

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TÍTULO:

AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL NIVEL
SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “051
VIRGEN DE FÁTIMA”-TUMBES 2018.

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICÓLOGÍA

AUTORA:

BACH. GUERRERO NAIRA DERSY

ASESOR:

Mgtr. GUILLERMO ZETA RODRIGUEZ

TUMBES – PERÚ

2019

1. Título de la tesis

AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL NIVEL
SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “051
VIRGEN DE FÁTIMA”-TUMBES 2018.

JURADO EVALUADOR DE TESIS Y ASESOR

.....
Mgtr. Elizabeth Edelmira Bravo Barreto

Presidente

.....
Mgtr. Carlos Alberto Coronado Zapata

Secretario

.....
Mgtr. Luis Antonio Olivares Ayala

Vocal

.....
Mgtr. Guillermo Zeta Rodríguez

Asesor

AGRADECIMIENTO

A la directora Diana Elizabeth Zapata Marchan, así mismo a la profesora Yeni Mendoza por proporcionarme las facilidades para poder realizar mi trabajo de investigación.

A la Institución Educativa N° 051 Virgen de Fátima y a sus alumnos por brindarme su disponibilidad y sus ganas de apoyar en el desarrollo de las pruebas aplicadas.

A mi asesor Mgtr. Guillermo Zeta Rodríguez por brindarme su esfuerzo y dedicación, sus conocimientos y orientaciones, su manera de trabajar y sobre todo su paciencia y motivación, que son fundamental para seguir con la investigación.

DEDICATORIA

Principalmente va dirigido a Dios por darme las fuerzas necesarias para seguir adelante, asimismo con el más sincero amor y cariño entrego esta investigación a mis padres Eduardo Guerrero Salvador y Agustina Neira Campos que me dieron la vida y me brindan su confianza y absoluto apoyo tanto moral como económico, para cumplir con mis objetivos como estudiante y como no incluir a mi hija porque ella es una de mis motivaciones más grandes de superarme.

Porque ellos son mi motor y motivo para seguir adelante y luchar por cumplir mis metas propuestas, son la alegría y la inspiración que me llena de motivación para luchar contra todo obstáculo que se me presente, día a día.

RESUMEN

La baja autoestima es un problema frecuente en la sociedad hoy en día, que influye más en la adolescencia debido a los cambios físicos y psicológicos de esta etapa, un factor muy importante que influye es la familia ya que a veces sin darse cuenta los padres son los que proyectan una imagen negativa a sus hijos, en base a ello se planteó el siguiente problema, ¿cuál es el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 virgen de Fátima” –Tumbes 2018?, esta investigación es de tipo cuantitativo y nivel descriptivo con un diseño no experimental, Para el recojo de la información se trabajó con una población muestral de 160 estudiantes a quienes se les aplicó el inventario de Stanley Coopersmith, para la recolección de datos se aplicó la estadística descriptiva, al ser procesados los resultados se encontró que el 88.75% de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 virgen de Fátima” presentan un nivel promedio de autoestima, concluyendo que la mayor parte de los estudiantes suelen ser vulnerables para tomar decisiones y enfrentarse ante situaciones complejas con soluciones poco creativas para resolverlos de tal manera que esto puede llevar al estudiante a ser poco sociables, estar desmotivados y no poder cumplir con sus objetivos y metas.

Palabras claves: autoestima, estudiantes, adolescencia.

Abstract

Low self-esteem is a frequent problem in society today, which influences more in adolescence due to the physical and psychological changes of this stage, a very important factor that influences is the family since sometimes without realizing the parents are those who project a negative image to their children, based on this the following problem was raised, what is the level of self-esteem in high school students of the Educational Institution "051 Virgen de Fátima" -Tumbes 2018?, this research is of quantitative type and descriptive level with a non-experimental design. For the collection of the information we worked with a sample population of 160 students to whom the Stanley Coopersmith inventory was applied, for the data collection the descriptive statistics was applied, being After processing the results, it was found that 88.75% of the high school students of the Educational Institution "051 Virgen de Fátima" have a high level of self-esteem, concluding that the majority of students are usually vulnerable to make decisions and confront complex situations with little creative solutions to solve them in such a way that this can lead the student to be unsociable, unmotivated and unable to comply with your goals and goals.

Keywords: self-esteem, students, adolescence.

CONTENIDO

1. TÍTULO DE LA TESIS	ii
JURADO EVALUADOR DE TESIS Y ASESOR	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INDICE DE TABLAS	x
ÍNDICE DE FIGURAS	xi
INTRODUCCIÓN	1
II. REVISION DE LA LITERATURA	7
2.1 Antecedentes	7
2.2 Bases teóricas de la investigación	15
2.2.1 Autoestima	15
2.2.1.1 Definición de la autoestima	15
2.2.1.2. Características de la Autoestima	19
2.2.1.3 Niveles De Autoestima	21
2.2.1.4 Dimensiones de la autoestima:	22
2.2.1.5 Importancia de la autoestima	25
2.2.1.6 Familia y Autoestima	27
2.2.1.7 Tipos de familia	28
2.2.1.8 Importancia de la autoestima en la Educación	30
2.2.1.9 Educación urbana y rural	32
2.2.1.10 Clasificación de la Autoestima	33
2.2.1.11 La Autoestima y la Confianza de los Adolescentes:	37
2.2.1.12 Causas de la baja autoestima	40
2.2.1.13 Consecuencias de la baja autoestima:	42
2.2.1.14 Desarrollo de la Autoestima:	43
2.2.1.15 Factores que Influyen en la Autoestima:	47
2.2.1.16 La Adolescencia y La Autoestima	49
2.2.1.17 Teorías de la autoestima:	51
III. HIPÓTESIS	58
IV. METODOLOGÍA	58
4.1 Tipo de investigación	58
4.2 Nivel de investigación	59
4.3 Diseño de investigación	59

4.4 Población y muestra	59
4.5 Definición y Operacionalización de las variables	61
4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	62
4.7 Matriz de consistencia	66
4.8 PRINCIPIOS ÉTICOS.....	67
V RESULTADOS	69
VI CONCLUSIONES	75
VII REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:.....	77
ANEXOS	80
Anexo 1. Test de coopersmith	80
Anexo 2. Validez y confiabilidad.....	84
Anexo 3: consentimiento informado	87
Anexo 4 Presupuesto	88

INDICE DE TABLAS

Pág.

Tabla 01:	Distribución de la población de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°051 Virgen de Fátima-Tumbes2018.....	59
Tabla 02:	Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°051 Virgen de Fátima-Tumbes2018.....	69
Tabla 03:	Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de autoestima según el sexo de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°051VirgendeFátimaTumbes, 2018.....	70
Tabla 04:	Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de autoestima según la edad de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°051 Virgen de Fátima-Tumbes, 2018.....	71
Tabla 05 :	Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de autoestima según sección de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°051 Virgen de Fátima-Tumbes, 2018.....	72

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 01:	
Diagrama de barras de la distribución porcentual de autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°051 Virgen de Fátima Tumbes, 2018.....	69
Figura 02:	
Diagrama de barras de la distribución porcentual del nivel de autoestima según el sexo de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°051 Virgen de Fátima-Tumbes, 2018.....	70
Figura 03:	
Diagrama de barras de la distribución porcentual del nivel de autoestima según la edad de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°051 Virgen de Fátima-Tumbes, 2018.....	71
Figura 04:	
Diagrama de barras de la distribución porcentual del nivel de autoestima según sección de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°051 Virgen de Fátima Tumbes, 2018.....	72

Introducción

El presente trabajo proviene de la línea de investigación: variables psicológicas asociados a la pobreza material de los pobladores de los asentamientos humanos. La autoestima es de suma importancia en el desarrollo del ser humano porque contribuye la valoración personal, es decir el sentimiento de sentirse querido y apreciado por uno mismo y por los demás. Desde los primeros años de vida el individuo forma una idea de sí mismo principalmente con lo que otras personas piensan de él, sobre todas aquellas significativas, tanto como las figuras parentales: hermanos amistades más cercanas .por lo tanto la valoración que el niño hace de esa imagen se relaciona con el juicio que los otros hacen (Burns, 1990, haeusseler y Milicic, 1995). Así esta se va desarrollando a lo largo del tiempo y de acuerdo a las situaciones vividas. Puede constituirse en alta, media o baja (Coopersmith, 1967) y es sin duda la pieza fundamental del crecimiento integral, equilibrio y bienestar emocional (Shalvesony Harter, 1982).

Los sentimientos que una persona posee respecto a sí misma afectan de un modo importante las diversa áreas de su vida ,pues de ellos se desprende varios elementos como la capacidad de aceptarse así mismo ,la manera de relacionarse con los demás, la forma de responder a los acontecimientos vividos , las posibilidades del desarrollo personal ,entre otros , convirtiéndose en el marco de referencia desde el cual las personas se proyectan (Coopersmith,1967).hoy en día la autoestima juega un papel muy importante en la vida diaria de todas las personas ,sobre todo aquellos estudiantes que están a puertas de egresar del colegio ,ya que son ellos los que enfrentan nuevos retos ,teniendo en el camino diversos obstáculos que pueden llevarlos a fracasar

cuando carezcan de autoestima .La autoestima es una energía que está presente en el organismo vivo cualitativamente que organiza ,integra, unifica y direcciona todo el sistema de contactos que realizan en el sí mismo del individuo (Barroso,2000).

Así mismo,(Mchale y Pope 2001) coinciden con lo planteado al decir que la autoestima es la evaluación del auto concepto y que deriva sentimientos acerca de sí mismo .La literatura señala que los adolescentes con poca confianza en ellos mismos son menos aptos a participar en actividades con sus compañeros y a formar amistades con ellos. La autoestima está relacionada con las características propias del individuo, el cual hace la valoración de sus atributos y construye una autoestima positiva o negativa, dependiendo de los niveles de conciencia que exprese sobre sí mismo (Wilber 1995). El autor indica que la autoestima es la base para tener una buena formación en el ser humano y que el grado de conciencia va a permitir una nueva perspectiva en el entorno de sí mismos, además de llevarlos a realizar acciones creativas y transformadoras del mismo modo en el caso de los estudiantes de secundaria es frecuente encontrar conflictos dentro del salón de clase.

Se puede decir que son problemas simples y típicos de la pubertad que pueden afectar a los jóvenes debido a que ven truncada la necesidad de sentirse aceptados y valorados por los demás, asimismo se pueden notar adjetivos calificativos y/o agresiones físicas hacia los compañeros de clase, los cuales carecen en las relaciones interpersonales satisfactorias .La falta de reglas en casa y la excesiva tolerancia de los padres sobre las conductas inadecuadas en el niño y en el adolescente, también atribuyen al origen de una baja autoestima. Por lo tanto el objetivo de estudio de la investigación es la autoestima en estudiantes que en este informe es definida como la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto asimismo y

se expresa a través de una actitud de aprobación o desaprobación que refleja el grado en el que se cree en sí mismo para ser capaz, productivo, e importante, definición que es concordante con la establecida por Coopersmit(1996).

Teniendo en cuenta lo anterior se considerará la pertinencia de la realización del presente informe de investigación planteando el siguiente enunciado: ¿Cuál es el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018? Por ende este informe tiene como objetivo general: Determinar el nivel de autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018. Para eso, se debe cumplir antes con los objetivos específicos,1: Identificar el nivel de autoestima según el sexo de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018,2:Identificar el nivel de autoestima según la edad de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018,3:Identificar el nivel de autoestima según sección de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018.

La importancia de realizar este informe de investigación radica en dar a conocer a los y las estudiantes el nivel de autoestima que poseen y que de esta forma puedan visualizar los diferentes factores, externos e internos que influyen en el grado de aceptación que tienen de sí mismos/as los cuales pueden influir de forma positiva o negativa, a fin de que la problemática que se aprecia en los alumnos de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima” en niveles bajos, deficientes, sea revertido en beneficio de los mismos. Es importante recalcar la metodología que se utilizó para llevar a cabo esta investigación es de tipo cuantitativo y nivel descriptivo, con un diseño no experimental de corte transversal; siendo la población 160 estudiantes de la

Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”– Tumbes; y una muestra no probabilística.

Esta investigación se justifica en la necesidad de conocer la problemática que se presenta en los estudiantes de la Institución Educativa con la finalidad de poder dar una solución al problema que se presenta en los y las adolescentes. Se empleó instrumentos y técnicas de investigación tales como encuestas, entrevistas, y la observación, a los estudiantes de acuerdo a cada aula, esta información será válida y procesada con las pruebas de hipótesis correspondientes. De esta manera se podrá tener información del nivel de autoestima que poseen y que de esta forma puedan visualizar los diferentes factores, externos e internos, que influyen en el grado de aceptación que tienen de sí mismos/as, los cuales pueden influir de forma positiva o negativa. Asimismo a través de múltiples actitudes de los alumnos, ante sus dificultades se puede notar y darse cuenta que dé lejos de ser insignificancias son conflictos los cuales les afectan demasiado tanto moral, social y psicológicamente teniendo como consecuencia principal desequilibrio emocional y otras dificultades en su autoestima, llevándolos a agrandar más su problema o a producir otros, esto es el motivo a realizar dicha investigación en la que pudiéramos conocer bajo qué condiciones se presenta este tipo de dificultades, que es lo que las ocasiona porque se dan y qué se puede hacer para ayudar a quienes se ven afectados.

El presente estudio justifica su realización a nivel teórico porque caracterizaremos a la población según su nivel de autoestima teniendo en cuenta que se trata de una población rural y que los participantes serán estudiantes de nivel secundaria y que están a punto de egresar del colegio y se van a enfrenar a nuevas situaciones mucho más complejas a las que estaban acostumbrados por lo que

demandaran más responsabilidad, a nivel práctico la información obtenida podrá ser utilizada por las autoridades de la Institución Educativa en talleres, escuela de padres, charlas u otros para que así orienten a mejorar la situación emocional de los estudiantes. Desde la perspectiva el beneficiado será el estudiante ya que aprenderá la adaptación, así como la estabilidad emocional y poder mejorar las relaciones interpersonales con los demás. Finalmente, desde el punto de vista metodológico, este estudio permitirá un análisis documental de la teoría de autoestima, la cual sirve de referencia en la investigación de otras dimensiones vinculadas con las seleccionadas en este estudio; al dar cobertura a la información necesaria para verificar la aplicación de estos lineamientos en la práctica psicológica, y la importancia de contar con un profesional de salud mental en el colegio secundario virgen de Fátima.

Para el plan de análisis los procesamientos de los datos se realizó utilizando el programa estadístico SPSS versión 22 y el programa informático Microsoft Excel 2010. Para el análisis de los datos se utilizó la estadística descriptiva Como tablas de distribución de frecuencia y porcentuales. En la cual se trabajó con un 95% de confianza y 5% de margen de error, con un valor de $p < 0.05$; obteniendo como resultado que 88.75% (142) de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima” presenta un nivel promedio de autoestima, seguido del 11.25% (18) estudiantes en el nivel moderadamente baja, se evidencia que los estudiantes del sexo varones se ubican en el nivel promedio de autoestima y el 6.3% de estudiantes del sexo varones se ubican en el nivel moderadamente bajo, en relación al sexo de mujeres el 35.7% se ubican en el nivel promedio seguido del 5.0% del sexo mujeres en el nivel moderadamente bajo. así mismo se observa que el 41.9% los estudiantes de 15 años de edad se ubican en el nivel promedio de autoestima y el 8.1% en el nivel

moderadamente baja; el 39.4% de los estudiantes de 14 años se ubican en el nivel promedio y el 1.3% de estudiantes en el nivel moderadamente baja; el 7.5% de estudiantes de la edad de 16 años se ubican en el nivel promedio y el 1.9% de estudiantes en el nivel moderadamente baja, también se observa que el 25.6% de estudiantes de la sección B se ubican en el nivel promedio y el 1.9% en el nivel moderadamente baja; el 20.0% de estudiantes de la sección C se ubican en el nivel promedio y el 1.9% en el nivel moderadamente baja; el 25.6% de estudiantes de la sección B se ubican en el nivel promedio y el 1.9% en el nivel moderadamente baja; el 11.9% de estudiantes de la sección E se ubican en el nivel promedio y el 3.8% en el nivel moderadamente baja; el 16.9% de estudiantes de la sección A se ubican en el nivel promedio y el 2.5% en el nivel moderadamente baja; el 11.9% de estudiantes de la sección A se ubican en el nivel promedio y el 3.8% en el nivel moderadamente baja. , concluyendo que la investigación será útil para la comunidad educativa tanto como para los padres de familia, para impulsar el compromiso de reflexionar sobre su función que despliegan en el estudiante en búsqueda de sus objetivos y metas.El informe se estructura de la siguiente manera: I: título, II: Revisión de la literatura, III: Hipótesis, IV: Metodología, V: Resultados, VI: Conclusiones, VII: Referencias bibliográficas y por ultimo tenemos los anexos de la investigación.

II. REVISION DE LA LITERATURA

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Aguirre (2016) en su tesis titulada “La sobreprotección y su incidencia en los niveles de autoestima de los estudiantes en edades comprendidas entre ocho y once años de la escuela particular Eugenio Espejo” dicho estudio se realizó en la ciudad de Loja – Ecuador. Tuvo como objetivo identificar los niveles de autoestima y establecer la relación entre sobreprotección y los niveles de autoestima de los de los estudiantes de la escuela particular Eugenio Espejo de la ciudad de Loja- Ecuador. Para la consecución de la investigación se empleó el método científico, descriptivo y explicativo, la muestra fue de 104 estudiantes comprendidos entre las edades de ocho a once años, luego de haber considerado los criterios de inclusión y exclusión; los instrumentos aplicados fueron el test de autoestima escolar (TAE). Los resultados permiten evidenciar que la autoestima de los estudiantes entre 8 y 11 años de edad en su mayoría corresponde a un nivel de autoestima baja, seguida de autoestima media y en menor porcentaje se evidencian estudiantes con autoestima alta un grupo de 43 estudiantes son sobreprotegidos lo que representa el 41,35% y predomina la baja autoestima en 31 estudiantes que corresponde al 29,81%, seguido del nivel de Autoestima media en 8 estudiantes que equivale al 7,69% y finalmente 4 estudiantes que son el 3,85% tienen alta autoestima; existe relación entre las variables autoestima y sobreprotección, al considerar que, los estudiantes que presentan un mayor nivel de sobreprotección, tienen un menor nivel de autoestima, mientras quienes son menos sobreprotegidos desarrollan un nivel de mayor autoestima.

Andino (2015) realizó una investigación titulada, Imagen corporal y su incidencia en la autoestima de los adolescentes del bachillerato de la Unidad Educativa Victoria VásconezCuvi. Por medio del presente proyecto investigativo se procuró demostrar la incidencia que la imagen corporal propia tiene sobre la autoestima en 209 adolescentes en edades comprendidas entre 14 y 18 años de la Unidad Educativa Victoria VásconezCuvi, en cuya investigación se utilizó un instrumento para medir cada variable obteniendo los siguientes resultados: Escala de autoestima de Rosenberg, Autoestima alta: Autoestima media, autoestima baja; Cuestionario de imagen corporal BSQ- 34. Los resultados obtenidos fueron que con respecto a los factores de la imagen corporal utilizada mayormente en los adolescentes del bachillerato correspondiente al primer objetivo se obtuvo que: Insatisfacción Corporal con 36%, Miedo a engordar con 25%, Baja estima por la apariencia con 33%, y por último Deseo de perder peso con 6%. Datos que se comprueban a través del Test de Imagen Corporal – Cuestionario B.S.Q, aplicado a los 213 estudiantes. Donde se puede concluir que existe relevante relación con el factor psicológico de la autoestima. La Escala de autoestima de Rosenberg - RSES fue utilizada para determinar el nivel de autoestima dominante de los adolescentes del bachillerato de la Unidad Educativa Victoria VásconezCuvi, planteado en el segundo objetivo, se obtuvo que el nivel de autoestima bajo tuvo mayor frecuencia con 45%, le sigue la autoestima normal con un 32%, 14 por último, nivel de autoestima buena con 23%. Notándose que el nivel de autoestima bajo es el más predominante dentro de los estudiantes la misma que se relaciona con la baja estima por la apariencia que poseen.

Arana (2014) “Autocontrol y su relación con la autoestima en adolescentes” realizado en el Instituto Nacional Experimental Dr. Werner Ovalle López, Tesis de grado,

Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango, Guatemala. La muestra estuvo conformada por 69 adolescentes elegidos al azar, de 14 a 15 años, de ambos sexos y de nivel socioeconómico entre medio bajo a bajo, que cursaban el 2do grado básico. Se aplicaron los test CACIA (Cuestionario de autocontrol infantil y adolescente) para medir el autocontrol y EAE (Escala de autoestima de M.S. Lavoegie). Para la interpretación de los datos obtenidos se hizo uso del método de significación y fiabilidad de la diferencia de medias aritméticas relacionadas, con un nivel de confianza de 99%, $Z=2.58$, Error típico de la correlación de 0.12, Error muestral de 0.31, Razón crítica de 0.83, con un intervalo de confianza de 0.43 – 0.19, $RC > NC$ ($0.83 > 2.58$) que la hace no significativa; es decir que el nivel de autocontrol de los jóvenes no está relacionado con la autoestima. También pudo determinarse que el 93% de los jóvenes presenta un nivel de autoestima alta, mientras que un 7% se encuentra en el nivel medio.

5.1.2 Antecedentes nacionales:

García (2016) realizó un estudio de investigación denominado “El nivel de autoestima en el autocuidado en escolares de educación secundaria, teniendo como objetivo identificar el nivel de autoestima en el autocuidado en escolares de educación secundaria de la I.E Raúl Porras Barrenechea, Carabayllo-Lima, la población de estudio estuvo conformada por 350 estudiantes de primero a quinto de secundaria, el instrumento utilizado fue nivel de autoestima en el autocuidado (NIVAUTO) un cuestionario cerrado con alternativas para marcar y como técnica se hizo uso de la encuesta. Este estudio es cuantitativo, descriptivo de corte transversal, cuyos resultados se identificó que el nivel de autoestima en el autocuidado es regular con un 84.4%, en la dimensión física fue regular con un 60.99%, en afectiva fue regular con

45.39%, en lo social fue bueno con un 30.5%, académica con un 63.83% siendo regular, mientras que en la dimensión ética fue bueno con un 50,35%. En el estudio predominó el nivel de autoestima en el autocuidado de tipo regular. El nivel de autoestima de los adolescentes de la Institución Educativa Raúl Porras Barrenechea de Carabayllo es regular con tendencia a bueno. La autoestima de los adolescentes de la Institución Educativa Raúl Porras Barrenechea de Carabayllo en la dimensión social es bueno con una tendencia a regular. La autoestima de los adolescentes de la institución educativa Raúl Porras Barrenechea de Carabayllo en la dimensión académica es regular con tendencia a bueno.

Sánchez (2015) en su estudio Clima Social Familiar y Autoestima en estudiantes de tercero de secundaria de una Institución Educativa de Chiclayo, 2013. Se realizó un estudio de tipo descriptivo correlacional y de diseño transversal, no experimental. Para la obtención de los datos se evaluó a 56 estudiantes entre varones y mujeres. Se utilizó la Escala de Clima Social Familiar (Moos&Trickett, 1974) y el cuestionario de autoestima de Coopersmith (adaptado por Panizo, 1985). Los resultados obtenidos de los datos estadísticos, indican que no existe una relación significativa entre las variables. En cuanto a la autoestima, se puede apreciar, que los estudiantes obtuvieron un alto porcentaje con un 42.9%, 57.1%, 44.6% y 44.6% alcanzaron las categorías promedio alto en las áreas de sí mismo, social, hogar y escuela respectivamente. Así mismo, con 60.7% los estudiantes alcanzaron la categoría promedio alto en autoestima.

Lupercio (2013) presentó una investigación titulada “Autoestima y su relación con las Habilidades Sociales en los adolescentes 15 del octavo año de educación básica del Instituto tecnológico superior 12 de febrero de la ciudad de Zamora periodo Septiembre 2012 febrero 2013”. Para ello, se realizó el presente trabajo investigativo

basado en un tipo descriptivo- correlacional con enfoque mixto sobre autoestima y su relación con las habilidades sociales. Así mismo, para el desarrollo del estudio investigativo se trabajó con 180 adolescentes de octavo año de educación básica del Instituto Tecnológico Superior 12 de febrero de la Ciudad de Zamora, en un periodo de seis meses. Los objetivos del estudio investigativo fueron identificar el tipo de autoestima y determinar el nivel de habilidades sociales en los adolescentes. Para el cumplimiento de los mismos se utilizó la evaluación psicológica (Historia Clínica), escala de autoestima-autoexamen, el cuestionario de habilidades de interacción social y la guía de observación Trait rating. Concluido el estudio se encontró que una cantidad significativa de investigados presentó autoestima alta positiva que describe la aceptación de sí mismo, autoestima baja positiva que hace referencia a la aceptación personal disminuida por alguna crisis situacional y autoestima baja negativa que socava la valía personal y se mantiene durante el tiempo. Así mismo se determinó que en los evaluados existe un déficit en habilidades de solución de problemas interpersonales y finalmente se identificaron como factores de riesgo presentes para la autoestima baja negativa la burla por parte de grupo de pares, falta de comunicación con los padres y hogares disfuncionales.

Carrasco (2010) realizó una investigación sobre el clima social familiar y autoestima en adolescentes de 12 a 18 años de edad que pertenecen al programa colibrí de la PNP- Piura-2009. Su objetivo es determinar la relación existente entre el clima social familiar y autoestima. El diseño de la investigación es de tipo descriptivo correlacional. La muestra es de 100 adolescentes entre las edades de 12 a 18 años. Los instrumentos que se utilizaron fueron: el Inventario de Autoestima de Coopersmith y el clima social

familiar (FES). Los resultados indicaron que no se encontró relación significativa entre ambas variables.

Darte (2009) esta investigación tuvo como propósito establecer la relación entre el clima social familiar y la autoestima en estudiantes de una Institución Educativa del distrito de Ventanilla- Callao, Perú. La investigación fue desarrollada bajo un diseño descriptivo correlacionar. La muestra fue conformada por 150 alumnos entre 12 y 16 años. Para la recolección de los datos se aplicó el inventario de autoestima de Coopersmith y la escala Clima Social Familiar de Moos. Los resultados de esta investigación demuestran que existe correlación baja entre el clima social familiar y la variable autoestima. Se concluye en que el clima social familiar que demuestran los alumnos de una Institución Educativa del distrito de Ventanilla es parcialmente influyente en la autoestima de los estudiantes.

5.1.3 Antecedentes locales:

Chávez (2017) realizó una investigación denominada “Nivel de autoestima en los estudiantes de primer grado de secundaria de la institución educativa N°058 Sifredo Zúñiga Quintos, Contralmirante Villar, Zorritos- Tumbes, 2017. La investigación tiene como finalidad determinar el nivel de autoestima en estudiantes de primer grado de secundaria de la Institución educativa N°058 Sifredo Zúñiga Quintos del distrito de Zorritos- Tumbes, 2017. Para su realización se contó con la población total de alumnos de la institución en mención, siendo la muestra de 55 estudiantes del primer grado de secundaria, seleccionados bajo el criterio no probabilístico por conveniencia cuya base fueron los criterios de inclusión y exclusión, de sexo femenino y masculino con un diseño descriptivo, no experimental de corte transversal. Al grupo se le aplicó para la

descripción de los datos: el inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith. Y al ser procesados los resultados se encontró que el nivel de autoestima en estudiantes fue de promedio, con respecto a las sub escalas en sí mismo, social y hogar presentan un nivel promedio respectivamente, en cuanto a la sub escala escuela presento un nivel moderado alto.

Seminario (2015) en su investigación sobre la relación entre la atribución de control sobre el ambiente y el rendimiento académico en los estudiantes del tercero y cuarto año del nivel secundario de la Institución Educativa N^o 020 “Hilario Carrasco Vences” del distrito de Corrales – Tumbes, 2014, en Tumbes – Perú, realizó un estudio de tipo cuantitativo del nivel descriptivo correlacional, y un diseño no experimental transversal, empleándose una población de 119 estudiantes de sexo femenino y masculino, el muestreo es probabilístico, el tamaño de la muestra fue determinado con un nivel de confianza de 95% y un margen de error de 5%, se obtuvo una muestra de 91 estudiante, para realizar la investigación se utilizó como instrumento la dimensión de locus de control de Rotter y los registros de evaluación final, se obtuvo en atribución de control sobre el ambiente el 51.7% de estudiantes cuentan con locus de control externo y el 47.3% con locus de control interno, los resultados encontrados afirman que no existe relación significativa entre locus de control y rendimiento académico ya que la significancia es 0,000 y por tanto menor de 0,05, la correlación de Pearson ($r = 0,63$), por el tamaño si existe relación significativa entre locus de control y el rendimiento académico en el área de matemática. En el procesamiento de los datos se realizó utilizando el programa estadístico SPSS versión 22 y el programa informático Microsoft Excel 2010, teniendo como objetivo general determinar la relación entre la atribución de control sobre el ambiente y rendimiento académico en

los estudiantes de la Institución Educativa N° 020 “Hilario Carrasco Vences” del distrito de Corrales – Tumbes, 2014.

García (2014) “Relación entre la autoestima y la motivación del logro en los estudiantes de la academia pre universitaria Alfred Nobel, Tumbes – 2014”. Tesis de Licenciatura - Universidad Los Ángeles de Chimbote. Investigación de tipo cuantitativo, nivel descriptivo correlacional, diseño no experimental. Se utilizó como instrumentos La Escala de autoestima de Rosenberg y la Escala de motivación del logro. En cuanto a la consistencia interna de la muestra, se obtuvo un valor en el coeficiente Alpha de Cronbach de 0.76, lo que indica una alta confiabilidad. La varianza de la escala, correspondiente a la estructura factorial en la muestra, es explicada por 2 factores que alcanzan a cubrir el 53.07%, logrando el primer factor un 27.98. Para determinar la relación entre las variables se hizo uso del coeficiente de correlación de Pearson donde $r = 0.642$ que demuestra que existe correlación significativa entre la autoestima y la motivación del logro en los estudiantes pre universitarios de la academia Alfred Nobel, Tumbes -2014 y que 83.2% de los estudiantes se encuentra en el nivel bajo de autoestima.

Barba (2013) realizó una investigación titulada: “Relación entre clima social familiar y el nivel de autoestima de los estudiantes de 4to y 5to año de educación secundaria en la I.E. “Inmaculada Concepción”, Tumbes – 2013”. Objetivo general determinar la relación entre clima social familiar y el nivel de autoestima de los estudiantes de 4to y 5to año de educación secundaria en la I.E. “Inmaculada Concepción”, Tumbes – 2013, fue aplicada a 200 estudiantes del 4to (B, D, F, G, K, L), 5to (A, B, D, J, K, L), del nivel secundario que oscilan entre las edades de 14 a 17 años de edad. Como resultado indican que el 78,05% de los estudiantes se ubican entre el nivel bueno y muy bueno

del clima social familiar, seguido por el 18,00% que se ubican en el nivel promedio. Sólo 3,5% se ubica en el nivel malo y muy malo. En cuanto al nivel de autoestima se evidencia que un porcentaje de 51,5 % de estudiantes se ubican en el nivel promedio de autoestima, seguido por 37 % que se ubican en el nivel alto. Además, el 11,5 % se ubica en el nivel bajo. La investigación concluye que si existe una relación significativa entre el clima social familiar y la autoestima de los estudiantes participantes del estudio.

2.2 Bases teóricas de la investigación

2.2.1 Autoestima

2.2.1.1 Definición de la autoestima

Palladino (1998) sostiene que “la autoestima es consciente e inconsciente. Es una evaluación constante de uno mismo. Una creencia de lo que usted puede hacer y de lo que no”. Asimismo, definió como un sentimiento de confianza en sí mismo, de poder analizar, pensar y es la capacidad que tiene para poder lograr los objetivos propuestos, para poder vencer todo tipo de obstáculos que se presenten en nuestras vidas. Es el sentimiento de ser felices, valorados, respetables y dignos de poder mostrar tal cual somos con nuestras necesidades y carencias Branden, (1995). Define que, “la autoestima es confianza en sí, tener valía propia. Significa respetar a otros y tener un sentido de armonía y paz interna” (Diccionario Webster como se citó Palladino, 1998).

Coopersmith (1976), supone que la autoestima no es más que la manera propicia que el ser humano goza de sí mismo, es decir un conjunto de sabidurías y emociones por lo tanto, los mecanismos del self. Para este autor es lo mismo que de los modos: un semblante generoso que abarca con la auto evaluación y el aspecto

conativo que reúne la conducta que se dirige hacia uno mismo (citado por Barroso, 2013).

Mientras que Nathaniel y Branden (2011), manifiestan que la autoestima asume y divide en dos grandes elementos:

Sentimiento de habilidad personal.

Reconocimiento de apreciación personal.

Esto trae como consecuencia la suma de confianza y el amor del propio ser, muestra de cordura táctica que uno hace de su experiencia para enfrentar los retos que nos coloca la vida y el derecho a ser feliz. (Citado por Barroso, 2014). La autoestima emerge del amor de uno mismo. Perfecciona del mismo modo que la autoestima radica esencialmente en dos unidades de auto eficacia, que propone a la seguridad en nuestra destreza para deliberar, instruirse, decidir, y tomar medidas convenientes: el auto concepto es la seguridad ya que es un derecho de ser felices, es el aliento personal porque somos merecedores del éxito, la simpática, del amor y actuación Coopersmith (1990) citado en Rodas y Sánchez (20016).

(Bermúdez; citado en Paz, 2015) menciona que el autoconcepto es “la representación mental que la persona tiene de sí misma. La autoestima aparecerá al comparar dicha imagen, formada al auto-percibirnos en situaciones concretas, con la imagen ideal de lo que queremos ser (autoconcepto ideal)”. De igual manera la autoestima es la apreciación del propio valor e importancia, caracterizada por la posibilidad de responsabilizarse de uno mismo y de actuar de manera responsable hacia los demás. La autoestima significa que nos valoramos a nosotros mismo, que podemos estar solos con nosotros mismo y sentirnos bien con nosotros mismos y tener

confianza en nosotros mismos”. Está constituida por factores internos y externos. Los factores internos es lo que nosotros creamos, como nuestros pensamientos, ideas, creencias. Los factores externos vienen a ser el entorno todo lo que nos rodea, nuestra cultura, educación y valores. Según los autores Güell y Muñoz (2000, p. 118), mencionan que las personas que establecen su propia identidad tiene la capacidad de ser el mismo, a eso se le llama autoestima, si logramos tener un buen nivel de autoestima seremos capaces de resistir críticas y burlas.

Es una orientación positiva o negativa de uno mismo; la evaluación global de la valía o valor. La gente está motivada para adquirir una alta autoestima, y que tiene, esto indica que la auto-estima positiva, no egoísmo. La autoestima es sólo un componente del concepto de sí mismo, lo que Rosenberg define como "totalidad en los pensamientos y emociones de la persona con referencia a sí mismo como un objeto". Además de la autoestima, la autoeficacia o dominio, y las auto-identidades son partes importantes del concepto de sí mismo. (University of Maryland, s. f.) Según Rosemberg (citado por Guerra y Nayiver, 2009).) La autoestima como la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo, y expresa una actitud de aprobación/desaprobación. En Aquilino, (2010) según Rosemberg 1965, la autoestima se define como la actitud negativa o positiva hacia sí mismo. Sin embargo para Coopersmith 1967, autoestima es la evaluación donde la persona realiza y diariamente conserva respecto de sí mismo, mediante la actitud que tiene de aprobación o desaprobación y se da en la medida que el individuo se considera capaz, valioso, significativo y exitoso.

Para la psicología, la opinión emocional que los seres humanos manifiestan de sí mismos y que supera en sus causas la racionalización y la lógica. En otras palabras,

la autoestima es un conjunto de sentimientos y de rasgos corporales, mentales y espirituales forman la personalidad. Este sentimiento puede variar con el tiempo: a partir de los cinco o seis años de edad, el niño comienza a formar el concepto sobre cómo es visto por la sociedad.

Diversos autores han resaltado que es un constructo integrado por distintas dimensiones que han de ser tomadas en cuenta a la hora de explorar la interacción de esta autoevaluación con otras variables. Para Rogers en 1986 refiere que la autoestima contiene, una imagen de la persona que tiene de sí misma y de sus relaciones con su medio ambiente. Dichos valores forman un modelo coherente a través del cual la persona trata de planificar y organizar su propia vida dentro de los límites establecidos por el ambiente social.

Valdez, (2000) menciona que la autoestima presenta consecuencias sociales. Como saludables que es fundamental para una percepción vital y una competencia emocional, que se refleja en la calidad de las relaciones. En cambio, una baja autoestima se encuentra presente en una buena parte de los diagnósticos psiquiátricos y por lo tanto, en relaciones disfuncionales con el entorno. La autoestima es un agente protector de situaciones estresantes: una elevada autoestima anima al sujeto a participar en un mundo de relaciones recíprocas, en el que se recibe y ofrece ayuda.

Según Alcántara: (1993) menciona a la autoestima habitual como una “Actitud positiva hacia uno mismo, la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo. Es la descripción permanente según la cual nos enfrentamos con nosotros mismos”. Es el sistema fundamental por la cual ordenamos nuestras experiencias refiriéndolo a nuestro “YO” personal.

Herrera (2006) define la autoestima como: El sentimiento que tiene cada persona por sí mismo; si se considera valiosa para ella y para los que lo rodean. Cuando la valoración que hacemos de nosotros mismo es beneficiosa para nuestra calidad de vida se puede decir que poseen una autoestima positiva.

Según Núñez (1999) menciona que la autoestima es una “Habilidad de conocernos a nosotros mismo, desarrollando una predisposición a sentirnos competentes para afrontar los desafíos de la vida y a ser merecedores de felicidad”.

Ramírez y Almidón (1999). Describen la autoestima como la valoración que uno tiene de sí mismo, esta desarrolla gradualmente desde el nacimiento, en función a la seguridad, cariño y amor que la persona recibe de su entorno. La autoestima se va construyendo a partir de que personas están, de las experiencias, vivencias, siendo la más importante para su adquisición, la infancia y la adolescencia.

Entonces la autoestima adquiere una estructura sólida y estable, no estática sino dinámica. Por lo tanto, puede crecer, desarrollarse y fortalecerse, y en ocasiones puede devaluarse en forma situacional por fracasos específicos en áreas determinadas.

2.2.1.2. Características de la Autoestima.

.

Cornejo (1999), establece las siguientes características de la autoestima.

2.2.1.2.1. Autoestima Alta: presenta las siguientes características Seguro acerca de quién es y seguridad en sí mismo. Capaz de tener intimidad en sus relaciones. Capaz de mostrar sus verdaderos sentimientos. Capaz de reconocer sus propios logros. Habilidad de perdonarse y perdonar a los demás.

2.2.1.2.2. Autoestima baja: presenta las siguientes características inseguridad acerca de quién es usted y falta de confianza en usted mismo. Problemas de intimidad en relaciones. Esconder los verdaderos sentimientos. Inhabilidad de premiarse a usted mismo por los logros.

2.2.1.2.3 La Autoestima Positiva: presenta las siguientes características cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesto a defenderlos aun cuando encuentre fuerte oposiciones colectivas, y se siente lo suficientemente segura como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocada.

Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirme culpable cuando a otros les parece mal lo que haya hecho. No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro. Tiene confianza por su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente. Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra persona aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.

Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia. No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente. Reconoce y acepta en sí mismo una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena, es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia generalmente

aceptadas, reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de los demás.

2.2.1.3 Niveles De Autoestima

Coopersmith hace referencia que existen niveles de autoestima de tal manera que la persona reacciona distinto ante situaciones similares, teniendo expectativas diferentes para el futuro, a las personas se les caracteriza con alta, media y baja autoestima:

2.2.1.3.1 Autoestima alta: personas con éxito académico, social, laboral expresivo y asertivo, tienen confianza en sus propias aspiraciones y esperan siempre tener éxito en la vida, creen que su trabajo es de alta calidad y poseen altas expectativas respecto al futuro, son creativos, se autorrespetan, se sienten orgullosos de sí mismos y son muy optimistas.

2.2.1.3.2 Autoestima media: Son sujetos expresivos, dependen de la aceptación social, poseen pensamientos positivos de su misma persona, sus expectativas y competencias son más moderadas.

2.2.1.3.3 Autoestima Baja: Son individuos aislados, deprimidos y desanimados; no se consideran atractivos, sienten incapacidad al defenderse y expresarse; manifiestan dificultad para encontrar soluciones a sus problemas, muestran temor de provocar molestias a los demás, tienen una actitud negativa, de tal manera presentan dificultades internas para enfrentar diversas situaciones. (según Coopersmith., 1976 como se citó en Sparisci ,2013) Rosenberg 1973 (citado por Ulloa, 2003, p.16.)
Manifiesta los siguientes niveles de autoestima: Alta autoestima: Donde la persona se autodefine como bueno y se acepta plenitud. Mediana autoestima: El individuo se

considera en igualdad a los demás, por lo cual no tiene una aceptación plenamente de su persona. Baja autoestima: Es la persona que se siente inferior a los demás, y manifiesta desprecio hacia sí mismo. (Según Fritz y Col., 1999 como se citó en Ulloa, 2003).

Para culminar, es muy importante señalar que el autor afirma que los niveles de autoestima pueden cambiar fácilmente su variación, si se abordan los rasgos afectivos, las conductas anticipatorias y las características motivacionales de los seres humanos.

CraigheadMcHeal y Pope (2001), coinciden con lo anteriormente descrito, afirmando que las personas con alta autoestima, denotan un auto concepto positivo sobre su imagen, así como también sus habilidades académicas, familiares y sociales. Esto implica que los seres humanos con alta autoestima se muestren seguros, eficientes, capaces, y que demuestren estar siempre en disposición para lograr objetivos y metas, resolviendo problemas y demostrando habilidades por lo tanto un ser humano que tiene autoestima alta o positiva se evalúa a si mismo de manera positiva y este se siente bien acerca de sus puntos fuertes, denota autoconfianza y trabaja sobre su lado débil y es capaz de superarse a sí mismo cuando falla en algo de sus objetivos propuestos.

2.2.1.4 Dimensiones de la autoestima:

Hay una valoración global acerca de uno mismo, que puede traducirse en una percepción de ser valioso y estar contento de ser como se, por lo tanto, un sentimiento negativo respecto de uno mismo. Cuando la autoestima global es positiva, permite actuar eficazmente y hacer frente apropiadamente las dificultades. Cuando es negativa, genera sufrimientos que perturban el actuar de las personas.

Como todos sabemos, ninguna definición personal es neutra, siempre implica un juicio de valor, ya sea positivo o negativo. Su inicio se remonta a los juicios realizados por otras personas, especialmente aquellas personas significativas para el niño (padres, abuelos, profesores,...). Cuanto más importante sea una persona para el niño, mayor valor tendrá su opinión y más afectará a la percepción que se está formando el niño de sí mismo.

Reasoner (1982) describió el concepto de autoestima como algo dependiente de los siguientes factores:

El sentido de seguridad: Se forma poniendo límites realistas y fomentando el auto-respeto y responsabilidad.

Sentido de identidad: Se logra demostrando afecto y aceptación, reconociendo las fortalezas del niño.

Sentido de pertenencia: Se desarrolla fomentando la aceptación y la relaciones entre iguales.

Sentido de propósito: Se logra ayudando al niño a fijarse metas, mostrando confianza en sus objetivos.

Sentido de competencia: Se favorece ayudándoles a realizar sus propias opciones y decisiones.

Por otro lado, Coopersmith (1967) aisló los siguientes 4 factores importantes para la autoestima:

Aceptación, preocupación y respeto recibidos por las personas, y el valor que ellos tuvieron.

Historia de éxitos y la posición de la persona dentro de la comunidad.

Interpretación que las personas hacen de sus propias experiencias.

Manera en que tienen las personas de responder a la evaluación.

2.2.1.4.1 Dimensión Afectiva:

Se basa en las características de personalidad de cómo se ve el niño a sí mismo en la capacidad de dar y recibir afecto, como:

Simpático o antipático

Estable o inestable

Valiente o temeroso

Tranquilo o inquieto

De buen o mal carácter

Generoso o tacaño

Equilibrado o desequilibrado

2.2.1.4.2 Dimensión Física:

Es la valoración que hace el niño de todo lo que tiene que ver con su físico. El hecho de sentirse atractivo físicamente. Incluye también, en el varón, el sentirse fuerte y capaz de defenderse; y en las mujeres, el sentirse armoniosa y coordinada.

2.2.1.4.3 Dimensión Social:

Hace referencia a que el niño se sienta querido por parte del resto de las personas con los que se relaciona. Incluye el sentimiento de pertenencia a un grupo social y lo habilidoso que se considere el menor para hacer frente a las diferentes demandas sociales del medio, como relacionarse con otros niños o solucionar los problemas.

2.2.1.4.4 Dimensión Académica

Hace referencia a la autopercepción de la capacidad para enfrentar con éxito las situaciones de la vida escolar y específicamente a la capacidad de rendir bien y ajustarse a las exigencias escolares.

También incluye la autovaloración de las capacidades intelectuales, como sentirse inteligente, creativo, desde el punto de vista intelectual.

2.2.1.4.5 Dimensión Ética:

cuando una persona es buena y confiable pero también es mala y poco confiable. Como sentirse responsable o irresponsable, trabajador o flojo. La dimensión ética depende de la forma en que el niño interioriza los valores y las normas, y de como se ha sentido frente a los adultos cuando las ha transgredido o ha sido sancionado.

2.2.1.5 Importancia de la autoestima

Importante porque es el primer paso en creer en usted mismo. Si uno no cree en sí mismo, otras personas no creerán en usted. Si usted mismo no puede encontrar su grandeza, los demás no la encontrarán. La autoestima tiene grandes efectos en sus pensamientos, emociones, valores y metas.

La baja autoestima contribuye a problemas mentales. Si usted siente que es digno usted se va a comportar de acuerdo a esta creencia y va a vivir una vida feliz. Si usted se siente orgulloso de usted mismo usted va a tener seguridad en usted mismo y va a poder intentar nuevos retos.

Usted se va a respetar a usted mismo inclusive si comete errores. No se vá a comparar con otras personas y nunca va a humillarlas porque Usted tendrá una dirección positiva de su vida.

La baja autoestima lo va a ser sentir inapropiado en la vida y lo va a llevar a creer que usted no merece cosas buenas. Sus elecciones serán erróneas y sus metas serán negativas y tendrá comportamientos poco favorables.

Nathaniel Branden escribió:"La autoestima positiva es importante porque cuando las personas la experimentan, se sienten bien y lucen bien, son efectivas y productivas y responden bien a los demás. Responden a ellos mismos saludablemente, en forma positiva y pueden crecer y cambiar. Ellos saben que pueden ser amados y son capaces de mejorar. Se ocupan de ellos mismos y de los demás. No necesitan humillar a los demás para sentirse bien"

Cuando más alta esta la autoestima, estarán mejor preparados para afrontar las adversidades que les presente la vida, desde una perspectiva emocional. Creativo y espiritual, más inclinados estaremos a tratar a los demás con el debido respeto, liberalidad y buena voluntad que se merecen. Mientras más alta sea nuestra autoestima, experimentaremos más alegría por el solo hecho de ser, y de vivir con plenitud a diario.

Por lo tanto, la autoestima es la clave del éxito o del fracaso para comprendernos y comprender a los demás y es requisito fundamental para una vida plena. La autoestima es la reputación que se tiene de sí mismo. Es importante tener autoestima alta. Todos la necesitamos porque esta nos ayuda a estar contentos, nos

ayuda a mantener valores morales y a sentirnos satisfechos con nuestros pensamientos y nuestras acciones.

2.2.1.5.1 Condiciona el aprendizaje

La autoestima es la percepción valorativa que tenemos de nosotros mismos, de nuestra manera de ser, de quienes somos (quien soy yo), del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran la propia personalidad.

La autoestima se aprende, fluctúa y la podemos mejorar. Es a partir de los 5-6 años de edad cuando empezamos a formar un concepto de cómo nos ven nuestros padres, maestros, compañeros y las experiencias que vamos adquiriendo.

El nivel de autoestima es el responsable de muchos éxitos y fracasos escolares.

Una elevada autoestima, vinculada a un concepto positivo de sí mismo, potenciará la capacidad de la persona para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, mientras que un bajo nivel de autoestima enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso. La autoestima es importante porque nuestra manera de percibirnos y valorarnos moldea nuestras vidas.

En la Adolescencia los mensajes se superponen. Las personas valoradas influyen en el autoconcepto. Si el concepto personal y social son fuertes no nos interesa tanto el Yo Material y Corporal.

2.2.1.6 Familia y Autoestima

Celia R, (2017) Menciona que la autoestima es la valoración que hacemos de nosotros mismos en base a nuestra experiencia y sensaciones. La autoestima se forma en las primeras etapas de nuestra vida, en los primeros años de edad concurren una serie de aprendizajes que serán cruciales para la propia estima. En la formación de la

autoestima aparece nuestra propia imagen (auto concepto) y la imagen que los demás tienen de nosotros.

La opinión de los demás sobre la propia persona, nos es devuelta como la imagen de un espejo y va a influenciar en nuestra propia opinión y en nuestra autoestima.

En este sentido, la familia se constituye como primera célula social, es el primer núcleo social donde los niños y niñas comienzan su proceso de socialización y se producen los aprendizajes sobre el mundo y sobre la propia persona. La importancia de la familia, por lo tanto, en el desarrollo de la persona es fundamental. El desarrollo de la autoestima no puede independizarse de la familia, siendo ésta el contexto donde la autoestima se acuna y crece.

Debemos prestar atención tanto a nuestro estilo educativo, como a los valores y mensajes que como familia transmitimos al pequeño y de este modo procurar un sano desarrollo de la autoestima.

El papel de la familia como agente socializador es fundamental, a través de los demás es cuando los niños y niñas desarrollan su autoestima. La imagen que tienen los demás sobre los pequeños contribuye a la formación de la propia imagen. La familia, constituye la primera base sobre las que las personas forman su autoestima. El sentirse valorados y queridos por sus seres más cercanos es fundamental para las bases de una sana autoestima. La familia debe mostrar su estima al niño/a, debe además proporcionarle experiencias adecuadas para que se sientan seguros.

2.2.1.7 Tipos de familia

Familia nuclear: Son los padres que viven con sus hijos.

Familia extensa: Es aquella que está constituida por la familia nuclear, así como también los tíos, primos, abuelos y otros.

Familia monoparental: Es la familia conformada por un padre o una madre que vive con sus hijos.

Otros tipos de familias: formada únicamente por hermanos, amigos; esta familia conformada no tiene que ver nada con el parentesco de consanguinidad, sino con el sentimiento y la convivencia que tienen mediante la solidaridad. (Enciclopedia Británica, 2009).

La familia rural (2007) las familias rurales se caracterizan por lo siguiente:

Están bien constituidas.

Consideran a la tierra como el más importante de todos los bienes y fuente primordial de su bienestar.

Realizan trabajos con sentido cooperativo.

Las familias de las zonas rurales respetan las ideas y opiniones de los miembros de su hogar. Según Dannellys, D. (s. f.). Entre sus características tenemos:

Los niveles educativos y culturales de la mayoría son bajo por falta de centros de educación de diversas áreas.

El conocimiento de las normas y leyes que los respaldan es deficiente.

Los servicios de salud, medios de transportes y comunicación son insuficientes.

Los ingresos económicos están muy por debajo en comparación al área urbana.

El analfabetismo es un problema que afecta a la mayoría población rural.

2.2.1.8 Importancia de la autoestima en la Educación.

“La importancia que tiene la autoestima en la educación es porque tiene que ver con el rendimiento escolar, con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo del niño consigo mismo”

Cada vez que se establece una relación, se está transmitiendo aprobación o desaprobación y en esa misma medida, se van devolviendo o entregando características personales que pasan a integrar la autoimagen de esa persona.

De este modo, la interacción con el profesor va teniendo repercusiones en el sentimiento de confianza de si mismo que desarrolla el niño, es decir, se siente que lo hacen bien o mal.

Se puede apreciar que existe una relación circular; si el niño tiene una autoestima alta se comportara en forma agradable, será cooperador, responsable, rendirá mejor y facilitara el trabajo escolar. Por lo tanto el profesor positivamente será reforzarte, estimulante y entregara retroalimentación positiva; lo que hará que el niño se comporte mejor, y así sucesivamente generándose un círculo virtuoso.

Si su autoestima es baja se pondrá agresivo irritable, poco cooperador, poco responsable. Con esta situación es altamente probable que el profesor tienda a asumir una postura más crítica y rechazante frente al niño, quien a su vez, se pondrá más negativo y desafiante, creándose así un círculo vicioso.

Por otro lado, se ha encontrado una relación entre la autoestima de los profesores y la autoestima de los niños. Los profesores con una buena autoestima son

mas reforzadores, dan más seguridad a los niños, están más satisfechos con su rendimiento escolar, desarrollan un clima emocional más positivo y sus alumnos se aprecian más contentos en la sala de clases.

Los profesores con baja autoestima tienden a tener miedo de perder autoridad, por lo tanto usan una disciplina mucho más represiva y sus alumnos son menos creativos, no saben trabajar solos, son más tensos e irritables y dependen del control que el adulto ejerce sobre ellos.

2.2.1.8.1. Autoestima positiva favorece el aprendizaje

La autoestima de los niños se desarrolla y se desenvuelve en el entorno social. En el ámbito educativo es muy importante, ya que dependiendo de esta, va tener un rendimiento escolar favorable o desfavorable, de esta manera un estudiante con autoestima alta, es más creativo, es decir está abierto a muchas más posibilidades no se limita en hacer las cosas de una sola manera si no que tiene más opciones para utilizar su imaginación y su creatividad para resolver cualquier problema que se le presente en el aula.

Los niños tienen un proceso creativo y es lo que viven, sienten y experimenta al escribir, pintar al bailar, con la manifestación de nuestro ser, cuando se expresan y cuando son capaces de plasmar esta expresión se hacen seres muy creativos y valorados por ellos mismos.

El desarrollo de la creatividad en el aula, va depender también de las relaciones entre el docente y el alumno; del intercambio, valores, actitudes, conductas y representaciones, donde interviene mensajes de aceptación y no aceptación para favorecer el aprendizaje y la autoestima. Con una buena autoestima los niños son más

creativos, para ser más demandantes, críticos y seguros de sí mismo y del docente en ofrecer un ambiente de respeto y comprensión para que el niño tenga seguridad y confianza para expresarse libremente.

En el aprendizaje es importante que el niño tenga una buena autoestima, ya que podrá ser el mismo, es decir una persona única, (con rasgos corporales, físicos, actitudes, habilidades y sentimientos únicos) siempre en continuo cambio. Asimismo relaciono la autoestima y las habilidades con el éxito escolar, ya que él cree que en la sociedad en la que vivimos, la autoestima va fuertemente relacionada con el éxito escolar, pero que este también está íntimamente ligado a la habilidad y que atribuir el fracaso escolar a falta de habilidades es más amenazante para la autoestima que atribuye a la falta de esfuerzo.

2.2.1.9 Educación urbana y rural

La educación es un derecho fundamental que debe ser ejercido por todos los habitantes; sin embargo los hechos demuestran lo contrario. La educación urbana brinda mayores oportunidades, existen más escuelas con mayor tecnología y mejores docentes. Los alumnos de escuelas rurales son pocos, por lo cual la mayoría de las veces se reúnen en una misma aula y con el mismo docente los alumnos de diferentes grados de instrucción. Así mismo son los estudiantes que en su mayoría ayudan a sus familias en las tareas agrícolas. Para otorgar a esta población una igualdad de oportunidades, se debe ser realista, adecuarse a sus necesidades, considerando los conocimientos teóricos y prácticos, que les permitan a los alumnos lograr una calidad de vida adecuada, con los recursos que cuentan. (Fingerman, 2013). Antezana (s.f), también existen otros factores que explican los altos índices de abandono escolar en

diferentes países analizados (Brasil, Colombia y Perú); son alejadas las distancia que recorren los estudiantes para llegar a sus centros educativos; infraestructura inadecuada de las instituciones rurales; falta de interés en la capacitación permanente de los docentes, poco mobiliario escolar y libros para los estudiantes. También hay otro tipo de carencias, con son la falta de estímulos, fomento de capacidades y aspectos psicológicos (autoestima).

2.2.1.10 Clasificación de la Autoestima

Existen diversas clasificaciones de la autoestima.

2.2.1.10.1 Autoestima alta: están ubicadas aquellas personas que viven, comparten la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor; se sienten que son muy importantes, tienen demasiada confianza en su propia competencia y la de los demás, no tienen dificultad para tomar sus propias decisiones. Al apreciar su propio valor están dispuestos a respetar el valor de los demás.

2.2.1.10.2 La autoestima alta por norma general suele ser buena y positiva pero muchas veces no es así. La autoestima mal aprendida y mal implementada en uno mismo puede dar lugar a alguien ignorante, tendencioso y prepotente.

Una autoestima estudiada de forma errónea también puede dar lugar a pensamientos equivocados y a verse a sí mismo como una persona que efectivamente puede conseguir cosas pero que tiene muchos límites. Ciertamente de muchas formas se puede conseguir la autoestima y tipos de autoestima diferentes pero en la que nosotros nos vamos a centrar es en la misma que en nuestro audiocurso: Cómo aumentar la autoestima, es decir, nos centraremos en la autoestima positiva.

2.2.1.10.3 La autoestima positiva es muy importante cultivarla porque de ello dependerán la mayor parte de resultados de nuestra vida. Imaginemos alguien con una autoestima alta pero prepotente, esto no es una autoestima positiva lo que hará esa persona es creerse superior a los demás e intentar demostrarlo con hechos y palabras constantemente lo que le acarrearán fuertes problemas con los demás. Una autoestima baja lo que hará será que nos auto despreciemos y no nos veamos con suficiente calidad para cumplir muchas cosas: “yo no sirvo para esto”, “no valgo” o que constantemente nos demos la culpa de todo y nos deprimamos por todo lo que nos pasa en vez de extraer experiencia positiva que es lo que tendríamos que hacer en los malos momentos: “todo me pasa a mí”, “que asco”, “vaya mierda de vida”, generalmente las personas con una autoestima NO positiva lo que hacen es NO disfrutar la vida y estar preocupados constantemente por sandeces.

Tienes que ser feliz y tener una autoestima positiva para disfrutar la vida, estar contento y a gusto contigo mismo y ser capaz de ver tus sueños realistas y tú con capacidad para cumplirlos.

2.2.1.10.4 Autoestima Media: Son personas que se caracterizan por ser optimistas, expresivos y capaces de aceptar la crítica pero que en su interior sienten inseguridad de su valía personal, tendiendo a la búsqueda de experiencias que le conduzcan al fortalecimiento de su autovaloración; tienden a depender esencialmente de la aceptación social.

Son personas que intentan mantenerse fuertes con respecto a los demás aunque en su interior están sufriendo. Este tipo de personas tienen una buena confianza en sí mismas, pero en ocasiones ésta puede llegar a ceder. Aquellos que posean ésta forma

de ser viven de una forma relativamente dependientes de los demás, es decir, si ven que el resto les apoyan en alguna acción su autoestima crecerá pero, por el contrario cualquier error que alguien le eche en cara servirá para que su confianza caiga un poco. Estos vaivenes no muy acusados en los que se ven este tipo de personas pueden controlarse con un poco de racionalidad a la hora de enfrentarse a los retos, sobre todo los retos profesionales.

La autoestima media puede ser la más común siempre tenemos que tener en cuenta que la vida nos va a conducir a retos y muchas dificultades. En un determinado momento podemos aumentar de forma natural nuestro nivel de autoestima. No solo la autoestima alta es la fuente de satisfacción o superación personal con la autoestima media también se puede llegar a lograr.

Nathaniel B. (1997) “tener un término medio de autoestima es fluctuar entre sentirse apto e inútil, acertado y equivocado como persona. Actuará a veces con sensatez, a veces tontamente, reforzando, así, la inseguridad”

Autoestima baja: Las personas con una autoestima baja se siente mal consigo mismas, no se valoran como deberían, lo que se refleja en su salud física y psicológica, pero también en la forma de relacionarse con otras personas y con su entorno. A continuación para saber todo lo relacionado con la autoestima baja vamos a ver cuáles son algunas de las características de las personas con autoestima baja y que podremos observar realmente con facilidad.

Las personas con baja autoestima, entonces, tienen problemas de autoaceptación. Esto puede significar que son jueces muy severos de sí mismos, que no se respetan a sí mismos o que se tienen demasiada compasión; del modo que sea

esto se traduce en una relación particular con los demás, en las que el individuo siempre ocupa un lugar inferior o de sometimiento.

Tener baja autoestima no significa, sin embargo, que la persona actúe constantemente en función de ese criterio: las personas somos complejas, tenemos múltiples caras y no siempre es sencillo determinar los elementos que conforman nuestra personalidad. Tampoco debe confundirse la baja autoestima con enfermedades mentales o dolencias anímicas más complicadas, como la depresión.

Los individuos con poca autoestima carecen de confianza en sí mismos sobre sus propios actos considerándolos como un fracaso a cualquier tropiezo que se les presente. La baja autoestima conlleva a desarrollar sentimientos como la angustia, dolor, indecisión, desánimo, pereza, vergüenza, y otros malestares. Es por eso que el desarrollo de una autoestima positiva es una tarea fundamental a lo largo del crecimiento de los niños.

Algunas actitudes y conductas más vistas en las personas con problema de autoestima son:

Necesidad de llamar la atención: personas que constantemente están demandando que se les atienda, esto con el fin de lograr que los demás les digan que son importantes. Muchas veces suelen interrumpir de manera inapropiada, para que los demás se fijen en lo que están haciendo. Estas personas normalmente no tienen éxito y reciben respuestas negativas. Así, su necesidad de aprobación queda insatisfecha.

Necesidad imperiosa de ganar: personas que suelen ofuscarse constantemente en forma desatinada si pierden. Creen que para ser tomados en cuenta deben lograr ser

mejor que los demás. Solo así estarán satisfechos cuando logran ser los mejores. no aceptan la derrota fácilmente y son malos ganadores porque hacen ostentación exagerada de sus éxitos.

Excesivo temor a equivocarse: aquellas personas que están convencidas de que cometer una equivocación es lo peor que les puede pasar; por esa razón se arriesgan poco o casi nada. El temor a no tener éxito es demasiado fuerte ya que los paraliza. Con mucha frecuencia denotan ansiedad frente a las exigencias y en ocasiones pueden incluso presentar sensación de pizarra en blanco. Es inconsciente del cambio.

Animo triste: muchas veces se demuestran como personas muy tranquilas, que no dan problemas, pero si se les observa con cuidado, muestran sentimientos de tristeza, sonríen con dificultad, las actividades que realizan las hacen desmotivados y, aunque pueden realizarlas, resulta evidente que no se ilusionan hacerlas ni solo ni con otros compañeros. Personas que les falta espontaneidad y que aparecen poco vitales en relación a sus compañeros. Actitud perfeccionista: Rara vez están contentos con lo que hacen. La mayoría de ellos, en su afán de corregir y mejorar lo que están haciendo, resultan muy poco productivos. Les cuesta discriminar que es importante y que no lo es, por lo que gastan la misma energía en cosas accesorias que en cosas importantes.

2.2.1.11 La Autoestima y la Confianza en Adolescentes:

Fajardo (2005), describe que los adolescentes suelen sentirse incómodos. Al darse cuenta que ya están teniendo nuevos cuerpos y mentes en desarrollo y relaciones con familiares y amigos que van cambiando. Los cambios que se presentan en sus vidas a veces llegan tan rápido para adaptarse a ellos. La falta de autoestima generalmente se agudiza durante los primeros años de la adolescencia, donde los

chicos están más vulnerables a los cambios luego mejora un poco durante los siguientes años a medida que las nuevas identidades se fortalecen. A cualquier edad la falta de confianza en sí mismo es un problema serio. Los adolescentes que carecen de autoestima pueden ser solitarios, torpes en su trato con otras personas y muy sensibles a las críticas de las personas sobre lo que ellos piensan. Los jovencitos con poca confianza son menos aptos a participar en actividades con sus compañeros y a formar amistades con ellos. Esto los aísla todavía más e impide que desarrollen una mejor imagen de sí mismos. Y cuando entablan amistades, son más vulnerables a la presión negativa.

Muchos adolescentes que no tienen confianza en ellos mismos dejan de participar en clase. Otros actúan escandalosamente para llamar la atención. La falta de confianza en sí mismos se relaciona con comportamientos autodestructivos y malos hábitos-como fumar, beber. Las chicas adolescentes suelen dudar de sí mismas más que los varones (aunque siempre hay excepciones). Esto se debe a varias razones:

2.2.1.11.1 La autoestima en las adolescentes determina su calidad de vida en la edad adulta, lo más importante es que ellas se vean bien con respecto a su aspecto físico y que sean muy pero muy delgadas y bonitas. La vida puede ser igualmente dura para un jovencito que piensa que tiene que cumplir con todas las comentarios y expectativas de la sociedad que les dicen que todos los varones deber ser buenos atletas y deben desempeñar bien las actividades físicas.

Doris Bersing analiza el ayer y hoy de la mujer, sobre sus pensamientos, potencialidades y alternativas de crecimiento, lo que conlleva que las mujeres redescubran su verdadero papel, exploren su verdadera identidad, contacten su poder

personal, hagan conciencia de sus decisiones, y rebasen patrones y estereotipos socioculturales inculcados por padres, instituciones y personas influyentes, que han servido para esclavizarla y obligarla a vivir en la desvalorización y la indignidad.

2.2.1.11.2 Las mujeres

La mujer moderna vive inmersa en una densa red que se comenzó a tejer en la infancia, a través de la recepción de mensajes, pocas veces saludables, acerca de lo que significa ser mujer. Los adolescentes se enfrentan, al bombardeo ideológico sociocultural (incluida la publicidad), a las relaciones de pareja, a la necesidad de conservarse “bella”, al matrimonio, los hijos, el trabajo diario, la competencia social, la menopausia y la vejez, entre otros escenarios y retos.

En este tránsito, la mujer va perdiendo su amor propio y adecuándose a las innumerables exigencias del medio ambiente, que devalúan su autoestima y la atan a la necesidad de aprobación. Así aprende a complacer a otros, a “ser buena”, a aplacar sus verdaderos sentimientos, a fingir, a mentirse a sí misma, a no arriesgarse, a aislarse o aturdirse, en un camino que generalmente se hace nebuloso y le impide recordar sus legítimos derechos y ver hacia dónde se dirige realmente. En medio de esa tela de araña, algunas mujeres deciden actuar como sufridas, otras como neuróticas, muchas al estilo supe independiente, pero la mayoría de ellas, intuitivamente en su interior, sabe que hay que hacer cambios y revisar el asunto, antes de que el cuerpo responda autodestructivamente, con el típico mecanismo protestatario de la enfermedad.

En la adolescencia es trascendental, a esa edad deben enfrentarse a nuevas reglas, a cambios radicales que les producen de alguna manera inseguridades y miedos, en estos tiempos los adolescentes viven presionados por una sociedad cada vez más

competitiva y menos contemplativa, los riesgos a que están expuestos en las calles son cada vez mayores, hay que reconocer que hoy el consumo de alcohol y drogas, así como los juegos de azar se ha incrementado en los adolescentes de una manera significativa y por otro lado los divorcios se han multiplicado.

(Diane Crim, 2002) "La mejor manera de fomentar la confianza en sí mismo en alguien es ofreciéndoles oportunidades para tener éxito. Hay que facilitarles el éxito-dándoles experiencias a través de las cuales puedan ver todo el poder que tienen. Los muchachos pueden ingeniárselas con estas experiencias. Parte de lo que crea la confianza es el saber qué hacer cuando uno no sabe qué hacer". Ayude a su hijo a fomentar la confianza en sus propias habilidades al alentarle a tomar una clase de arte, actuar en una obra de teatro, jugar en un equipo de fútbol o béisbol.

Por ello es importante que los adolescentes de hoy tengan una alta autoestima, con ello sabrán cómo desarrollarse en todos los aspectos y ámbitos de sus vidas, se sentirán cómodos consigo mismos, se aceptaran tal como son, la familia, la escuela, los amigos, así como los medios de comunicación contribuyen a moldear esa autoestima. Es habitual que muchos adolescentes no tengan una autoestima alta. Con frecuencia, problemas simples y habituales en la adolescencia afectan mucho a algunos adolescentes y sienten truncada su necesidad de ser aceptados y valorados por los demás. Son habituales los problemas de autoestima, por ejemplo, debidos a problemas de acné, exceso de peso o el rechazo de una determinada persona que no los tiene en consideración.

2.2.1.12 Causas de la baja autoestima

La autoestima puede disminuir o aumentar debido a múltiples sucesos relacionados con la familia, la escuela, la comunidad y el universo, y en dependencia de la sensibilidad del sujeto. Existen personas extremadamente sensibles cuya autoestima puede bajar debido a un gesto desagradable, una frase, un pequeño incidente familiar o una crítica en el colectivo. Los niños genuinamente son muy susceptibles y muchos a diario son afectados por los pequeños sucesos que ocurren en las aulas o escuelas.

Las causas que bajan la autoestima son múltiples: el miedo, la tensión, los fracasos, las enfermedades, la angustia, la ansiedad, la disfunción sexual, las neurosis, la gordura, el incumplimiento de las metas, y las adicciones, entre otras. Por supuesto que estos elementos adquieren una connotación especial en determinadas condiciones económicas y sociales. Estudios realizados en Estados Unidos Ribeiro, (1997)

Las personas con Baja Autoestima pueden identificarse en alguna de las siguientes manifestaciones:

Ser víctima de abusos (sexuales, físicos o emocionales) y la pérdida de control asociada a ellos.

No se sienten ni orgullosos ni satisfechos de sí mismos.

Fracasar en cumplir con las expectativas de sus padres.

Desconfían de sus capacidades.

Depende de otros para afrontar sus problemas.

Sufrir discriminación (por discapacidad, apariencia, estatus social o cualquier otra circunstancia).

Verse empujado por la presión social para seguir determinadas normas.

Sufrir acoso o bullying laboral.

Padecer enfermedades que condicionen sus actividades cotidianas o impacten en su calidad de vida.

Sufrir por la pérdida de personas importantes de su vida.

Sufrir por exclusión social y soledad.

Al atravesar experiencias dolorosas como éstas, la persona puede ir formándose esa opinión negativa sobre su apariencia, su inteligencia o sus capacidades y cuando ocurre algo que le hace recordar esas experiencias vividas, adopta una actitud negativa a la hora de enfrentarse a las nuevas experiencias. Esto crea adultos inseguros y con una muy baja confianza en sí mismo.

2.2.1.13 Consecuencias de la baja autoestima:

Consecuencias de la autoestima baja, está asociado a la depresión, son los trastornos alimentarios, desde comer en exceso hasta la bulimia o la anorexia. No son pocos los casos de autoestima baja relacionados con el aspecto estético, y ante la falta de esa estabilidad emocional y de no sentirnos felices con la imagen que proyectamos caemos en esos trastornos que pueden tener efectos devastadores para nuestra salud física y mental, pero también para la de quienes nos rodean.

Aunque no siempre está relacionado con la autoestima baja, sino que su origen suele estar en el estrés o el exceso de responsabilidades, el insomnio también puede darse por culpa de la autoestima baja. Cuando hemos hablado de las consecuencias de la autoestima baja ya hemos dicho que nos puede llevar a renunciar a trabajos o

responsabilidades, de ahí que sentirnos abrumados nos impida conciliar el sueño. La frustración, la negatividad y la insatisfacción con nuestra vida también te pueden provocar insomnio, y estos sí que están relacionados con la autoestima baja.

De una u otra manera, todas las áreas de la vida quedan afectadas cuando la persona piensa tan mal sobre sí misma. Veamos algunas de las situaciones más comunes. La persona con baja autoestima puede involucrarse en relaciones personales tóxicas, destructivas, porque no se da a valer para que sea tratada con el respeto y el amor que merece.

En el trabajo, puede suceder algo parecido: que evite tareas por miedo a no hacerlo perfecto o, incluso, que deje de optar a algún puesto de trabajo por no verse lo suficientemente buena para el mismo.

La baja autoestima también inclinarse en comportamientos muy negativos como, por ejemplo, las adicciones., en algunos casos, llevar a una persona a desarrollar una personalidad violenta, para enmascarar sus vulnerabilidades.

Si en lugar de esas creencias negativas, la persona tuviese una autoestima sana, no quiere decir que no tendría problemas ni que dejaría de vivir experiencias desagradables, pero sí tendría mejores armas para afrontarlas.

2.2.1.14. Desarrollo de la Autoestima:

La autoestima es algo que vamos desarrollando desde que somos pequeños y nunca deja de evolucionar, cambiar, mejorar o deteriorarse. Está es continuo movimiento. Al igual que nosotros mismos. No es voluntaria, espontánea o natural. Proviene de las condiciones de vida y de lo que cada uno vamos experimentado en distintas situaciones de la misma.

A medida que vivimos y evolucionamos, vamos sacando aprendizajes que irán forjando nuestra autoestima.

Desarrollar autoestima partir de los 5-6 años aproximadamente, es cuando empezamos a formarnos una idea de lo que significa ser nosotros mismos. Evidentemente, esta idea va a estar muy influenciada por la forma en que nos valoran los mayores (padre, madre, maestros, etc.). Es decir, la primera valoración de nosotros mismos, va a partir de las valoraciones de los demás. Por lo tanto, es la familia, su modelo, dinámica, valores, preceptos, etc. la primera influencia en la forma en que nos percibimos a nosotros mismos

Branden es contrario a la tradición que ve como modo de elevar la autoestima el conseguir la valoración de las personas significativas de nuestro entorno. Entiende que realmente no necesitamos la valoración de los demás sino más bien la de nuestro interior. En sus palabras: “Si nos desarrollamos de forma normal, transferimos la fuente de aprobación del mundo a nosotros mismos; pasamos de lo exterior a lo interior.”

La autoestima de pertenencia por relación con los otros es siempre temporal y frágil, y coloca a las mujeres en condiciones de vulnerabilidad. Dejar de pertenecer y perder los vínculos es siempre una doble pérdida: la derivada del hecho en sí, y la del daño de la autoestima fincada tanto en el vínculo con los otros, como en el goce de su reputación, prestigio o poder como si fueran propios.

Los adolescentes que de verdad buscan una salida a toda decepción que han tenido. A veces las críticas nos podrían afectar, pero analizando más a fondo esas

críticas que nos dicen los demás puede ayudarnos a mejorar, todo tiene su lado positivo y sacarle provecho a lo que dicen las demás personas mejorará tu desarrollo de la autoestima; no todo lo que tus amigos te dicen es malo, no todos los problemas son malos, no todo lo que haces debe ser destructivo, cada persona puede mejorar y sólo depende de ella misma aceptar ese reto sin más para alcanzar un correcto desarrollo de la autoestima.

Este desarrollo de la autoestima va a conllevar numerosas implicaciones, ya que condiciona el aprendizaje, influye en la superación de las dificultades personales, mediatiza la personalidad, influye en las relaciones personales, determina la autonomía personal, e interfiere en la proyección futura de nuestra propia persona.

Es por ello, que es sumamente importante, contar con un desarrollo adecuado de la autoestima. No importa si en nuestra infancia o adolescencia no se reunieron todos los factores necesarios para que así fuese. En la etapa adulta también es posible lograr desarrollar las bases para una autoestima adecuada, que nos proporcione satisfacción y sentimientos de valía.

Otro consejo que te ayudará a lograr el desarrollo de la autoestima es vivir cada momento de tu vida, ten siempre en cuenta el presente, lo que estás viviendo ahora para que no te dejes llevar por las malas situaciones del pasado o por las preocupaciones del futuro incierto, el pasado ya es pasado y el futuro aún no ha llegado así que de ti depende cómo quieres estar en el día de hoy, si de verdad quieres pensar más en el presente o dejarte llevar por ilusiones que no tienen lugar en tu vida.

Añadiré algo más y es que para un correcto desarrollo de la autoestima debes aprender a felicitarte a ti mismo por los logros que has hecho, no importa si fue un logro grande o pequeño simplemente felicítate por haber conseguido eso que deseabas; motivarte a ti mismo a continuar con otros proyectos hará que cada vez generes confianza y por ende atraigas cosas maravillosas a tu vida

El desarrollo de la Autoestima va pasando por ciertos pasos a lo que se le conoce como “Escalera de la Autoestima”, nos dice qué elementos debemos tener en cuenta para tener una buena relación con nosotros mismos. Una autoestima alta es vital para vivir una vida feliz y libre de estrés.

La autoestima, psicológicamente es “la percepción evaluativa” de nosotros mismos. Es decir, la reunión de determinados factores mentales (Críticas, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y conductas).

Todo esto conforma nuestra forma de pensar sobre nosotros mismos, nuestra personalidad y nuestro carácter. Aunque muchas personas no consideran la autoestima como un factor vital para vivir bien, en realidad lo es.

Las personas que viven más estresadas, deprimidas y ansiosas, usualmente se sienten mal consigo. Y son las que justamente se pasan los días desvalorizándose y “castigándose” por determinados aspectos de sí mismos que consideran “en mal estado”. Es claro que una buena autoestima te puede ayudar a vivir mucho mejor.

Autoconocimiento:

Me permite ser consciente de mis virtudes, defectos y sobretodo posibilidades para seguir desarrollándome. Me doy cuenta de que tengo habilidades, destrezas y capacidades, pero sobretodo me defino como persona.

Auto concepto:

Es una serie de creencias acerca de sí mismo. Se manifiestan en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tonto, si se cree inteligente o apto, actuará como tal.

Autoevaluación: Es la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas, si lo son para el individuo; le satisfacen, son interesantes, enriquecedoras, le hacen sentir bien, y si le permiten creer y aprender. Y considerarlas como malas, si lo son para la persona, no lo satisfacen, carecen de interés, le hace daño y no le permiten crecer.

Autorespeto: Es atender y satisfacer las necesidades y los valores. Es expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que haga sentirse al individuo orgullo de sí mismo.

2.2.1.15. Factores que Influyen en la Autoestima:

2.2.1.15.1 La familia:

Puede ser causa de algún tipo de sufrimiento interior en caso de sufrir carencias afectivas importantes. En ocasiones, estas carencias están vinculadas con la muerte del padre o la madre, perdiendo a uno de los seres queridos más importantes en la infancia o en la adolescencia. El amor es uno de los alimentos más sólidos de la autoestima porque representa la aceptación incondicional y la satisfacción de una de las necesidades más importantes del corazón humano: el deseo de sentirse querido.

En relación con la familia, otro ingrediente fundamental que influye en la autoestima personal es la educación recibida, los valores que el hijo observa en su

hogar, el ejemplo que los padres ofrecen a sus hijos. La figura de los padres es clave a lo largo de la vida, aunque este vínculo evolucione a lo largo de los años. Los recuerdos felices que un hijo guarda de sus padres incluso cuando ellos ya han muerto, es un tesoro de autoestima.

2.2.1.15.2 Personales:

Determinan, en gran parte, el éxito o fracaso de una acción sobre el adolescente. Cualquier tarea tiene efectos distintos según las características personales y sobre la autoestima del sujeto.

Se forma durante los primeros años de vida, los éxitos y tropiezos de cómo fue uno tratado en cada ocasión por la familia, maestros, amigos, entre otros. Estas acciones contribuyen a la creación de uno mismo.

2.2.1.15.3 Percepción: Incluye sensaciones, dándoles significado y organización. Matlin y Foley (1996). La percepción es un proceso de sensación y conducta, donde las características del perceptor (experiencias, actitudes, intereses, personalidad, etc.) le confieren a cada hecho, situación u objeto, un valor.

2.2.1.15.4 Escuela:

La autoestima influye en la capacidad de establecer relaciones sociales de manera saludable y equilibrada. Además, las amistades que los niños creen en la escuela les marcarán para toda la vida.

La escuela es el primer contexto de socialización al que se enfrentan los niños (exceptuando la familia). En él les surge la posibilidad y la necesidad de relacionarse tanto con sus iguales como con otros adultos.

Del mismo modo que ocurre con los aspectos académicos, si el niño deja que las malas experiencias con sus compañeros le marquen en exceso, puede entrar en un círculo vicioso.

Esto puede desembocar en marginación social dentro del grupo clase, lo cual afectaría negativamente a su autoestima, y el niño respondería evitando todavía más cualquier contacto social.

Sin embargo, unas relaciones sanas favorecen el desarrollo del propio autoconcepto, y mejoran la autoestima. A su vez, estos conceptos favorecen las capacidades sociales, tales como entablar conversaciones con desconocidos, valorar a los compañeros del mismo modo que se valoran a sí mismos, afrontar los conflictos y solucionar los problemas de un modo eficaz.

2.2.1.16. la adolescencia y la autoestima

Autoestima en las personas, y en especial en los adolescentes, es algo determinante para el desarrollo físico y mental. Los jóvenes, cuando llegan a la adolescencia, se vuelven más sensibles, frágiles e inseguros, de ahí que sea muy importante vigilar su autoestima. Esta vendrá determinada por las relaciones que guarde con su familia, con sus amistades o en el colegio. Cuando el adolescente se encuentre en un ambiente en el que no se sienta querido y aceptado, se encontrará cohibido en su desarrollo físico y mental y su sentimiento de seguridad se verá afectado. Es aquí donde los padres juegan un papel fundamental colaborando para que su hijo adolescente tenga confianza

en sí y amor propio y les inculquen la fortaleza que necesitan para que superen sus debilidades.

Cómo afecta la autoestima en los adolescentes

El nivel de autoestima influye en el desarrollo y desempeño de otras actitudes:

1. Condiciona el aprendizaje. El joven con poca autoestima, o también llamada autoestima negativa, está poco motivado e interesado en aprender, encuentra poca satisfacción en el esfuerzo porque no confía en sus posibilidades de obtener éxito.

Cuando valora y le da importancia a su capacidad para aprender, experimenta mayor confianza en sí mismo y puede desplegar esfuerzos tendentes al logro de sus objetivos.

2. Ayuda en la superación de dificultades. Cuidar el entorno con el que se relaciona tu hijo es importante ya que entre más estable sea su entorno, su autoestima será más elevada. Inclusive las redes sociales contribuyen en la baja autoestima pues en ocasiones el bullying se puede apreciar a través de Internet.

3. Fundamenta la responsabilidad. La confianza de uno mismo contribuye a la base para ser capaz de responder a las exigencias de la vida cotidiana.

4. Favorece la creatividad. Los adolescentes que se valora y confía en sí mismo, puede explorar nuevas posibilidades, se arriesga con respuestas creativas y originales.

5. Posibilita la relación social. Las dificultades para relacionarse con los demás se atribuyen a la timidez, en la mayoría de los casos. Sin embargo, el origen también puede deberse a la falta de autoestima.

De hecho, los adolescentes con un nivel bajo de autoestima suelen tener problemas de comunicación y sienten miedo o vergüenza por expresar sus opiniones. Asimismo, el temor por no sentirse aceptado dificulta las relaciones con los demás adolescentes.

6. Determina la autonomía: Los adolescentes con problemas de autoestima tienen dificultades para cumplir los objetivos que se plantean. Las responsabilidades tienen un efecto directo sobre la autoestima; el hecho de no poder asumirlas ni cumplir ciertos objetivos afecta directamente la percepción que tienen de ellos mismos. Cuando el nivel de autoestima es bajo los niños son dependientes, incapaces de tomar decisiones, sin opinión y sin criterio.

7. Afianza la personalidad. El sujeto se siente seguro de sus posibilidades como ser independiente (seguro, confiado y autoaceptado) y como ser social (confía, valora y acepta a los demás).

2.2.1.17. Teorías de la autoestima:

2.2.1.17.1 Teoría de la Autoestima según Coopersmith:

(Coopersmith ,1969) considera a la autoestima como la parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos, constituida por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí mismo, Coopersmith corrobora sus definiciones afirmando que la autoestima es como la evaluación que una persona realiza y mantiene comúnmente sobre sí mismo, se expresa a través de sus actitudes de aprobación y desaprobación, indicando el grado en que cada persona se considere capaz, significativa, competente y exitosa. Añade además que no está sujeta a cambios transitorios, sino más bien es

estable al tiempo aceptando que en determinados momentos se dan ciertos cambios, expresado en las actitudes que toma sobre sí mismo”

La noción de autoestima tiene un temple dinámico en el tiempo, tanto en su progreso como en su envergadura actual y venidera para la persona, revisando críticamente el análisis de Coopersmith, especifica la autoestima de la siguiente forma: el mérito que la persona concede a las sensaciones que tiene de sí mismo. De igual forma, la autoestima estaría más relatada al aspecto semblante sensible sobre las percepciones de sí. Además, se manifiesta esencial la emocionalidad, y tiene secuelas primordiales en la cimentación de la persona. Esto tiene implicancias considerables para la adyacencia conceptual que se anhela en el presente estudio.

El teórico, examina a la autoestima como la pieza primordial la valoración de nosotros mismos, formada por el cúmulo de convicciones y conductas de una persona sobre sí mismo, a la vez, reafirma sus descripciones ratificando que la autoestima es la valoración que una persona desarrolla y sostiene usualmente sobre sí mismo, se manifiesta a través de conducta de consentimiento y desaprobación, señalando el nivel en que cada persona se estime apto, experimentado y triunfador. Agrega también que no está sujeta a variaciones provisionales, al contrario es permanente al tiempo admitiendo que en precisos instantes sedan evidentes cambios, expuesto en las acciones que tiene sobre sí, cada persona.

Según Coopersmith (1969), la autoestima también se puede trocear en factores, y los califica de la siguiente manera:

Sí mismo. Todo ser humano con una estupenda percepción de sí mismo decreta una mejor comunicación interpersonal, así mismo logra desplegar liderazgo, admite

compromisos, tiene mayor confianza en sí mismo y mayores propósitos, equilibrio, seguridad, excelentes competencias y características personales. Adquieren diferencias entre sí en semejanza a otros y deseos de mejorar habilidades para desarrollar asertividad ante la crítica, además mantienen conductas afirmativas.

Social. Las personas adquieren mayores habilidades en las relaciones interpersonales, así como relaciones con extraños en diferentes ambientes sociales. Se percatan a sí mismo más populares; crean perspectivas sociales de aceptación y receptividad por parte de otras personas. Sostienen mayor confianza y valor personal en las relaciones interpersonales.

Familia. Obtienen excelentes condiciones y aptitudes en los nexos con la pareja y los hijos, se sienten más valorados y amados, poseen mayor autodeterminación, distribuyen principios y costumbres de propósitos con la familia; poseen diferencias propias acerca de lo que es correcto o no dentro del ambiente consanguíneo. La familia es fundamental en la formación de la autoestima, la madre tiene gran influencia desde que su bebe crece dentro de su vientre. Un niño amado por su padre y su madre, respetado, valorado, será un adulto más seguro de sí mismo.

2.2.1.17.2 La teoría de Maslow menciona que para alcanzar una autoestima debes cumplir con una serie de necesidades que se encuentran estructuradas en forma de una pirámide ubicando en la parte superior las necesidades. Se dice que satisfaciendo dichas necesidades el individuo estará en armonía ya que Maslow considera estas necesidades esenciales.

Las necesidades que conforman la pirámide:

Necesidades fisiológicas: Se refiere a comer, dormir, descansar, orinar, defecar, estar a una temperatura agradable, etc.

Necesidades de seguridad: Estar en un estado de orden, estabilidad y estar protegidos.

Necesidades de auto-superación Necesidades sociales Tener la compañía del ser humano, manifestar y recibir afecto, pertenecer a un grupo o estar en unión con una persona.

Necesidades de reconocimiento: Auto valorarse, sentirse apreciado, reconocer virtudes, sobresalir dentro de un grupo social. Requiere trascender, superarse a sí mismo, cambiar para ser mejor, aprender cosas nuevas, realizarte, etc.

2.2.1.17.3 Psicoanálisis:

La Autoestima es la percepción de nosotros mismos.

Varía en función del paradigma psicológico que lo aborde. Desde el punto de vista del psicoanálisis, la autoestima está íntimamente relacionada con el desarrollo del ego.

Sigmund Freud utilizaba la palabra alemana Selbstgefühl puntualizando que tiene dos significados: conciencia de una persona respecto de si misma (sentimiento de sí), y vivencia del propio valor respecto de un sistema de ideales (sentimiento de estima de sí). Este "sentimiento de estima de si" que describe Freud es la Autoestima. Una parte del sentimiento de sí es primaria, el residuo del narcisismo infantil; otra parte brota de la omnipotencia corroborada por la experiencia (el cumplimiento del ideal del yo), y una tercera de la satisfacción de la libido de objeto. Todo lo que una

persona posee o ha alcanzado, cada resto del primitivo sentimiento de omnipotencia corroborado por la experiencia, contribuye a incrementar el sentimiento de sí mismo.

Psicoanalíticamente coincide con lo que Freud conceptualizó como la etapa de la disolución del Complejo de Edipo alrededor de los 5 años lo cual coincide con el ingreso a la latencia etapa que dura entre los 5 y los 12 años, es decir con la vida escolar primaria. La inclusión del peso mayor o menor de la mirada del otro, es una de las funciones de nuestro Súper Yo y el nivel de exigencia de esta instancia influye mucho en el nivel de sentimiento auto estimativo.

Según los autores PeretzElkinz, Roger, Maslow, Bettheim (científicos del desarrollo humano), proporcionaron conocer que la autoestima es una fracción primordial en donde el individuo logra alcanzar la plenitud y auto realización de su salud mental y física, así como el ser creativo y productivo.

Durante el desarrollo de la personalidad se destaca una característica de orden significativo que corresponde a la de la conmoción de valía, jugando un papel de importancia en tanto a la afectividad humana.

Por otro lado esto ha sido tema de investigación ya que se pone en evidencia la estimación propia y sus efectos.

Autores tales como: William James (2010), sostiene que un individuo se distingue justo cuando desde infante ha podido lograr sus objetivos, y se enfrentan a diversas circunstancias de las cuales sale triunfante. Mientras que el Infante que ha vivenciado situaciones de frustración y decepciones se puede tornar una persona inútil con una descompensación en su valoración como ser humano.

Si un ser humano a través de sus experiencias ha podido vivenciar, el apoyo del núcleo familiar, la aceptación, la valoración de amigos y personas que han formado un papel importante en su desarrollo de vida, este desarrollara o como consecuencia obtendrá o desarrollara una autoestima positiva. Esto equivale según el autor Sullivan, Horney y Adler (1953).

Así mismo el autor From, continúa sosteniendo el marco referente anterior, que si una persona en su etapa infantil ha recibido el apoyo del medio en donde se desenvuelve y la libertad; en su etapa adulta seguirá el camino correcto. Si por el contrario durante la etapa infantil el niño se ha visto expuesto al fracaso tendrá como consecuencia una etapa adulta dependiente a un camino errado.

El psicoanálisis cree ayuda a elevar la autoestima

En principio, el psicoanálisis, consiste en que el paciente realice un trabajo de "libre" asociación, obviamente con la ayuda del psicoanalista... es decir, a grosso modo, conectar con hechos del pasado, con los sueños, etc., relacionarlos, para ir lo más profundo que se pueda (con esta terapia), y así encontrar los nudos de algún conflicto. Luego de desanudarlos, queda energía libre que se tiende a utilizar en crear otros nudos. Esto representa en cierto modo un riesgo, o posibilidad de "recaída" (algo contemplado y esperado a lo largo de la terapia). El objetivo "final", sería encauzar esa energía libre "conscientemente", por ejemplo, utilizándola catárticamente, y para elaborar construcciones (que nadie lo dice, pero en si es volver a anudar, con relativo control, es decir una mentira que uno se pueda creer para estar más tranquilo).

Primero, el analista intenta mantener cierta distancia, como cierta "asepsia" distancia con el paciente que en lugar colaborar, condiciona un rol de autoridad en un

sentido negativo. Por eso se suele forjar la idea de lo necesario de ir al psicoanalista y no abandonar, y si es necesario, recorrer años y años de terapia. O sea, dependencia. Por otro lado, el gran problema del psicoanálisis es que pretende ir a las profundidades, pero tal como lo concibió Freud, en un punto de su investigación y desarrollo del dogma, se encontró con un límite que no supo entender, no pudo trascender la barrera del más allá del lenguaje y la cultura tal como la concebimos desde la propia cultura. Solo se encontró con lo que interpretó como vacío... vacío que no podía rellenar. Dio marcha atrás, y estableció fundacional esa falta interna. Desde ahí lo máxima del psicoanálisis es que todos somos enfermos, y que es imposible la salud mental. A lo sumo, puede servir para "normalizar", es decir que podamos "funcionar" en la "normalidad" del mundo. Por extensión, el psicoanalista mismo se considera enfermo.

En definitiva, todos los resultados desde el psicoanálisis son relativos, y en un sentido total, limitados. Puede "servir" para intentar arreglar problemas específicos, y más bien superficiales, interpretar pero jamás entender y disolver problemas globales/profundos. Contar además q los psicoanalistas consideran necesario ese origen de enfermedad mental, entonces todo lo que el paciente pueda construir con su ayuda, siempre va a estar enmarcado en el mismo conflicto psíquico básico. Solo pueden ofrecer parches. Y si, pueden ayudar a que construyamos una imagen de nosotros más sólida.

2.2.1.17.4 Cognitivo-conductual

Es una forma de tratamiento psicológico orientada a la acción en la que el terapeuta y el paciente trabajan en equipo para identificar y resolver problemas. La Terapia Cognitivo-conductual asume que los patrones de pensamiento mal adaptativos

o erróneos causan un comportamiento desadaptativo (comportamiento contraproducente que interfiere con la vida diaria) y emociones “negativas”. Los terapeutas ayudan a los pacientes a superar sus dificultades a través de un tratamiento enfocado en la modificación de patrones de pensamiento, de modo que se obtenga la modificación del comportamiento y el estado emocional.

Un terapeuta de cognitivo-conductual intentará explorar los vínculos entre los pensamientos y las emociones que ocurren antes de las conductas disruptivas en personas con enfermedad mental. Al establecer estas conexiones, las personas aprenden a identificar y cambiar patrones de pensamiento negativos o inapropiados, y como consecuencia, pueden manejar los comportamientos relacionados con su padecimiento. Al explorar estos patrones de pensamiento que conducen a acciones autodestructivas y las creencias que dirigen estos pensamientos, las personas con “enfermedad mental” pueden modificar sus patrones de pensamiento de modo que incrementen su capacidad de lidiar con el mundo.

III. HIPÓTESIS

Según Hernández (2010) considera que las investigaciones descriptivas no se formulan hipótesis. Por lo tanto en la siguiente investigación no se formula hipótesis.

IV. METODOLOGÍA

4.1 Tipo de investigación

El presente informe es de tipo cuantitativo de nivel descriptivo. Es de tipo descriptivo porque se efectúa cuando se desea describir, en todos sus componentes principales, una realidad buscando describir el nivel de autoestima en los estudiantes. La investigación descriptiva busca especificar propiedades, características y rasgos

importantes de cualquier fenómeno que se analice”. Esto con el fin de recolectar toda la información que obtengamos para poder llegar al resultado de la investigación. (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

4.2 Nivel de investigación

Es de enfoque cuantitativo porque utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar a preguntas de investigación y probar hipótesis previamente hechas, confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente el uso de estadística para establecer con exactitud patrones de comportamientos en una población (Fernández, Hernández & Baptista, 2013). Así mismo es descriptivo porque permite medir y describir la variable de estudio y sus componentes: autoestima (sí mismo, social, hogar y escuela).

4.3 Diseño de investigación

El presente informe de investigación es de diseño no experimental de corte transversal. No experimental porque la variable de estudio no es manipulada deliberadamente lo que se hace en este tipo de investigación es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos. De corte transversal ya que se recolectarán los datos en un solo momento y tiempo único teniendo como propósito describir la variable y analizar su incidencia en interrelación en un momento dado. Hernández (2006).

Esquema del diseño no experimental



4.4 Población y muestra

4.4.1 Población

TABLA1

Distribución de la población de estudiantes de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”- Tumbes, 2018.

GRADO DE INSTRUCCIÓN	PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO	CUARTO	QUINTO	TOTAL
MUJERES	22	15	18	11	15	81
VARONES	15	20	15	09	20	79
TOTAL	37	35	33	20	35	160

Según Jaqueline W. (2010). “Es el conjunto total de individuos, objetos o medidas que poseen algunas características comunes observables en un lugar y en un momento determinado. Cuando se vaya a llevar a cabo alguna investigación debe de tenerse en cuenta algunas características esenciales al seleccionarse la población bajo estudio”

4.4.2 Muestra

Para el estudio se empleará un muestreo no probabilístico

4.4.2.1 Criterios de inclusión

Estudiantes que aceptaron participar en la investigación.

Estudiantes de ambos sexos.

4.4.2.2 criterios de exclusión

Estudiantes que no respondieron en su totalidad al cuestionario.

Estudiantes que no asistieron el día de la evaluación.

4.5 Definición y Operacionalización de las variables

4.5.1 Autoestima

Definición Conceptual (DC)

Según Coopersmith,S.(1981),citado por Villasmil,J.(2010).La autoestima es la evaluación que el individuo hace y conserva generalmente de sí mismo, implica una actitud de aprobación o desaprobación así mismo indica el grado en el que el individuo se considera capaz, valioso e importante.

Definición operacional (DO)

La variable Autoestima tiene consideración evaluativa las siguientes escalas:

- Si mismo General (GEN)
- Pares (SOC)
- Hogar Padres (H)
- Escuela/ Universidad (SCH)
- Escala de Mentira

Variable	Dimensiones	Indicadores	Total
Autoestima Inventar	Área de sí mismo (GEN)	1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 24, 25, 27, 30, 31, 34, 35, 38, 39, 43, 47, 48, 51, 55, 56 y 57	26
	Área social (SOC)	5, 8, 14, 21, 28, 40, 49, 52.	8
	Área hogar (H)	6, 9, 11, 16, 20, 22, 29, 44	8
	Área escuela (SCH)	2, 17, 23, 33, 37, 42, 46, 54	8
	Escala de Mentiras	26, 32, 36, 41, 45, 50, 53, 58	8

De acuerdo a los puntajes obtenidos en el inventario de Autoestima de Coopersmith, se encuentran los siguientes niveles:

Niveles – categorías

Muy Baja	1-5
Mod. Baja	10-25
Promedio	30-75
Mod. Alta	80-90
Muy Alta	95-99

4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.6.1 Técnicas

Para la realización de esta investigación se trabajó con la técnica de la observación y encuesta.

4.6.2 Instrumentos

Todo instrumento de recolección de datos debe reunir dos requisitos esenciales; de confiabilidad y validez. Se aplicó el siguiente instrumento Inventario de Autoestima Original Forma Escolar de Coopersmith Stanley 1967 (I.A.C.)

Inventario de Autoestima de Coopersmith

Ficha Técnica

Autor	: Stanley Coopersmith
Año de Publicación	: 1967
País de origen	: Estados Unidos
Adaptación	: Ayde Chahuayo Apaza Betty Diaz Huamani
Ámbito de Aplicación	: De 11 a 20 años.

Duración	: De 15 a 20 minutos.
Forma de Administración	: Individual y Colectiva.
Tipificación	: Muestra de escolares
Normas que ofrece	: Los sistemas de medida dan lugar a varias modalidades de Normas.
Áreas que explora	: Evalúa la personalidad para escolares mediante la Composición, verbal, impresa, homogénea y de potencia.

b) validez y confiabilidad

Validez

Panizo (1985) refiere que Kokenes (1974-1978) en una investigación con 7600 alumnos del 4° al 8° grado diseñado para observar la importancia comparativa de los padres, pares y escuela en la autoestima global de los preadolescentes confirmó la validez de la estructura de las sub escalas que Coopersmith propuso como fuentes de medición de la autoestima.

Investigaciones posteriores también fueron en la misma línea y hallaron que los puntajes del inventario de autoestima se relacionaban significativamente con la percepción de popularidad (Simón 1972), con la ansiedad (Maní 1973), con una afectiva comunicación entre padres y jóvenes y con el ajuste familiar (Matteson, 1974).

Para establecer la validez luego de haber traducido el inventario al español, Panizo 1985 trabajó en dos etapas 1° traducción y validación de contenido a 3 personas con experiencias en niños, para recolectar sugerencias acerca de la redacción de los ítems, también cambio algunas formas de expresión de éstos, 2° validez de constructo: utilizó el procedimiento de correlacionar ítems de sub-escalas. Los ítems que correlacionaron bajo fueron eliminados y se completó el procedimiento con la correlación entre sub-escala y el total, luego depuró la muestra separando los sujetos que presentaban puntuaciones altas en las escalas de mentiras, estableciendo igual que Coopersmith el criterio de invalidación de la prueba cuando el puntaje de mentiras era superior a 4 puntos .

Confiabilidad

Se obtuvo a través de 3 métodos: confiabilidad a través de la formula K de Richardson.

Kimball (1972) administro en CEI a 7,600 niños de escuelas públicas entre 4°y 8° grado de todas las clases socioeconómicas, incluyendo a los estudiantes latinos y negros, el coeficiente que arrojó el Kuder-Richardson fue entre 0.87-0.92.para los diferentes grados académicos. Confiabilidad por mitades Taylor y Retz(1968)(citado por Miranda 1987)a través de una investigación realizada en los EE.UU reportaron un coeficiente de confiabilidad por mitades de 0.90 por otro lado Fullerton (1972)(citado por Cardo en 1989) reportó un coeficiente de 0,87 en una población de 104 estudiantes entre 5° y 6° grado Coopersmith hallo que la veracidad de la prueba-reprueba del SEI era de 0.88 para una muestra de 50 niños en el 5° grado(con cinco semanas de intervalo) y 0.70 para una muestra de 56 niños de 4° grado (con tres años de

intervalo) Donalson (1974) realizó una correlación de sub-escalas para 643 niños entre el 3° y 8° grados, los coeficientes oscilan entre 0.88 y 0.92.

Validez y Confiabilidad en el Perú

En nuestro país, en la ciudad de Lima, el Inventario de Autoestima de Coopersmith, Forma Escolar, ha sido traducido y validado en nuestro medio, en primer lugar por María Isabel Panizo (1985) en el estudio realizado sobre Autoestima y Rendimiento Escolar con niños tanto varones como mujeres, de 5to grado de primaria, con edades entre 10 y 11 años, de sectores socio-económicos alto y bajo.

Posteriormente, en 1989, María Graciela Cardó Soria, en su investigación sobre Enuresis y Autoestima en el niño, y aceptación-rechazo de la madre según la percepción del niño, con niños de 8 a 10 años de edad, de un sector socioeconómico bajo (Citado por Long, 1998).

En 1998, Yepsi Long Campos, como parte de su investigación sobre niveles de autoestima y asertividad en adolescentes varones y mujeres de 12 a 15 años, de primer a tercer año de secundaria, con discapacidades locomotoras y físicamente normales, de nivel socioeconómico medio bajo, también determinó la validez y la confiabilidad para nuestro medio.

4.7. Matriz de consistencia

Problema	Variable	Dimensiones	Objetivos	Metodología	Técnicas e Instrumentos
¿Cuál es el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa? “051 Virgen de Fátima” – Tumbes, 2018.	Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Si mismo ✓ Social ✓ Escuela ✓ Hogar 	<p>Objetivo General:</p> <p>Determinar el nivel de autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima” – Tumbes, 2018.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Identificar el nivel de autoestima según sexo de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima” – Tumbes, 2018.</p> <p>Identificar el nivel de autoestima según edad de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima” – Tumbes, 2018.</p> <p>Identificar el nivel de autoestima según sección de los estudiantes de secundaria de la Institución</p>	<p>Nivel de la investigación:</p> <p>El nivel de la investigación será cuantitativo.</p> <p>Tipo de investigación:</p> <p>La investigación planteada es de tipo descriptivo (Hernández, Fernández, Baptista).</p> <p>Diseño de la investigación:</p> <p>El estudio de la Investigación es no experimental transversal</p> <p>Población</p> <p>La población estuvo conformada por los estudiantes de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”</p> <p>Muestra</p> <p>Para el estudio se empleó un</p>	<p>Técnicas</p> <p>Observación</p> <p>Encuesta</p> <p>Instrumentos</p> <p>Inventario de autoestima</p> <p>Coopersmith</p>

			Educativa “051 Virgen de Fátima” – Tumbes, 2018.	muestreo no probabilístico de 160 estudiantes.	
--	--	--	--	--	--

Plan de análisis

De acuerdo a la investigación para el análisis de los datos se realizó las técnicas de análisis estadístico descriptivo, como son uso de tablas de distribución de frecuencias porcentuales y figuras; así como el uso de pruebas estadísticas paramétricas y no paramétricas con su respectiva prueba de significancia, dependiendo el comportamiento de la(s) variable(s) en estudio. El procesamiento de la información se realizó utilizando el programa informático Microsoft Office Excel 2007.

4.8.PRINCIPIOS ÉTICOS

El informe fue sometido a la evaluación de los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”. Los resultados se obtuvieron mediante las pruebas psicológicas ya que fueron completos anonimatos de los estudiantes Así mismo serán utilizados con beneficio propios de la Institución Educativa para que de una u otra manera no perjudique la integridad moral y psicológica de la población. En toda investigación que se va a llevar a cabo, el investigador previamente deberá valorar los aspectos éticos de la misma, tanto por el

tema elegido como por el método seguido, así como plantearse si los resultados que se puedan obtener son éticamente posibles.

Anonimato: Se aplicó

El cuestionario indicándoles a los estudiantes que la investigación será anónima y que la información obtenida es solo para fines de la investigación.

Privacidad: Toda la información recibida en el presente estudio se mantendrá en secreto y se evitará ser expuesta respetando la intimidad de los estudiantes, siendo útil solo para fines de la investigación.

Honestidad: Se informó a los estudiantes los fines de la investigación, cuyos resultados se encuentran plasmados en el presente estudio.

Consentimiento: Se trabajó con los estudiantes que acepten voluntariamente participar en la investigación.

V. RESULTADOS

5.1 Resultados

TABLA 2

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018.

Nivel	Ptje.	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Muy Alta	95 - 99	5	0	0.00%
Mod. Alta	80 - 90	4	0	0.00%
Promedio	30 - 75	3	142	88.75%
Mod. baja	10 - 25	2	18	11.25%
Muy Baja	1 - 5	1	0	0.00%
Total			160	100%

Fuente: Guerrero, D. Autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018.

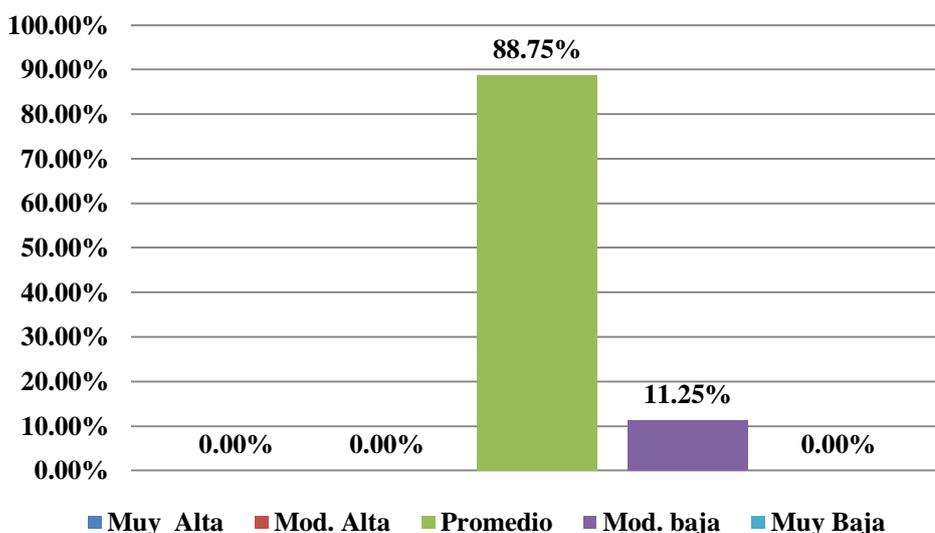


Figura 1. Diagrama de barras de la distribución porcentual de autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018.

En la tabla 2 y figura 1, se observa que 88.75% (142) de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima” presenta un nivel promedio de autoestima, seguido del 11.25% (18) estudiantes en el nivel moderadamente baja.

TABLA 3

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de autoestima según el sexo de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes ,2018.

	Sexo			
	Masculino		Femenino	
	f	%	F	%
Moderadamente baja	10	6.3%	8	5.0%
Promedio	84	64.3%	58	35.7%
Total	94	58.8%	66	41.3%

Fuente: Guerrero, D. Autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018.

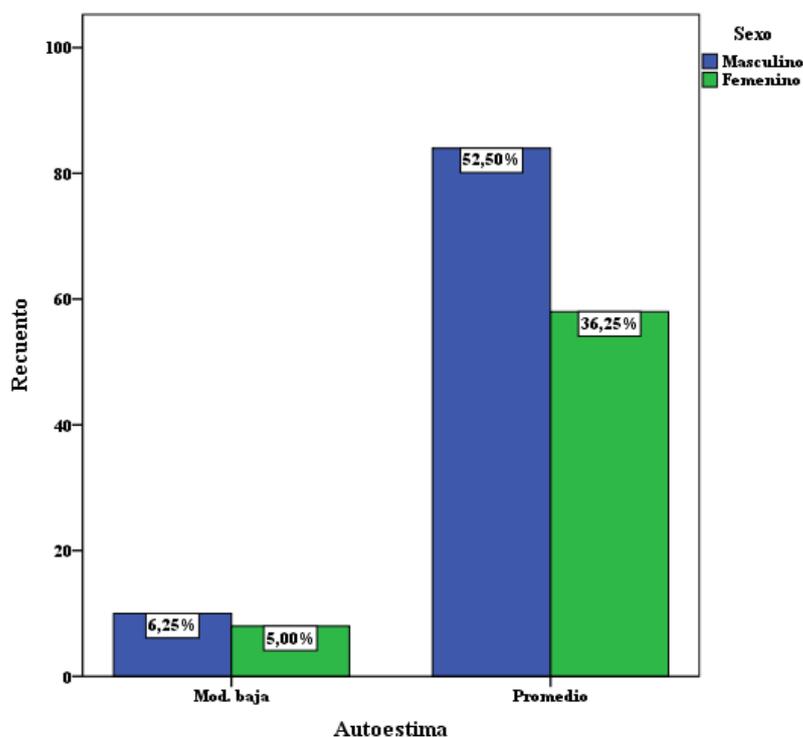


Figura 2. Diagrama de barras de la distribución porcentual del nivel de autoestima según el sexo de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes ,2018.

En la tabla 3 y figura 2, se observa que el 64.3% los estudiantes del sexo varones se ubican en el nivel promedio de autoestima y el 6.3% de estudiantes del sexo varones se ubican en el nivel moderadamente bajo, en relación al sexo mujeres el 35.7% se ubican en el nivel promedio seguido del 5.0% del sexo mujeres en el nivel moderadamente bajo.

Tabla 4

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de autoestima según la edad de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes ,2018.

	Edades					
	14 años		15 años		16 años	
	f	%	f	%	f	%
Moderadamente baja	2	1.3%	13	8.1%	3	1.9%
Promedio	63	39.4%	67	41.9%	12	7.5%
Total	65	32.0%	80	50.0%	15	9.4%

Fuente: Guerrero, D. Autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018.

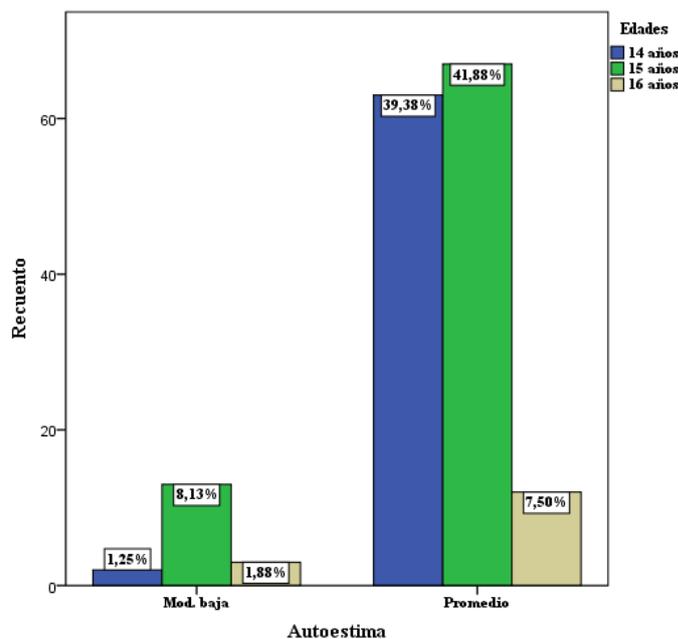


Figura 3. Diagrama de barras de la distribución porcentual del nivel de autoestima según la edad de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes ,2018.

En la tabla 4 y figura 3, se observa que el 41.9% los estudiantes de 15 años se ubican en el nivel promedio de autoestima y el 8.1% en el nivel moderadamente baja; el 39.4% de los estudiantes de 14 años se ubican en el nivel promedio y el 1.3% de estudiantes en el nivel moderadamente baja; el 7.5% de estudiantes de la edad de 16 años se ubican en el nivel promedio y el 1.9% de estudiantes en el nivel moderadamente baja.

TABLA 5

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de autoestima según sección de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes ,2018.

	Sección A		Sección B		Secciones Sección C		Sección D		Sección E	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Moderadamente baja	4	2.5%	3	1.9%	3	1.9%	2	1.3%	6	3.8%
Promedio	27	16.9%	41	25.6%	32	20.0%	23	14.4%	19	11.9%
Total	31	19.4%	44	27.5%	35	21.9%	25	15.6%	25	15.6%

Fuente: Guerrero, D. Autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2018.

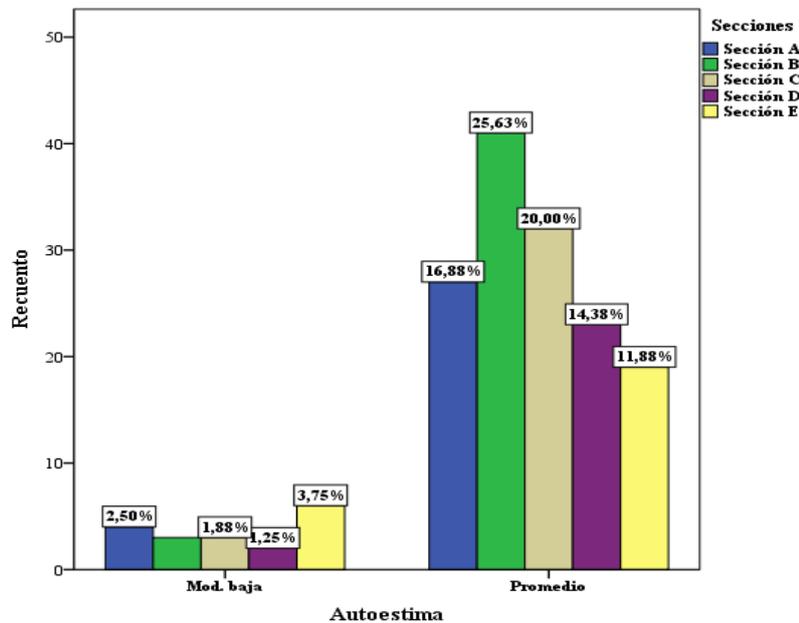


Figura 4. Diagrama de barras de la distribución porcentual del nivel de autoestima según sección de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes ,2018.

En la tabla 4 y figura 3, se observa que el 25.6% de estudiantes de la sección B se ubican en el nivel promedio y el 1.9% en el nivel moderadamente baja; el 20.0% de estudiantes de la sección C se ubican en el nivel promedio y el 1.9% en el nivel moderadamente baja; el 25.6% de estudiantes de la sección B se ubican en el nivel promedio y el 1.9% en el nivel moderadamente baja; el 11.9% de estudiantes de la sección E se ubican en el nivel promedio y el 3.8% en el nivel moderadamente baja; el 16.9% de estudiantes de la sección A se ubican en el nivel promedio y el 2.5% en el nivel moderadamente baja; el 11.9% de estudiantes de la sección A se ubican en el nivel promedio y el 3.8% en el nivel moderadamente baja.

5.2 Análisis de Resultados

El propósito de la siguiente investigación fue determinar el nivel de autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes, 2018, al obtener los resultados arrojo promedio . el nivel de autoestima promedio general (Seligman,1972)refiere que en tiempos normales el individuo mantiene una actitud positiva así mismo, un aprecio genuino aceptación tolerante y esperanzada de sus propias limitaciones, debilidades ,errores y fracasos .

Sin embargo en tiempo de crisis mantendrá actitudes de connotación de la baja autoestima y le costara esfuerzo recuperarse, si se tiene un grado de autoestima promedio entonces el individuo estaría más bien en un nivel bajo.

En cuanto a los resultados obtenidos de autoestima de los estudiantes se encuentran en un nivel promedio cabe señalar que los resultados de esta variable se asemejan a lo descrito por Chávez (2017) que realizo una investigación denominada “Nivel de autoestima en los estudiantes de primer grado de secundaria de la institución educativa N°058 Sifredo Zúñiga Quintos, Contralmirante Villar, Zorritos- Tumbes, 2017. La investigación tiene como

finalidad determinar el nivel de autoestima en estudiantes de primer grado de secundaria de la Institución educativa N°058 Sifredo Zúñiga Quintos del distrito de Zorritos- Tumbes, 2017. Para su realización se contó con la población total de alumnos de la institución en mención, siendo la muestra de 55 estudiantes del primer grado de secundaria, seleccionados bajo el criterio no probabilístico por conveniencia cuya base fueron los criterios de inclusión y exclusión, de sexo femenino y masculino con un diseño descriptivo, no experimental de corte transversal. Al grupo se le aplicó para la descripción de los datos: el inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith. Y al ser procesados los resultados se encontró que el nivel de autoestima en estudiantes fue de promedio, con respecto a las sub escalas en sí mismo, social y hogar presentan un nivel promedio respectivamente, en cuanto a la sub escala escuela presento un nivel moderado alto.

VI. CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente estudio, se puede concluir lo siguiente:

1. Que el 88.75% de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes, 2018 presentan un nivel promedio de autoestima.
2. Se concluye que el 64.3% en relación al sexo los varones se ubican en nivel promedio de autoestima.
3. Podemos concluir que el 41.9% en relación a la edad de 15 años de los estudiantes se ubican en un nivel promedio de autoestima.
4. Se concluye que los estudiantes de la sección B se ubican en un nivel promedio con un 25.6% de la muestra estudiada.

RECOMENDACIONES

1. A la directora de la Institución Educativa, que con apoyo Psicológico, pueda ejecutar programas de promoción y prevención para mantener y aumentar en los estudiantes su nivel de autoestima con fines de poder ayudar a los adolescentes a ser más seguros de sí mismos ,estables a tener facilidad en la toma de decisiones.
2. Orientar a los padres y madres como poder aplicar un estilo de crianza adecuado para un efectivo desarrollo de la autoestima con sus hijas. Así como normas de disciplina, modos de actuar, actitudes y valores a desarrollar en el hogar, la importancia de la comunicación y del apoyo emocional en la etapa de la adolescencia, ya que se evidencia que en el nivel de autoestima según sexo las mujeres presenta un nivel promedio.
3. Al servicio de tutoría que fomente en los estudiantes contar con un proyecto de vida ya que este podrá facilitar la toma de decisiones y ejecutarlas de manera coherente y que de esta manera puedan llegar a cumplir sus objetivos y metas propuestas.

4. Realizar talleres como (teatro, danzas, oratoria) y la lectura que permitan potenciar la autoestima. Estas técnicas podrían ayudar al estudiante a vencer sus propios temores, limitaciones, inseguridades. De la misma manera la lectura, proporciona información y abre nuevas perspectivas.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Adrián (2011) Buenas tareas. *Componentes de la autoestima, autoestima*, 1 de Noviembre del 2015. Recuperado de <http://www.buenastareas.com/ensayos/Componentes-De-La-Autoestima/1835241.html>
- Acosta, R. & Hernández, J. (2004) *La Autoestima en la Educación*. Limite
Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83601104>
- Amapola A. & Cols. E, (2011) *Victimización Escolar: Clima Familiar, Autoestima y Satisfacción con la Vida desde una Perspectiva de Género*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de España, España.
- Arana, S. (2014) “*Autocontrol y su relación con la autoestima en adolescentes*”. Instituto Nacional Experimental Dr. Werner Ovalle López. (Tesis de grado) Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango, Guatemala.
- Álvarez, A. Alonso, M. M. y Guidorizzi, A. C. (2010) *Consumo de alcohol y autoestima en adolescentes*. Revista Latino-Americana de Enfermagem, 18, 634-640.
- Anónimo (2010) *La Autoestima en la Superación Personal de los niños/as del Tercero y Cuarto año de Educación Básica de la Escuela San Martín*, Parroquia La Asunción, Cantón Chimbo, Provincia de Bolívar.
- Bermeo, A. (2010) *Relación entre las variables Resiliencia y la Autoestima en personas con discapacidad física entre las edades de 16 a 18 años de edad en la Asociación de personas con discapacidad de la provincia de Piura*. Piura, Perú.
- Berrosپی, R. (2014) *Nivel de autoestima de los adolescentes consumidores de marihuana de un centro educativo básico alternativo de la ciudad de Pucallpa, 2014*. (Tesis de Licenciatura) Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Chimbote, Perú.
- Birraux, A. y otros (2005) *Adolescentes hoy, en la frontera entre lo psíquico y lo social*. Montevideo, Uruguay: Ediciones Trilce.

- Blas, J. & Fernández, D. (2014) *Autoestima y Rendimiento Académico en los alumnos del primer año de educación secundaria de la Institución Educativa Pública César Vallejo del Distrito de Chancay*. (Tesis de Licenciatura). Universidad César Vallejo. Benites (2010), Relación existente entre el tipo de familia, la asertividad y la autoestima en población participantes de los programas de INABIF de edades entre los 12 y 17 años en el Perú.
- Carrasco, M. (2010) *Clima social familiar y autoestima en adolescentes de 12 a 18 años de edad que pertenecen al programa colibrí de la PNP-Piura-2009*. Coopersmith, S. (1967). Los Antecedentes del Autoestima. New York, EE.UU.: W.H.EditorialFreeman. Corcuera, Irala, Osorio, y Rivera (2010). Estilo de vida de los adolescentes peruanos. Universidad de Piura. Piura, Perú.
- Coopersmith Stanley (1969) *bases teóricas de autoestima*. Disponible en: <http://dayenma-djbm.blogspot.com>
- Hernández R, Fernández C, Baptista L. (2006) *Metodología de la investigación*. México: Mcgraw Hill.
- Rhor, E. M. (2010) *Relación de los factores, autoestima, motivación, puntaje de ingreso en el rendimiento académico de los alumnos ingresantes 2010, a la Universidad Nacional de Tumbes*. TESIS de Maestría. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Robles, L. (2012) *Relación entre clima social familiar y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa del callao, lima – Perú*. (Tesis para optar el título de Post Grado) Universidad San Ignacio de Loyola. Escuela de Post Grado. Lima – Perú.
- Rodríguez, C. y Caño, A. (2012) *Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención*. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 12 (3) 389-403. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56024657005>.
- Rosales, C. y Castro, M. (2011) *“Autoestima en Adolescentes de la Actualidad”*. Tesis para optar al Título de Licenciado en Psicología. Extraído el 30 Junio, 2014, de <http://es.scribd.com/doc/123337123/Autoestima-Pdfpirate-orgUnlocked>.
- Morales, L. (2013) Variables psicológicas asociadas a la pobreza material de los pobladores de los asentamientos humanos tres estrellas (Chimbote), Mario Pezo (Pucallpa) y tutumo (Tumbes), 2013. Tumbes: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
- Santin L. (1997) *autoestima y fracaso escolar*, México. En revista psicológica contemporánea, año 4, vol. 4, número 2, universidad autónoma de MéxicSevilla, H. (2007). Revista: Humanidad Española. Artículo: Fuente de vida. (Edición 64). Página 3.

- Oliva, L. León, D. y Rivera, E. A. (2007) *La emigración del adulto como factor de riesgo en la autoestima de los adolescentes*. Enseñanza e investigación en psicología, 12 (2), 359-366.
- Peña, E. & Fernández, C (2011, Enero) *Como reforzar la autoestima de nuestros alumnos*. *Revista Arista Digital*. Recuperado de <http://www.afapna.es/web/aristadigital>.
- Porfirio, R. (2010) *La autoestima y el juicio moral, para optar el grado académico de magíster en psicología*, Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Velásquez, A. (2011) *“Convivencia Escolar y el Autoestima”*. (Tesis para optar el título de Post Grado). Escuela Fiscal Mixta Vespertina N°5 “Ab. Jaime Roldós Aguilera” Cantón Naranjito – Ecuador. Universidad Estatal de Milagro.

ANEXOS

Anexo 1. Test de coopersmith

Inventario de autoestima original. Forma escolar
Coopersmith

Adaptado y estandarizado por AydeChahuayo Apaza y Betty Díaz Huamaní

LEE CON ATENCION LAS INSTRUCCIONES

A continuación hay una lista de frases sobre sentimientos. Si una frase describe cómo te sientes generalmente responde “verdadero”. Si la frase no describe cómo te sientes generalmente, responde “falso”. No hay respuesta “correcta” o “incorrecta”.

Colocando seguidamente el número que corresponde en la Hoja de Respuesta.

1. Generalmente los problemas me afectan muy poco.
2. Me cuesta mucho trabajo hablar en público.
3. Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí.
4. Puedo tomar una decisión fácilmente.
5. Soy una persona simpática.
6. En mi casa me enoja fácilmente.
7. Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo.
8. Soy popular entre las personas de mi edad.
9. Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos.
10. Me doy por vencido(a) muy fácilmente.
11. Mi familia espera demasiado de mí.
12. Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy.

13. Mi vida es muy complicada.
14. Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas.
15. Tengo mala opinión de mí mismo(a).
16. Muchas veces me gustaría irme de mi casa.
17. Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo.
18. Soy menos guapo (o bonita) que la mayoría de la gente.
19. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo.
20. Mi familia me comprende.
21. Los demás son mejor aceptados que yo.
22. Siento que mi familia me presiona.
23. Con frecuencia me desanimo en lo que hago.
24. Muchas veces me gustaría ser otra persona.
25. Se puede confiar muy poco en mí.
26. Nunca me preocupo por nada.
27. Estoy seguro de mí mismo(a).
28. Me aceptan fácilmente.
29. Mi familia y yo la pasamos muy bien juntos.
30. Paso bastante tiempo soñando despierta(o).
31. Desearía tener menos edad.
32. Siempre hago lo correcto.
33. Estoy orgulloso de mi rendimiento en la escuela.
34. Alguien tiene que decirme siempre lo que debo hacer.
35. Generalmente me arrepiento de las cosas que hago.
36. Nunca estoy contento.
37. Estoy haciendo lo mejor que puedo.
38. Generalmente puedo cuidarme solo(a).

39. Soy bastante feliz.
40. Preferiría estar con niños menores que yo.
41. Me gusta todas las personas que conozco.
42. Me gusta cuando me invitan a salir a la pizarra.
43. Me entiendo a mí mismo(a).
44. Nadie me presta mucha atención en mi casa.
45. Nunca me reprenden.
46. No me está yendo tan bien en la escuela como yo quisiera.
47. Puedo tomar una decisión y mantenerla.
48. Realmente no me gusta ser un adolescente.
49. No me gusta estar con otras personas.
50. Nunca soy tímido.
51. Generalmente me avergüenzo de mí mismo(a).
52. Los chicos generalmente se las agarran con migo.
53. Siempre digo la verdad.
54. Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz.
55. No me importa lo que pase.
56. Soy un fracaso.
57. Me fastidio fácilmente cuando me reprenden.
58. Siempre se lo debo decir a las personas.

HOJA DE RESPUESTAS

Nombres y Apellidos:
 Centro Educativo: Año: Sección:
 Sexo: F M Fecha de nacimiento: Fecha del presente examen:

INSTRUCCIONES

Marca con un aspa (X) al costado del número de la pregunta en la columna V, si tu respuesta es *verdad*; en la columna F, si tu respuesta es *falso*.

PREGUNTA	V	F	PREGUNTA	V	F	PREGUNTA	V	F
1.	----	----	21.	----	-----	41.	----	---
2.	----	----	22.	----	-----	42.	----	-----
3.	----	----	23.	----	-----	43.	----	---
4.	----	----	24.	----	-----	44.	----	---
5.	----	----	25.	----	-----	45.	----	---
6.	----	----	26.	----	-----	46.	----	---
7.	----	----	27.	----	-----	47.	----	-----
8.	----	----	28.	----	-----	48.	----	---
9.	----	----	29.	----	-----	49.	----	---
10.	----	----	30.	----	---	50.	----	-----
11.	----	----	31.	----	---	51.	----	---
12.	----	----	32.	----	-----	52.	----	---
13.	----	----	33.	----	-----	53.	----	---
14.	----	----	34.	----	-----	54.	----	---
15.	----	----	35.	----	-----	55.	----	---
16.	----	----	36.	----	-----	56.	----	---
17.	----	----	37.	----	-----	57.	----	---
18.	----	----	38.	----	-----	58.	----	---
19.	----	----	39.	----	-----			
20.	----	----	40.	----	-----			

Anexo 2. Validez y confiabilidad

Validez

Panizo (1985). Refiere que Kokenes (1974-1978). En una investigación con 7600 alumnos del 4° al 8° grado diseñado para observar la importancia comparativa de los padres, pares y escuela en la autoestima global de los preadolescentes confirmó la validez de la estructura de las sub escalas que Coopersmith propuso como fuentes de medición de la autoestima.

Investigaciones posteriores también fueron en la misma línea y hallaron que los puntajes del inventario de autoestima se relacionaban significativamente con la percepción de popularidad (Simon, 1972), con la ansiedad (Many, 1973); con una afectiva comunicación entre padres y jóvenes y con el ajuste familiar (Matteson, 1974). Para establecer la validez, luego de haber traducido el inventario al español, Panizo (1985) trabajó en dos etapas: 1° Traducción y Validación de contenido a 3 personas con experiencias en niños, para recolectar sugerencias acerca de la redacción de los ítems, también cambió algunas formas de expresión de éstos. 2° Validez de Constructo: utilizó el procedimiento de correlacionar ítems de sub-escalas. Los ítems que correlacionaron bajo fueron eliminados y se completó el procedimiento con la correlación entre la sub-escala y el total; luego depuró la muestra separando los sujetos que presentaban puntuaciones altas en la escala de mentiras, estableciendo igual que Coopersmith el criterio de invalidación de la prueba cuando el puntaje de mentiras era superior a 4 puntos.

Confiabilidad

Se obtendrá a través de 3 métodos: Confiabilidad a través de la Fórmula K de Richardson. Kimball (1972) administró el CEI a 7,600 niños de escuelas públicas entre el 4° y 8° grado de todas las clases socioeconómicas, incluyendo a los estudiantes latinos y negros, el coeficiente que arrojó el Kuder-Richardson fue entre 0.87 -0.92. Para los diferentes grados académicos. Confiabilidad por mitades Taylor y Retz (1968) (Citado por Miranda, 1987) a través de una investigación realizada en los EEUU, reportaron un coeficiente de confiabilidad por mitades de 0,90; por otro lado Fullerton (1972) (Citado por Cardó, 1989), reportó un coeficiente de 0,87 en una población de 104 estudiantes entre 5° y 6° grado. Coopersmith halló que la veracidad de la prueba-reprueba del SEI era de 0.88 para una muestra de 50 niños en el 5° grado (con cinco semanas de intervalo) y 0.70 para una muestra de 56 niños de 4° grado (con tres años de intervalo) Donalson (1974) realizó una correlación de sub-escalas para 643 niños entre el 3° y 8° grado, los coeficientes oscilan entre 0.88 y 0.92.

Validez y Confiabilidad en el Perú

En nuestro país, en la ciudad de Lima, el Inventario de Autoestima de Coopersmith, Forma Escolar, ha sido traducido y validado en nuestro medio, en primer lugar por María Isabel Panizo (1985) en el estudio realizado sobre Autoestima y Rendimiento Escolar con niños tanto varones como mujeres, de 5to. Grado de primaria, con edades entre 10 y 11 años, de sectores socio-económicos alto y bajo.

Posteriormente, en 1989, María Graciela Cardó Soria, en su investigación sobre Enuresis y Autoestima en el niño, y aceptación-rechazo de la madre según la

percepción del niño, con niños de 8 a 10 años de edad, de un sector socioeconómico bajo (Citado por Long, 1998).

En 1998, Yepsi Long Campos, como parte de su investigación sobre niveles de autoestima y asertividad en adolescentes varones y mujeres de 12 a 15 años, de primer a tercer año de secundaria, con discapacidades locomotoras y físicamente normales, de nivel socioeconómico medio bajo, también determinó la validez y la confiabilidad para nuestro medio.

Anexo 3: consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

1. INTRODUCCIÓN

Estimados padres: Su menor hijo ha sido invitado (a) a participar en el estudio titulado: “NIVEL DE AUTOESTIMA” Su participación es voluntaria y antes de tomar su decisión debe leer cuidadosamente este formato, hacer todas las preguntas y solicitar las aclaraciones que considere necesarias para comprenderlo.

2. OBJETIVO DEL ESTUDIO

Determinar el nivel de autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “051 Virgen de Fátima”-Tumbes 2019.

3. PROCEDIMIENTOS GENERALES DEL ESTUDIO

Su aceptación y firma del presente formato autoriza a su menor hijo al llenado de un cuestionario de autoestima. El cuestionario será aplicado en su centro educativo.

4. BENEFICIOS

Se espera que el conocimiento derivado de este estudio, ayudara a obtener información sobre la autoestima. La importancia de realizar este trabajo radica en dar a conocer a los y las estudiantes adolescentes el nivel de autoestima que poseen y que de esta forma puedan visualizar los diferentes factores, externos e internos, que influyen en el grado de aceptación que tienen de sí mismos/as, los cuales pueden influir de forma positiva o negativa.

5. CONFIDENCIALIDAD

Toda información es de carácter confidencial y no se dará a conocer con nombre propio a menos que así lo exija la ley, o un comité de ética. En tal caso los resultados de la investigación se podrán publicar, pero sus datos no se presentan en forma identificable.

6. COSTOS Y COMPENSACIÓN

Los procedimientos que hacen parte de la investigación serán brindados sin costo alguno para usted. Usted no tiene derecho a compensaciones económicas por participar en la investigación.

7. INFORMACIÓN Y QUEJAS

Cualquier problema o duda, deberá informar a la responsable del estudio, Dersy Guerrero Naira cuyo número de celular es 924082757.

Se le entregará una copia de este documento, firmada por la responsable del estudio, para que la conserve.

Declaro haber leído el presente formato de consentimiento y haber recibido respuesta satisfactoria a todas las preguntas que he formulado, antes de aceptar voluntariamente la participación de su menor hijo/a en el estudio.

Nombre del padre/ apoderado/ tutor: _____	Investigadora: Dersy Guerrero Naira
Firma: _____ DNI: _____	Firma: _____
Fecha: _____	Fecha: _____

Anexo 4 Presupuesto

N°	RECURSOS	CANTIDAD	P. UNITARIO	P. TOTAL
01	Pasajes	20	S/. 3.00	S/ 60.00
02	Hojas bond	80	S/. 0.10	S/. 8.00
03	Impresiones	700	S/. 0.10	S/. 70.00
04	Lápices	2	S/0.50	S/1.00
05	USB	1	S/. 30	S/. 30
06	Copias	70	S/. 0.10	S/. 7.00
TOTAL				S/.176.00