autoestima está relacionada con un mejor Ajuste Social y Académico de los estudiantes de primer año. Las correlaciones que se encuentran en este estudio parecen estar de acuerdo con esta afirmación.

Estos resultados son congruentes con los que ya se habían obtenido en estudios como el de Salami (2011). También Picknally (2013), había replicado en su estudio los resultados obtenidos en trabajos previos señalando que la Autoestima es un factor de protección del estudiante, es decir, cuánto mayor sea la Autoestima, mayor será su impacto positivo en el Ajuste, lo que es apoyado por los resultados aquí obtenidos.

El estudio de Serwat, Pasha y Munaf (2013) confirma la hipótesis de que la Autoestima está positivamente relacionada con el Ajuste Total así como con todos los dominios del Ajuste, siendo la correlación más alta con el Ajuste Académico. Es totalmente congruente con las correlaciones entre variables que se han puesto de manifiesto en este estudio piloto, aunque no se encuentra un resultado tan contundente con el Ajuste Académico. La mayor correlación es la que existe entre la Autoestima y el Ajuste Personal, en este caso.

El Ajuste Total tiene como predictores significativos la Autoestima y los estudios de la madre, teniendo un mayor peso la Autoestima que los estudios de la madre.

En este estudio sólo se han tenido en cuenta a los estudiantes tradicionales, por eso parte de los resultados obtenidos por algunos investigadores como Fernández (2012) no son extrapolables. Esta autora trabaja con estudiantes tradicionales y no tradicionales y encuentra que los estudiantes no tradicionales muestran un Ajuste Emocional y Académico significativamente mejor que los estudiantes tradicionales. En general, se concluye que el Ajuste Académico y el Ajuste Emocional están relacionados con la Autoestima en ambos grupos. Esto sí que es congruente con los resultados de este estudio, ceñidos, por supuesto, a los estudiantes tradicionales.

En definitiva, puede decirse que existe una considerable cantidad de trabajos de investigación que tienen por objetivo estudiar qué factores situacionales y de personalidad inciden en el buen ajuste de los estudiantes a la universidad durante el primer año, centrándose en las dimensiones Académica, Social y Personal del Ajuste. Los resultados obtenidos en estudios anteriores apuntan a que el Ajuste Social es mejor en hombres que en mujeres (en este estudio el Ajuste Social es ligeramente superior en mujeres) y el Ajuste Académico es mejor en mujeres (congruente con nuestros resultados). Estas últimas presentan, así mismo, un peor Ajuste Personal (coincidiendo con la literatura científica existente).



Una gran parte del cuerpo de investigación sugiere que los factores no académicos (por ejemplo, las redes sociales de apoyo) pueden ser, al menos, tan importantes como los factores académicos tradicionales. Esto constituye una limitación a este estudio: no se han tenido en cuenta otros factores no académicos como pueden ser las redes sociales de apoyo.

Este estudio se beneficiaría del análisis del apoyo social, que puede ser una tarea interesante a hacer en próximos trabajos. De igual manera, otros posibles estudios a realizar en un futuro serían replicaciones que incluyan la variable “soledad”, que en la bibliografía revisada se constató como un predictor negativo en relación a la autoestima (Cohorn, & Giuliano, 1999) y la influencia de los estilos parentales, pues se han encontrado correlaciones entre el Ajuste Académico y el estilo paterno autoritario y la Autoestima, siendo estos últimos predictores significativos (Hickman, Bartholomae, & Mckenry, 2000).

Todas estas sugerencias deben hacerse en nuestro contexto, para poder ser aplicadas al tejido universitario de España, pues estos resultados y hallazgos provienen de estudios de otras naciones y culturas.

### *Agradecimientos*

La autora desea expresar su agradecimiento a los participantes en este estudio piloto, por la ayuda prestada en su elaboración y su colaboración desinteresada; y a todas las demás personas que me han acompañado en la realización de este trabajo.

## Referencias

- Baker, R.W. (1986). Research with the student adaptation to college questionnaire. *Journal of Counseling Psychology*, 33 (1), 31-38. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.33.1.31>
- Cohorn, C.A., & Giuliano, T.A. (1999). Predictors of Adjustment and Institutional Attachment in 1st-Year College Students. *Psi Chi Journal of Undergraduate Research*, 4 (2), 47-56. Recuperado de <http://homepage.psy.utexas.edu/HomePage/Class/Psy359H/Echols/Psi%20Chi%20Articles/1999%20Vol%204/1999%20Vol%204%20%232/Cohorn.pdf>
- Cooper, H., Okamura, L., & McNeil, P. (1995). Situation and personality correlates of psychological well-being: Social activity and personal control. *Journal of Research in Personality*, 29, 395-417. [doi:10.1006/jrpe.1995.1023](https://doi.org/10.1006/jrpe.1995.1023)
- Credé, M., & Nieherster, S. (2012). Adjustment to College as Measured by the Student Adaptation to College Questionnaire: A Quantitative Review of its Structure and Relationships with Correlates and Consequences. *Education Psychological Review*, 24, 133-165. doi: 10.1007/s10648-011-9184-5
- Chong, M., Lan, L., & Rahim, A. (2014). Perceived social support as predictor of university adjustment and academic achievement amongst first year undergraduates in a Malaysian public university. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, 11, 59-73. Recuperado de [http://www.myjurnal.my/filebank/published\\_article/33396/8.pdf](http://www.myjurnal.my/filebank/published_article/33396/8.pdf)

- Elias, H., Mahyuddin, R., & Noordin, N. (2007). Academic adjustment among second year students in Malaysian universities. *International Journal of Interdisciplinary Social Sciences*, 4 (3), 237-252. Recuperado de <http://psasir.upm.edu.my/12908/>
- Feldman, R.S. (2005). *Improving the first year of college: Research and practice*. Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum. Recuperado de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=acx4AgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Feldman,+R.S.+\(2005\).+Improving+the+first+year+of+college:+Research+and+practice.+Mahwah,+N.J.:+Lawrence+Erlbaum.+&ots=HC9yQgCB2A&sig=AVgoTdRJqOOQRBoecajxCgrnWTc#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=acx4AgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Feldman,+R.S.+(2005).+Improving+the+first+year+of+college:+Research+and+practice.+Mahwah,+N.J.:+Lawrence+Erlbaum.+&ots=HC9yQgCB2A&sig=AVgoTdRJqOOQRBoecajxCgrnWTc#v=onepage&q&f=false)
- Fernández, S. (2012). College Adaptation among Traditional and Non-traditional College Students. *McNair Scholars Research Journal*, 8 (1), 19-28. Recuperado de: [http://scholarworks.boisestate.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1107&context=mcnair\\_journal](http://scholarworks.boisestate.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1107&context=mcnair_journal)
- Friedlander, L.J., Reid, G.J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). Social Support, Self-Esteem, and Stress as Predictors of Adjustment to University Among First-Year Undergraduates. *Journal of College Student Development*, 258-274. Recuperado de: [http://74.125.155.132/scholar?q=cache:nR4QzdA\\_ZgJ:scholar.google.com/&hl=es&as\\_sdt=2000\[10/12/2010 11:30:02\]](http://74.125.155.132/scholar?q=cache:nR4QzdA_ZgJ:scholar.google.com/&hl=es&as_sdt=2000[10/12/2010 11:30:02])
- Gerdes, H., & Mallinckrodt, B. (1994). Emotional, Social, and Academic Adjustment of College Students: A Longitudinal Study of Retention. *Journal of Counseling & Development*, 72 (3), 281-288. Recuperado de <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/j.1556-6676.1994.tb00935.x/abstract>
- Halamandaris, K. F., & Power, K. G. (1999). Individual differences, social support and coping with the examination stress: A study of the psychosocial and academic adjustment of first year home students. *Personality and Individual Differences*, 26, 665-685. doi:10.1016/S0191-8869(98)00172-X

- Hickman, G.P., Bartholomae, S., & McKenry, P.C. (2000). Influence of parenting styles on the adjustment and academic achievement of traditional college freshmen. *Journal of College Student Development, 41*(1), 45-51. Recuperado de: [http://proquestumi.com/pqdweb?TS=983186555&Did=000000068709812&Mtd=1&Fmt=4&: ...](http://proquestumi.com/pqdweb?TS=983186555&Did=000000068709812&Mtd=1&Fmt=4&:)
- Holahan, C. J., Valentiner, D. P., & Moos, R. H. (1995). Parental support, coping strategies, and psychological adjustment: An integrative model with late adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 24* (6), 633-648. doi: 10.1007/BF01536948
- Lefkowitz, E.T. (2003). Predicting adjustment to college: A model of personality, coping strategies and college adjustment. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 64* (6). Recuperado de <http://psycnet.apa.org/psycinfo/2003-95024-370>
- Love, K.M., & Thomas, D.M. (2014). Parenting Styles and Adjustment Outcomes Among College Students. *Journal of College Student Development, 55* (2), 39-150. doi: 10.1353/csd.2014.0013
- Martín-Albo, J., Núñez, J.L., Navarro, J.G., & Grijalvo, F. (2007). The Rosenberg Self-Esteem Scale: Translation and Validation in University Students. *The Spanish Journal of Psychology, 10* (2), 458-467. doi: <http://dx.doi.org/10.1017/S1138741600006727>
- Maton, K. I., Tei, D. M., Corns, K. M., Viera-Baker, C., Lavine, J., Gouze, K., & Keating, D. P. (1996). Cultural specificity of social support sources, correlates and contexts: Three studies of African-American and Caucasian youth. *American Journal of Community Psychology, 24*, 551-587. doi: 10.1007/BF02506796
- Pancer, S. M., Hunsberger, B., Pratt, M. W., & Alisat, S. (2000). Cognitive complexity of expectations and adjustment to university in the first year. *Journal of Adolescent Research, 75*, 38-57. doi: 10.1177/0743558400151003
- Pascarella, E.T., & Terenzini, P. (2005). How college affects students: Findings and insights from thirty years of research. San Francisco: Jossey- Bass

- Picknally, E. (2002). Is there a Relationship between Student Adaptation to College and Body Satisfaction in the first few months in regard to Self-Esteem?. Recuperado de <http://www.anselm.edu/internet/psych/theses/seniors2002/picknally/Index.htm>
- Rice, F. P. (1999). *The adolescent: Development, relationships and culture*. Boston: Allyn & Bacon.
- Rodríguez, M. S., Tinajero C., Guisande, M. A., & Páramo, M.F. (2012). The student adaptation to college questionnaire (SACQ) for use with Spanish students. *Psychological Reports: Measures & Statistics*, 111 (2), 624-640. doi: 10.2466/08.10.20.PR0.111.5.624-640
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts different outcomes. *American Sociological Review*, 60, 141-156. Recuperado de: <http://www.jstor.org/stable/2096350>
- Salami, S.O. (2011). Psychosocial Predictors of Adjustment Among First Year College of Education Students. *US-China Education Review*, 8 (2), 239-248. Recuperado de <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED519567.pdf>
- Serwat, H., & Munaf, S. (2013). Relationship of self-esteem and adjustment in traditional university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 999 – 1004. doi: 10.1016/j.sbspro.2013.06.688
- Soares, A.P., Guisande, A.M., Almeida, L.S., & Páramo, M.F. (2009). Academic achievement in first year Portuguese college students: The role of academic preparation and learning strategies. *International Journal of Psychology*, 44, 204-212. doi: 10.1080/00207590701700545
- Tao, S., Dong, Q., Pratt, M.W., Hunsberger, B., & Pancer, S.M. (2000). Social Support: Relations to Coping and Adjustment During the Transition to University in the People's Republic of China. *Journal of Adolescent Research*, 15 (1), 123-144. Recuperado de <http://jar.sagepub.com>

- Wilson, R.C., Woods, L., & Gaff, J.G. (1974). Social-Psychological Accessibility and Faculty Student-Interaction Beyond the Classroom. *Sociology of Education*, 47, 74-92. Recuperado de <http://www.jstor.org/discover/10.2307/2112167?sid=21106087125513&uid=3737952&uid=4&uid=2>
- Wintre, G.M., Bowers, C., Gordner, N., & Lange, L. (2006). Re-evaluating the university attrition statistic: A longitudinal follow-up study. *Journal of Adolescent Research*, 21, 111-132. doi: 10.1177/0743558405285658
- Wintre, M.G., & Yaffe, M. (2000). First-Year Students' Adjustment to University Life as a Function of Relationships With Parents. *Journal of Adolescent Research*, 15 (1), 9-37. Recuperado de: jar.sagepub.com

# Índice de figuras

Figura 1. Modelo secuencial analizado .....23

# Índice de tablas

Tabla 1. Características sociodemográficas de los participantes .....	18
Tabla 2. Estadísticos descriptivos para la autoestima y adaptación .....	25
Tabla 3. Efecto del género sobre la autoestima y el ajuste .....	26
Tabla 4. Efecto de la residencia durante el curso sobre la autoestima y el ajuste.....	27
Tabla 5. Correlaciones entre las puntuaciones obtenidas en EAR y las diferentes dimensiones del SACQ_50 .....	28
Tabla 6. Efecto de las variables sociodemográficas y autoestima sobre el Ajuste ....	29



