



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
AUTOESTIMA Y ASERTIVIDAD EN ESTUDIANTES DE
UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, TRUJILLO, 2017**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA
EN PSICOLOGÍA

AUTORA:

ASTRID JESÚS OBANDO PAZ

ORCID: 0000-0002-5414-2632

ASESOR:

WILLY VALLE SALVATIERRA

ORCID: 0000-0002-7869-8117

TRUJILLO – PERÚ

2019

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Obando Paz, Astrid Jesús

ORCID: 0000-0002-5414-2632

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado, Chimbote,
Perú

ASESOR

Valle Salvatierra, Willy

ORCID: 0000-0002-7869-8117

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de La Salud,
Escuela Profesional de Psicología, Chimbote, Perú

JURADO

Millones Alba, Erica

ORCID ID 0000-0002-3999-5987

Salazar Roldan, Verónica del Rosillo

ORCID ID 0000-0002-3781-8434

Álvarez Silva, Verónica

ORCID ID 0000-0002-2405-0523

JURADO EVALUADOR DE TESIS

Mgtr. Erica Lucy Millones Alba

Presidente

Mgtr. Verónica Del Rosillo Salazar Roldan

Miembro

Mgtr. Verónica Adela Álvarez Silva

Miembro

Mgtr. Willy Valle Salvatierra

Asesor

AGRADECIMIENTO

A mis padres: Rubén y Julia, por ser mi empuje para salir adelante y cumplir con mis metas; por haberme dado la oportunidad de recibir una buena educación y a la vez inculcarme valores.

A mis hermanos: Porque representan una parte importante de mi vida. A María Alejandra por ser un ejemplo de dedicación y esfuerzo a sus estudios; a Marlon porque cada día alegra mis días con su inocencia y espontaneidad.

A mi novio: Por su amor, por ser mi soporte emocional y apoyarme en diversos momentos de mi vida.

A mis amigos y maestros: Quienes han sido parte de mi aprendizaje y crecimiento personal.

DEDICATORIA

A MI PADRE:

Llena de motivación y alegría, quiero

dedicar este proyecto a la persona

más importante en mi vida, porque desde

que nací siempre has tratado de darme amor,

comprensión, valores, calidad de tiempo.

Soy consciente de lo sacrificado que es tu

trabajo y a pesar de ello, siempre me has

ofrecido lo mejor de ti.

Me llena de gran satisfacción poder dedicarte este

trabajo que representa mi esfuerzo y mi afán

de salir adelante para finalmente convertirme en

una profesional, que con mucho esmero me lo he ganado.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación, de tipo cuantitativo con diseño correlacional, se realizó con el propósito de determinar la relación entre autoestima y asertividad en estudiantes de una institución educativa. La muestra estuvo constituida por 141 estudiantes de ambos sexos. Para la recolección de datos, se aplicaron dos instrumentos: el test de autoestima 25 y la escala multidimensional de asertividad. El análisis y el procesamiento de datos se realizaron con la prueba estadística de correlación de Spearman para determinar el grado de correlación que existe entre las variables de Autoestima y Asertividad, con el que se elaboraron tablas simples y porcentuales que arrojaron las siguientes conclusiones: Se encontró correlación altamente significativa entre la Autoestima y la Asertividad en los estudiantes de secundaria involucrados en la investigación.

Palabras clave: autoestima, asertividad y estudiantes.

ABSTRACT

The present research work, of quantitative type with correlational design, was carried out with the purpose of determining the relationship between self-esteem and assertiveness in students of an educational institution. The sample consisted of 141 students of both sexes. For data collection, two instruments were applied: the self-esteem test 25 and the multidimensional assertiveness scale. The analysis and data processing were performed with Spearman's statistical correlation test to determine the degree of correlation between the variables of Self-Esteem and Assertiveness, with which simple and percentage tables were produced that yielded the following conclusions: Highly significant correlation between Self-Esteem and Assertiveness in high school students involved in research.

Keywords: self-esteem, assertiveness and students.

CONTENIDO

	Pág.
AGRADECIMIENTO.....	iv
DEDICATORIA.....	v
RESUMEN.....	vi
ABSTRACT.....	vii
INTRODUCCIÓN.....	11
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	16
2.1. Antecedentes.....	17
2.2. Bases teóricas de la investigación.....	19
2.3. Autoestima.....	19
2.4. Asertividad.....	34
III. METODOLOGÍA.....	49
3.1. Tipo de investigación.....	50
3.2. Diseño de investigación.....	50
3.3. Población y muestra.....	51
3.4. Definición y operacionalización de las variables.....	52
3.5. Técnicas e instrumentos.....	53
3.6. Plan de análisis.....	55

3.7. Matriz de consistencia.....	57
3.8. Principios éticos.....	57
IV. RESULTADOS.....	58
4.1. Resultados.....	59
4.2. Análisis de resultados.....	66
V. CONCLUSIONES.....	68
5.1. Conclusiones.....	69
5.2. Recomendaciones.....	70
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	71
ANEXOS.....	74

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1.....	59
Tabla 2.....	60
Tabla 3.....	61
Tabla 4.....	62
Tabla 5.....	63
Tabla 6.....	64
Tabla 7.....	65

INTRODUCCIÓN

La autoestima y la asertividad son temas importantes e imprescindibles para el desarrollo del individuo. Desarrollar una adecuada autoestima y asertividad permiten que el individuo manifieste seguridad en sí mismo, permiten la toma de decisiones, la autovaloración, el respeto por sí mismo y por todo lo que le rodea.

Hoy en día percibimos que la baja autoestima y la falta de una conducta asertiva es un problema que se da en nuestro medio social, en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana del individuo.

Las personas de baja autoestima se muestran ansiosos, aburridos, irresponsables, dependientes, tristes, indiferentes, agresivos, tímidos, pesimistas, evasivos, etc., además tienden a discriminar, ofender, descuidar su cuerpo, inhibirse, negar otros puntos de vista, posponer decisiones, etc., y tener adicciones como el cigarro, licor y droga. (Acosta y Hernández, citados por Ayvar, 2016, pág. 194)

También, la conducta agresiva o pasiva, nos muestra una conducta no asertiva. La asertividad es la habilidad que poseen algunas personas para defender sus derechos personales sin atravesar los derechos de otras personas. La asertividad nos permite expresar nuestras ideas, ya sea que la idea concuerde o no con la de la otra persona. (Riso, citado por Villagrán, 2014, pág. 27)

Por todo lo antes mencionado, fue necesario realizar una investigación en una institución educativa ya que la población investigada fueron adolescentes y estas conductas no apropiadas se pueden dar con mayor énfasis en la adolescencia debido a los diferentes cambios físicos y psíquicos, el adolescente se encuentra en un periodo de decisiones, de afianzar más su seguridad, confianza, identidad, etc. Y la baja

autoestima y la falta de asertividad pueden llevarlos a situaciones inapropiadas que les pueden generar dificultades o desequilibrios.

La autoestima y la asertividad van de la mano, ambas ayudarán al adolescente a crear una seguridad en sí mismo, será capaz de autoafirmarse y de responder correctamente a su entorno, es por esta razón que el adolescente debe poseer una adecuada autoestima y asertividad como instrumentos claves para tener una vida feliz. El buen desarrollo de su vida depende en gran parte de su amor propio, la autoestima y la asertividad son dos herramientas que fortalecen el amor y la confianza en sí mismo.

Lo que me motivó a realizar este trabajo de investigación fue el indagar en una institución educativa acerca de la existencia de una realidad conflictiva que pudiera frenar o entorpecer su desempeño escolar así como sus relaciones.

Para la realización de la presente investigación se siguió los siguientes pasos: Al iniciar la investigación se buscaron fuentes de ideas cuya motivación radique en contribuir a ampliar conocimientos dentro del área de psicología y que pudiera ser desarrollada en un lugar determinado de manera que al concluir se presenten los resultados. Así mismo el tema de investigación debió estar ligado con la línea de investigación de la carrera de Psicología propuesta por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote

Después de seleccionado el tema más idóneo, se procedió con la búsqueda de la información física y virtual, acerca de los antecedentes y las bases teóricas, para ello se utilizaron distintas referencias bibliográficas como: tesis, revistas de psicología, libros y artículos relacionados a las variables autoestima y asertividad.

Posteriormente se redactó el planteamiento del problema, con la finalidad de que la investigación responda al cuestionamiento planteado. Además se establecieron los objetivos tanto generales como específicos y se estableció la justificación de la investigación. Consecutivamente se elaboró la introducción en la que se hace una breve reseña del tema en general, el cual fue objeto de investigación.

Seguidamente se procedió a la aplicación de los instrumentos psicológicos y se seleccionó el método estadístico que contribuyó a validar la investigación con los datos obtenidos, para que sucesivamente dichos resultados se analicen y se brinden las recomendaciones pertinentes.

Finalmente se ordenaron las referencias bibliográficas que procedieron de distintos autores, años, países y editoriales, lo que permitirá consultar en algún futuro datos importantes de la investigación.

Debido a la situación descrita anteriormente, se planteó la siguiente pregunta: ¿Existe relación entre la autoestima y la asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017?

La presente investigación tuvo como objetivo principal: Determinar la relación que existe entre la autoestima y la asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017. Así mismo los objetivos específicos fueron los siguientes: Identificar el nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017. Identificar el nivel de asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017. Identificar la relación entre autoestima y la dimensión de asertividad indirecta en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017. Identificar la relación entre autoestima y la dimensión de no asertividad en estudiantes de una

institución educativa, Trujillo, 2017. Identificar la relación entre autoestima y la dimensión de asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017.

La presente investigación se justifica por las siguientes razones: Contribuye con una línea de investigación: variables psicológicas asociadas a la pobreza. La información obtenida en el presente estudio servirá para determinar una adecuada autoestima y conducta asertiva que el estudiante y docente deberán practicar para garantizar un aprendizaje eficaz y una mejor convivencia. Así mismo establecer estrategias que favorezcan un cambio en aquellos aspectos negativos que dificultan el proceso educativo. Incentivar a los docentes, padres de familia y comunidad en general, a desarrollar talleres, charlas sobre autoestima y asertividad que logren mejorar la salud mental del estudiante. Contribuye como fuente de información y de apoyo para futuras investigaciones, tanto a nivel local, regional, nacional e internacional.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 ANTECEDENTES

Ayvar (2016) realizó una investigación sobre “La autoestima y la asertividad en adolescentes de educación secundaria de un colegio estatal y particular de un sector del distrito de Santa Anita”. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional, con una muestra de 220 estudiantes; los instrumentos utilizados fueron: el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith y el Autoinforme de Conducta Asertiva de García y Magaz. Los resultados mostraron que existe una relación positiva y significativa entre la autoestima y asertividad en los estudiantes de 1° a 4° año de secundaria de ambos colegios.

Bravo (2018) realizó una investigación sobre “Autoestima y Conducta Asertiva en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa de Chao – 2017”. La investigación fue de tipo cuantitativa correlacional, con una muestra de 82 estudiantes; los instrumentos utilizados fueron: el Inventario de Autoestima de Coopersmith y el Autoinforme de conducta asertiva: ADCA-1. Los resultados mostraron que existe una correlación buena superior a la media y una relación directa entre ambas variables.

Contreras y Rodríguez (2007) realizó una investigación sobre “Autoestima y asertividad en adolescentes de secundaria de 12 a 14 años: Diseño y aplicación de un programa de intervención”. La investigación fue pre-experimental, con una muestra de 42 adolescentes; los instrumentos utilizados fueron: el Inventario de Autoestima de Coopersmith y un test de asertividad de Mauro Rodríguez. Los resultados mostraron que existe una correlación entre las variables autoestima y asertividad.

Gonzáles (2015) realizó una investigación sobre “Relación de la conducta asertiva con autoestima en estudiantes adolescentes de la institución educativa

particular adventista Amazonas, Iquitos, 2014”. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional, con una muestra de 142 alumnos del 1er al 5to año de secundaria; para la recolección de datos se utilizó el ADCA, que mide conducta asertiva y el inventario de autoestima versión adolescentes elaborado por Coopersmith.. Los resultados revelan que la conducta asertiva y la autoestima tienen una correlación directa, y significativa.

Huamán y Sánchez (2018) realizó una investigación sobre “Autoestima y Asertividad en Adolescentes de una Institución Educativa de Matara”. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional, con una muestra de 190 adolescentes; los instrumentos utilizados fueron: La Escala de Cooper Smith, que consta de 58 ítems, la asertividad se evaluó con Escala Multidimensional de Asertividad (E.M.A.). Los resultados arrojaron que existe una correlación significativa positiva entre la autoestima y la asertividad. Además que la correlación es negativa entre la autoestima y asertividad indirecta, al igual que en la autoestima y la no asertividad.

Palacios (2018) realizó una investigación sobre “Autoestima y asertividad en los estudiantes del 5to año de la institución educativa Nicolás Copérnico, 2018”. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional, con una muestra de 162 estudiantes; utilizando la adaptación de un test de los autores Marchant, Haeussler y Torreti (1996) y para Asertividad se elaboró una prueba. Los resultados fueron que existe correlación entre las dos variables y que esta relación es positiva y moderada.

2.2. BASES TEÓRICAS DE LA INVESTIGACIÓN

2.2.1. AUTOESTIMA

a) Definiciones

La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser y está inmersa en un conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran o afectan de manera directa en el desarrollo de nuestra personalidad, la cual forma un constructo multidimensional relacionada también con rasgos narcisistas, egocéntricas que fomentan sentimientos de superioridad (Smith y Paddock, citados por Chumacero, 2015, pág. 9)

Del mismo modo, la autoestima es el conjunto de creencias y valores que el sujeto tiene acerca de quién es, de sus capacidades, habilidades y potencialidades. La autoestima se desarrolla a lo largo de la vida a medida que se va formando una imagen de sí mismo, imagen que lleva en el interior, que es reflejada por las experiencias que tiene con otras personas. (Alcántara, citado por Acuña, 2013, pág. 35)

Las personas que se sienten bien consigo mismas y que suelen vivir la vida bien, tienen la capacidad para resolver con seguridad los desafíos y responsabilidades que ésta les presenta; entonces allí, se hace referencia que la persona posee autoestima elevada. (Rocha, citado por Reyes, 2014, pág. 5)

Así mismo, la autoestima es una cualidad exclusiva del ser humano, ya que el ser humano posee la aptitud de juicio y de todos los juicios que pudiese

hacer, el más sobresaliente, es el que tiene sobre sí mismo. (Álvarez, citado por Sánchez, 2016, pág. 9)

También la autoestima se encuentra íntimamente ligada con las cualidades que posee la persona, la cual hace una apreciación de sus particularidades y así formar una autoestima alta o baja, dependiendo del estado de consciencia que posea sobre sí. (Wilber, citado por Bereche y Osore, 2015, pág. 13)

b) Orígenes de la autoestima:

La autoestima aumentará y se reforzará siempre y cuando el entorno contribuya en ello. Las personas en general demuestran cariño o amor porque lo aprendieron de alguien, nadie puede dar lo que no tiene, si es que antes no hubo un previo aprendizaje. El origen de la autoestima es cambiante; pero sin duda el más determinante o influyente es el entorno en el que el individuo se ha desarrollado desde su niñez y en el que habita, también las relaciones interpersonales que tiene con sus padres, familiares y amigos, en consecuencia muchas veces las personas se evalúan en base a las opiniones que los demás tienen sobre su persona. (Izquierdo, citado por Sánchez, 2016, pág. 9)

c) Teorías de la autoestima:

Teoría Subjetiva de Autoestima: La autoestima plenamente consumada, es la experiencia fundamental por la cual podemos llevar una vida significativa, es decir la autoestima es la confianza en nuestra capacidad de pensar, en la forma de como enfrentamos los desafíos básicos de la vida, así

como la confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices, el sentimiento a ser respetables, de ser dignos y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos. Así también hay una retroalimentación permanente entre nuestras acciones y nuestra autoestima, ya que en nuestra autoestima influye nuestro actuar y viceversa. (Branden, citado por Reyes, 2014, pág. 12)

Teoría Humanista de Autoestima: La teoría de la persona de Rogers está construida a partir de una sola fuerza de vida que llama la tendencia a actualizarse, esto puede definirse como una motivación innata presente en toda forma de vida dirigida a desarrollar sus potenciales hasta el mayor límite posible. Se refiere a que si vivimos como deberíamos, nos iremos volviendo cada vez más complejos y más flexiblemente adaptables a cualquier desastre, sea pequeño o grande. Las personas saben lo que es bueno para ellos, pues agrupa bajo el nombre de visión positiva a cuestiones como el amor, afecto, atención, crianza y demás; así mismo, otro punto exclusivo para el ser humano es la recompensa positiva de uno mismo, como la auto valía, y una imagen de sí mismo positiva, y esto se refuerza a través de los cuidados de los demás a lo largo de nuestra vida; si carecemos de esto, el ser humano puede sentirse minúsculo y desamparado. (Rogers, citado por Reyes, 2014, pág. 12)

d) Niveles de autoestima:

En relación a los niveles de autoestima, Coopersmith, citado por Acuña (2013, pág. 39) afirma que la autoestima puede presentarse en tres niveles: alta, media o baja.

Autoestima Alta

- Se muestran como personas seguras de sí mismas y no se dejan amilanar fácilmente por nadie, a pesar que se les presente situaciones bajo presión.
- Aprobación de sí mismo y de las demás personas. No tiene miedo ante situaciones de conflicto o estrés, al contrario ve aquellas situaciones como oportunidades para crecer y buscar diversas alternativas de solución ante los problemas.
- Se relaciona positivamente con su entorno, se siente competente ante las oportunidades que le da la vida; así mismo aquellas competencias o destrezas las comparte o enseña a sus semejantes, siente confianza de sus facultades.
- Es capaz de ver sus errores cometidos como oportunidades de aprendizaje y crecimiento para ser mejor persona; así mismo evita cometer nuevamente aquellos tropiezos.
- Posee el coraje de abordar nuevos retos que desconoce para así probar sus aptitudes y sí la situación no le fuese favorable no se deja afligir por dicha situación y trata de enfrentar sus fracasos.
- No le dedica tiempo a los errores que haya cometido en el pasado, así mismo no pierde el tiempo preocupándose en las cosas que le podrían pasar en el futuro. Vive el presente a plenitud.
- Aprende de los errores cometidos en el pasado para no volverlos a cometer en el futuro.

- Se acepta tal cual, con sus virtudes y defectos y trata de potenciar sus virtudes y trabajar en mejorar sus defectos. Acepta las críticas o sugerencias que le digan los demás siempre y cuando sean de provecho para mejorar.

- Posee la habilidad de evaluarse de manera objetiva y evita a toda costa emitir un juicio desfavorable en relación a otra persona.

Autoestima Media

- Se distingue de los otros grados de autoestima ya que esta persona posee un nivel tolerable de confianza en sí misma. No obstante, su autoestima puede variar, debido a opiniones de otras personas. Por ende, su autoestima puede pasar por periodos altos (como producto del apoyo externo) y períodos bajos (producto de alguna crítica).

- En ocasiones presenta confianza en sí misma, pero esto puede variar debido a factores externos.

- Aparentemente se muestran como personas fuertes, sin embargo puede que interiormente no siempre sea así, ya que le dan mucha importancia a las situaciones o expresiones de su grupo de apoyo y si aquellas situaciones o expresiones son positivas reforzarán su autoestima pero por el contrario si son negativas influirá en su confianza y su autoestima descenderá.

Autoestima Baja

- Son personas inseguras, son desconfiados tanto de sí mismos como de los demás. Se sienten incapaces de desenvolverse y de tomar decisiones por su cuenta por temor a equivocarse.

- Necesitan del apoyo o de la aprobación de los demás para sentirse felices. Le dan más valor a las opiniones de los demás que de sí mismos.
- Poseen cierto grado de dificultad al momento de relacionarse con otras personas, carecen de habilidades sociales, se anteponen a las situaciones con facilidad, pensando que los demás lo evaluarán de forma negativa.
- Poseen tendencia a la depresión ya que constantemente se sienten mal e insatisfechos consigo mismos.
- Piensan que no valen, se aíslan muchas veces por temor a ser rechazados o a no encajar ya que se evalúan negativamente y se comparan con otras personas.
- Poseen una percepción errónea de sí mismo, ya sea respecto a su apariencia física como también a sus cualidades, defectos, personalidad, etc.
- Le dan demasiado valor a las críticas de las demás personas, le pueden dedicar mucho tiempo a pensar en aquellos juicios negativos y ello debilita más su autoestima. No asumen sus errores, tienden a victimizarse y a echar la culpa a otros.
- Son personas que generalmente siempre hablan cosas negativas ya sea de sí mismo y de las demás personas. Se queja constantemente y no puede disfrutar de las cosas buenas de la vida.
- Se frustra con facilidad cuando algo no le sale como lo esperaba, es por tal motivo que evita por lo general trazarse metas o tomar decisiones por miedo a fracasar.

- Posee una percepción muy pobre de sí mismo, tiende a ver sólo las cosas negativas que posee y no se da cuenta realmente que también posee cualidades y virtudes.

Aseverando por su parte, Sartre, citado por Gonzáles (2015, pág. 51) la autoestima se divide en tres niveles: alta, baja y media.

Autoestima alta. La persona con una adecuada autoestima o autoestima alta posee seguridad y confianza en sí misma y a la vez se siente bien con las demás personas de tu entorno, es constante en las metas que se propone y no se deja vencer con facilidad ante el primer problema u obstáculo, no se hace líos cuando tiene que solicitar ayuda si es que es necesario, tiene una adecuada capacidad de adaptación ante diversos cambios, es autosuficiente, es práctico, empático, asertivo, conoce sus habilidades y se enfoca en las cosas que ha hecho bien.

Autoestima baja. La persona con autoestima baja denota irritabilidad, impulsividad, ante situaciones sin importancia tiende a estallar, todo le afecta, es pesimista, nada llena sus expectativas, tiende a criticar demasiado, tanto a sí mismo como a los demás, se le dificulta tomar decisiones por miedo a equivocarse, le es difícil decir que no ante las peticiones de las demás personas por temor a caer mal a los demás, es muy susceptible ante cualquier opinión o crítica, se siente muy triste y dolido por causas externas a veces sin importancia, no asume la responsabilidad de sus actos y tiende a culpar a los demás por sus errores; es una persona que guarda rencor hacia las personas que lo critican, se culpa exageradamente cuando comete algún error, inclusive a

veces le cuesta llegar a perdonarse tras haber cometido un error y se encasilla en ello hasta el punto de deprimirse.

Autoestima media. La autoestima media es el reflejo de no practicar de manera efectiva los factores que favorecen una alta autoestima, como también evitar la exposición continua a los factores que disminuyen la autoestima.

e) Características de la autoestima:

Existen diversas características de la autoestima, entre las cuales que es relativamente estable en el tiempo. Esta característica incluye que la autoestima es susceptible de variar, pero esta variación no es fácil, dado que la misma es el resultado de la experiencia, por lo cual sólo otras experiencias pueden lograr cambiar la autoestima.

Así mismo, la autoestima puede variar de acuerdo al sexo, la edad y otras condiciones que definen el rol sexual. De esta manera, un individuo puede manifestar una autoestima en relación con sus factores específicos.

De lo anteriormente mencionado se desprende la segunda característica de la autoestima que es su individualidad. Dado que la autoestima está vinculada a factores subjetivos, ésta es la resultante de las experiencias individuales de cada individuo, el cual es diferente a otros en toda su magnitud y expresión. La autoevaluación implícita en el reporte de la autoestima exige que el sujeto examine su rendimiento, sus capacidades y atributos, de acuerdo con estándares y valores personales, llegando a la decisión de su propia valía.

Otra característica de la autoestima es que no es requisito indispensable que el individuo tenga consciencia de sus actitudes hacia sí mismo, pues igualmente las expresará a través de su voz, postura o gestos, y en definitiva, al sugerirle que aporte información sobre sí mismo, tenderá a evaluarse considerando las apreciaciones que tiene elaboradas sobre su persona. (Coopersmith, citado por Bereche y Osos, 2015, pág. 18)

f) Componentes de la autoestima:

Según Voli, citado por Sánchez (2016, pág. 27) la autoestima tiene los siguientes cinco componentes:

Sentido de seguridad: El sentido de seguridad es la base de la autoestima; no existe algún comportamiento de la persona que el producto de una idónea seguridad, en sus diversos ámbitos. El microclima de amor y aprobación, desde la niñez permiten que el infante pueda desenvolverse natural y efectivamente en cada peldaño de sus etapas y esto a su vez le otorga confort y seguridad, la cual se cimienta en las experiencias y el refuerzo positivo de los padres. La familia juega un papel fundamental en el desarrollo de la seguridad del niño.

Identidad o auto concepto: Se refiere a la manera en la cual el individuo se observa a sí mismo. La persona se comienza a calificar desde la niñez, tiene relevancia la participación de la familia, amigos y entorno en general. El auto concepto se desarrolla en distintos ámbitos de la vida, de acuerdo a los contextos en los cuales se desenvuelve el niño y los refuerzos tanto negativos como positivos que reciba de los demás. La persona que tiene

un auto concepto pobre tiende a complacer a los demás, se sienten mal con su aspecto físico, además se le dificulta expresar sentimientos, opiniones, creencias, se critican a sí mismos.

Sentido de integración: Se refiere al hecho de sentirse confortable con los demás, formar parte de un grupo y sentirse apto en su desenvolvimiento. De acuerdo a sus relaciones, desarrollará, seguridad, competencia y motivación. Las personas con un buen sentido de integración comprenden, el de colaboración y contribución, son empáticos con los demás y se siente cómodo en comunidad, son constructivos en las relaciones interpersonales y se sienten apreciados y protegidos por los demás. Por ende se puede manifestar que las personas que tienen un débil sentido de integración, tienden a aislarse de los grupos.

Finalidad y motivación: Las personas se comportan en base a motivaciones y hacen que esta parezca apropiada o indispensable; las personas consiguen construir motivaciones suficientes para cambiar una conducta general. El primordial componente de la motivación, es querer y tener fe en lo que puede realizar y lo que se plantea. Si se apasiona en algo puede lograrlo y puede comenzar la tarea, al tener confianza en sí mismo. Los adolescentes con alto sentido de motivación tienen un buen sentido de dirección con respecto a dónde quieren ir y saben actuar, tomar propias decisiones.

Competencia: En la competencia influye la conciencia de cuanto se está apto de aprender y poseer la capacidad. Es el sentimiento que se posee de ciertos conocimientos y que se tiene la capacidad para aprender a lo largo de la

vida; se puede motivar y responsabilizar sobre lo que quiera aprender en el futuro, así como que recursos usará y empezará a trabajar para conseguirlo. Las personas con buen sentido de competencia son calificadas de buscar su propia superación, asumen riesgos, son conscientes de sus habilidades, virtudes y debilidades; están motivadas a actuar, reconocen la derrota, aplauden su éxito y buscan la colaboración.

Según Cortés de Aragón, citado por Bereche y Osoreo (2015, pág. 14) la autoestima presenta diferentes componentes, los cuales se citan a continuación:

Componente Cognoscitivo: Se refiere a la representación mental que cada uno tiene de sí mismo; a los conocimientos, percepciones, creencias y opiniones de los diversos aspectos que forman la personalidad.

Componente Emocional-evaluativo: Está moderado por los sentimientos referidos a sí mismo, determinan la autoestima que es la base de la autorrealización que cada uno desea conseguir, no se puede separar los sentimientos y emociones de los deseos y las necesidades de la persona.

Componente conductual: Parte de la hipótesis que la autoestima es conocerse, evaluarse y aceptarse, compromete la acción hacia el exterior, en otras palabras interacción y adaptación al entorno.

Para Mruk, citado por Vásquez (2015, pág. 15) la autoestima presenta tres componentes, en seguida se detallan:

Cognitivo: Referido al juicio que se tiene acerca de la propia personalidad y de las conductas.

Afectivo: Referido a la evaluación de lo bueno y lo malo que existe en la persona, comprende un diagnóstico del propio merecimiento o valor como ser humano. Este elemento consiste en una auto-apreciación que nace de la observación propia y de la asimilación de la imagen y opinión que los demás tienen de nosotros.

Conductual: Referido a la autoafirmación y a la autorrealización conducida hacia la práctica una conducta consecuente, lógica y racional.

g) Dimensiones de la autoestima:

Según Coopersmith, citado por Bereche y Osoreo (2015, pág. 21) las dimensiones de la autoestima serían las siguientes:

Autoestima Personal: consiste en la valoración que la persona hace y sostiene con respecto a sí mismo en relación con su imagen corporal y cualidades personales, considerando su potencial, productividad, importancia y dignidad y manteniendo un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

Autoestima en el área académica: consiste en la valoración que la persona hace y sostiene con respecto a sí mismo en relación con su desenvolvimiento en el ámbito académico, considerando su potencial, productividad, importancia y dignidad, manteniendo un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

Autoestima en el área familiar: consiste en la valoración que la persona hace y sostiene con respecto a sí mismo en relación con sus relaciones con los miembros de su familia, su potencial, productividad, importancia y dignidad, manteniendo un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

Autoestima en el área social: consiste en la valoración que la persona hace y sostiene con respecto a sí mismo en relación con sus relaciones sociales, considerando su potencial, productividad, importancia y dignidad, manteniendo un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

h) Formas de expresión de la autoestima:

Según Haeussler y Milicic, citados por Bereche y Osores (2015, pág. 24) determinan tres formas de expresión donde se muestra la autoestima alta:

En relación a sí mismo: Cree en sí mismo, muestra seguridad al momento de desenvolverse, demuestra que es apto y responsable de sus actos y opiniones.

En relación a los demás: La persona que posee las siguientes cualidades: el ser abierto y manejable, le posibilitan crecer emocionalmente con relación a los demás.

Frente a las tareas y obligaciones: Trabaja en conjunto, si se falla es capaz de reconocer sus errores y rectificarlos, no echa la culpa a otros de sus propios errores. Al comprometerse con algo se empeña en lograrlo y es constante para insistente a pesar de los tropiezos en el camino.

i) Beneficios de la autoestima:

Uno de los beneficios de la autoestima es la salud mental. Una alta autoestima es el resultado deseado del proceso de desarrollo humano. Se ha vinculado con la salud mental a largo plazo y con el equilibrio emocional. También la autoestima favorece el dominio interpersonal, la adaptación social y el interés escolar, esto debido a que existen algunas teorías acerca de una correlación entre la autoestima y el rendimiento escolar. Los estudiantes más sobresalientes poseen una mejor imagen de sí mismos y de amor propio. (McKay y Fanning, citados por Bereche y Osoreo, 2015, pág. 27)

Según Torres, citado por Vásquez (2015, pág. 18) una adecuada autoestima nos ayuda a:

- **Superar las dificultades personales:** la persona que disfruta de una adecuada autoestima está apto de encarar los errores o los problemas que se le presenten.
- **Facilita el aprendizaje:** la adquisición de nuevas ideas y aprendizajes están íntimamente ligadas a la atención y concentración voluntaria, la persona que se siente a gusto consigo mismo presenta motivación y ganas de aprender.
- **Asumir su responsabilidad:** la persona que posee seguridad y confianza en sus capacidades, se compromete y culmina sus trabajos lo mejor posible.
- **Determinar la autonomía personal:** una autoestima positiva nos ayuda a elegir metas que se quiere conseguir, decidir qué actividades y conductas son oportunas y significativas, admitir la responsabilidad de encauzarse a sí mismo y, sobre todo, encontrar su propia identidad.

- **Posibilita una relación social saludable:** las personas con una autoestima positiva se relacionan efectivamente con los demás y sienten respeto y consideración.

- **Apoya la creatividad:** las personas con una adecuada autoestima poseerán una mayor creatividad ya que confían en sus capacidades y en su originalidad.

- **Constituye el núcleo de la personalidad y garantiza la proyección futura de la persona:** contribuye al desarrollo integral de la persona. Con amor propio y valía personal, las personas llegarán a ser lo que anhelan en la vida.

2.2.2. ASERTIVIDAD

a) Definiciones

La definición de asertividad se inició en Estados Unidos, en la década de los años sesenta, se desarrolla como un instrumento de autoayuda, primordialmente en la comunicación. En primera instancia, se hizo hincapié en los propios derechos, exactamente lo que tenía que ver con los límites, así como también impulsar las habilidades asertivas y desarrollar una mejor confianza en las personas durante la comunicación. (De la Plaza, citado por Gonzáles, 2015, pág. 26)

La asertividad es la cualidad que define aquella “clase de interacción social” que constituye un acto de respeto por igual a las cualidades y características personales de uno/a mismo/a y de aquellas personas con quienes se desarrolla la interacción. Asimismo, lo contrario de la conducta asertiva,

sería la conducta agresiva y pasiva. (García y Magaz, citados por Ayvar, 2016, pág. 194)

Del mismo modo la asertividad es la habilidad de proteger y efectuar derechos personales sin ir en contra de los derechos de otros. La persona asertiva se encuentra apta para proteger los derechos personales y también para decir si es que no se encuentra de acuerdo con la opinión de otra persona. (Riso, citado por Villagrán, 2014, pág. 27)

La asertividad favorecerá la satisfacción de la persona. Estudios científicos en los cuales se ha utilizado la práctica de la asertividad, comprobaron una mejoría en las relaciones interpersonales. Así mismo una de las características de una persona asertiva conlleva a que ninguna persona puede aprovecharse de otra. También, la asertividad se basa en la igualdad de las personas y del derecho que tienen para expresar una opinión, idea o sentimiento personal o diferente de los otros. La asertividad, en consecuencia conlleva a un respeto por sí mismo y con la sociedad en general. (Guell y Muñoz, citados por Matos, 2014, pág. 33)

b) Características de la persona asertiva:

Según Castanyer, citado por Villagrán (2014, pág. 30) la persona asertiva se caracteriza por lo siguiente:

Comportamiento externo: comprende aspectos como habla fluida, lo cual se interpreta como la capacidad de expresarse utilizando las palabras adecuadas al momento de hablar, así mismo demostrando confianza y

seguridad en lo que se expresa y para ello se debe estar relajado, mostrando una postura adecuada, sin demostrar un aspecto desinteresado, y el desarrollo de la habilidad para hablar de los propios gustos e intereses y en su momento pide explicaciones y es capaz de aceptar errores cuando los comete, además ha aprendido a decir que no cuando el momento lo amerite, sin dejarse manipular por los demás.

Patrones de pensamiento: la persona conoce y cree en los derechos para sí y para los demás, sus creencias son en su mayoría “racionales” es decir que tienen lógica y no se apartan de la realidad en la cual los beneficios no son personales sino grupales, en la fabricación del pensamiento no se percibe como víctima de las circunstancias.

Sentimientos y emociones: las personas tienen una adecuada autoestima cuando se aprecian a sí mismos como personas que tienen valoración y merecen ser valorados por los demás, no se sienten inferiores ni superiores a los demás sin importar el nivel económico o cultural que posean, saben respetarse a sí mismos y a los demás demostrándolo con actitudes externas, poseen inteligencia emocional, es decir un control de sus emociones, no pierden el control ante situaciones de presión o de incertidumbre.

Para Álvarez, citado por Matos (2014, pág. 36) estas son las características de la persona asertiva:

- Cuando somos asertivos, nos expresamos tal cual somos, sin aparentar, sin miedo al qué dirán los demás si hacemos o no determinada acción, se vive con mayor libertad y eso conlleva a la felicidad.

- La persona asertiva se siente bien al poder efectuar su vida con libre albedrío, sin la angustia de vivir supervisado o juzgado por otros.
- Se sienten aptos en los grupos en los que se desenvuelven, poseen respeto por los demás y de esta manera aumenta la autoestima, en consecuencia la persona se siente bien consigo misma.
- La asertividad, acarrea proteger los derechos propios, así como también la habilidad de decir lo que pensamos, sentimos o creemos, de forma natural y adecuada, teniendo presente a los demás para no sobrepasar los derechos de los demás.

En opinión de Güell y Muñoz, citados por González (2015, pág. 36) la persona asertiva escapa de aquellas situaciones en que intentan manipularle, se relaciona de manera efectiva y positiva con los demás, presenta una adecuada autoestima, posee una inteligencia emocional y se muestra siempre de forma respetuosa frente a los demás. Güell y Muñoz piensan que la asertividad es difícil de practicarla, ya que en diferentes ocasiones en el proceso de interacción con los demás se aprende a ser pasivos o agresivos. En consecuencia, ser asertivos acarrea a veces actuar de forma diferente a los modelos de comportamiento que se ven con mayor frecuencia.

c) Dimensiones de la asertividad:

Según Flores y Díaz, citados por Matos (2014, pág. 34) afirman que existen tres dimensiones de la asertividad:

Asertividad Indirecta: evalúa la incapacidad de la persona para tener enfrentamientos directos cara a cara con otras personas en de la vida diaria ya sea con familiares, amigos, o conocidos, generando esto que la persona exprese sus opiniones, deseos, sentimientos, etc. por medio de cartas, teléfono, e-mail y otros medios virtuales.

No Asertividad: referido a la incapacidad de la persona para expresar opiniones, deseos sentimientos, etc. y manejar las críticas.

Asertividad: referido a la habilidad de la persona para expresar sus limitaciones, sentimientos, opiniones, deseos, derechos, ser tolerantes y manejar la crítica.

Así mismo García y Magaz, citados por Gonzáles (2015, pág. 44) tienen señalan estas dimensiones:

Auto asertividad: Se refiere al tipo de conducta que se caracteriza por la expresión natural de las ideas, pensamientos y sentimientos personales y de auto respeto referente a los gustos o preferencias.

Hetero asertividad: Se refiere al tipo de conducta que se caracteriza por el respeto hacia las ideas, pensamientos y sentimientos de los demás.

d) Teorías de la asertividad:

Teoría conductista: la asertividad es una conducta y no una característica de la personalidad, por lo que se habla de asertividad como una habilidad en el campo de las habilidades sociales. De ahí que es posible realizar un entrenamiento de autoafirmación, que permita mejorar las habilidades

sociales de las personas. Cuando una persona modifica sus actos, también modifica sus actitudes y sentimientos. Es posible desarrollar estrategias para cambiar la conducta, al margen de posibles motivos inconscientes que conduzcan a esta. (Guell y Muñoz, citados por Matos, 2014, pág. 35)

Teoría Humanista: el modelo asertivo permite considerar importantes a quienes se comunican con nosotros, y debemos forzar la atención para una comunicación correcta, exacta y respetuosa. (Rogers, citado por Matos, 2014, pág. 35)

e) Estilos de comportamientos no asertivos; los agresivos y pasivos:

Según Breitman, citado por Condori y Calsin (2014, pág. 27), detallan los siguientes estilos:

Una persona agresiva es aquella propensa a provocar a los demás, para ello usa la fuerza o la violencia. Para otros una persona agresiva es aquella que no se controla, capaz de generar maltrato físico o lo que es más frecuente el maltrato verbal. La agresividad se relaciona estrechamente con la ira, una persona con ira, a menudo se expresa con respuestas agresivas; la agresividad también se relaciona con la humillación, es decir la actitud de ridiculizar a una persona delante de los demás.

Una persona pasiva es aquella que no sabe expresar sus sentimientos y no defiende sus derechos. La pasividad a menudo se relaciona con la

inseguridad y con la sensación de sentirse poco aceptado por lo demás. Son personas que fácilmente se dejan manipular por los demás.

A su vez, para Castanyer, citado por Matos (2014, pág. 39) los atributos de la conducta pasiva o agresiva son:

- La persona pasiva antepone las preferencias de los demás antes que los deseos propios.
- Se comporta de forma subordinada e inferior porque se cree a sí mismo poca cosa.
- Se coloca en un lugar más insignificante que las demás personas que le rodean.
- Otorga mayor valor a los deseos u opiniones de los demás que a los suyos.
- Suele pedir disculpas por los errores de otros.
- Deja que otras personas mancillen su honor, al no defender sus derechos.
- Hace todo lo que le pidan las demás personas, por el mero hecho de complacerlos o temor a ser rechazado.
- Pasa por alto lo que el mismo siente y piensa.

Para Castanyer, citado por Matos (2014, pág. 41) las características de la conducta agresiva son:

- La persona agresiva tiende a pelear constantemente con cualquiera que se atraviese en su camino.

- Se empeña en tener a todas las personas que le rodean bajo su mando; siente temor ser subordinado o amilanado por otra persona. Se siente a la defensiva cuando no logra tener lo que anhela o de verse forzado a hacer algo que no quiere. Tiende a atacar con facilidad. Actúa precipitadamente, a veces hiriendo a los demás.

- Las personas de su entorno se alejan poco a poco, ya que a la mayoría de personas no les gusta rodearse de personas agresivas.

- La persona agresiva tiende a ver los demás por encima del hombro, considerándose superior a los demás.

Así también para García y Magaz, citados por Gonzáles (2015, pág. 45) clasifican los estilos de comportamientos no asertivos en las siguientes categorías:

Pasivo: estilo de comportamiento distinguido por una alta hetero asertividad y una poca auto-asertividad. Aquí tenemos a las personas inseguras, con autoestima baja, que consideran que no merecen respeto, pero que sí respetan a los demás.

Agresivo: estilo de comportamiento distinguido por una alta auto-asertividad y una poca hetero-asertividad. Aquí tenemos a las personas que se consideran superiores o mejores que los demás.

f) Principios de la asertividad:

Para Reyes, citado por Matos (2014, pág. 43) la asertividad se basa en cuatro principios:

La Autoestima: la asertividad compromete proteger los derechos personales sin agresión y los consideran igual que importantes que los derechos de los demás.

La persistencia: empeñarse en decir sus opiniones o creencias, sin enojarse o avergonzarse a pesar de que otras personas puedan pensar diferente.

La aceptación de elogios y críticas razonables: oír la opinión de los demás, ya sean elogios o críticas con una buena actitud para de esta manera beneficiarse de las circunstancias ya que todo hecho es un aprendizaje.

La proposición de alternativas: cuando existan desacuerdos buscar diferentes propuestas o alternativas para resolver diferentes puntos de vista y llegar a un acuerdo.

g) Beneficios de la asertividad:

Según Riso, citado por Matos (2014, pág. 43) distingue cuatro beneficios o poderes de la asertividad:

La asertividad fortalece el amor propio y la dignidad: para exigir respeto se debe comenzar a respetar uno mismo y conocer aquello que haga nos haga sentir dignos de amor. Precisamente la dignidad personal es el reconocimiento que se es libre y acreedor de lo mejor. Así como alguien se siente amado e importante cuando se le cuida, de igual manera la autoestima sube como espuma. Si se acepta pasivamente la justicia o la ofensa, se está admitiendo en los hechos que uno merece ser tratado indebidamente.

La asertividad permite una mejor defensa psicológica y nos hace más seguros: cuando las personas son asertivas, disminuye su desacuerdo entre el yo real y el ideal. Cada vez que uno se comporta de forma asertiva, se suscita una retroalimentación, que nos dice: “ Fuiste capaz”. Sube el yo real. Cada vez que se ejerce el derecho a expresar nuestras opiniones y sentimientos, el yo real crece, se afirma, se descubre a sí mismo, se asombra de sus capacidades. Y entonces el yo ideal no se ve tan distante. El esquema nuclear de toda persona asertiva es de fortaleza y seguridad. La asertividad y el entrenamiento en habilidades sociales es uno de los tratamientos complementarios más utilizados para pasar de la debilidad percibida a la fortaleza percibida.

La asertividad facilita la libertad emocional y el autoconocimiento: uno de los campos de labor más atractivos y convenientes de la psicología aplicada es la psicología preventiva cuya finalidad es anticipar las dolencias psicológicas y promocionar la salud. Dentro de este asunto, la asertividad contribuye a experimentar e integrar las emociones a nuestra vida. Cuando uno expresa lo que piensa y siente, libera la mente y sana el cuerpo. Se da la oportunidad que uno pueda en cada acción del intercambio. Las investigaciones científicas demuestran que la expresión asertiva de la ira y de las emociones en general, permiten prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida.

La asertividad ayuda a resolver problemas y mejorar la comunicación: la asertividad nos proporciona relaciones más funcionales, más directas y auténticas. Es un sistema de comunicación por excelencia, donde la honradez y la transparencia son determinantes. Esa es la razón por la cual se usa

en las diferentes terapias o en el entrenamiento de habilidades sociales. Los problemas interpersonales solo pueden resolverse si se dispone de toda la información relevante, es decir lo que en verdad se piensa y se siente. Una buena comunicación debe necesariamente, ser asertiva.

Así mismo la asertividad facilita una adecuada autoestima y mejora la capacidad de interactuar con otras personas con igualdad, la persona con una adecuada autoestima podrá relacionarse satisfactoriamente con los demás, reconoce a las personas que son mejores sin sentirse inferior o superior, el que una interacción resulte favorable depende del sentimiento de valía personal y auto respeto, y además de habilidades sociales que promueven el sentirse a gusto consigo mismo. (Castanyer, citado por Villagrán, 2014, pág. 32)

h) Factores que dificultan el desarrollo de la asertividad:

Según Risco, citado por Matos (2014, pág. 47) los factores que dificultan el desarrollo de la asertividad citaremos los siguientes:

La persona no ha aprendido a ser asertivo o lo ha aprendido de forma inadecuada: los comportamientos o capacidades para ser o no ser asertivo se aprenden: son hábitos o patrones de comportamiento. No existe una "personalidad innata" asertiva o no asertiva, ni se heredan características de asertividad. La asertividad se va aprendiendo por imitación y refuerzo, es decir por los que nos han transmitido como modelos de comportamiento y como dispensadores de premios y castigos nuestros padres, maestros, amigos, medios de comunicación. Ocurre a veces

que la persona no asertiva no da con la solución a su problema, porque la busca sin salirse de su patrón de conducta y pensamiento.

Presencia de castigo sistemático a las conductas asertivas: entendiendo por castigo no necesariamente lo físico, sino todo tipo de recriminaciones, desprecios o prohibiciones. Falta de refuerzo suficiente a las conductas asertivas, puede ocurrir que la conducta asertiva no haya sido sistemáticamente castigada, pero tampoco suficientemente reforzada. La persona, en este caso no ha aprendido a evaluar este tipo de comportamiento como algo positivo.

La persona no ha aprendido a valorar el esfuerzo social: si a una persona le son indiferentes las sonrisas, alabanzas, simpatías y muestras de cariño, no empleará ningún comportamiento que vaya encaminado a conseguirlos.

La persona obtiene más refuerzo por conductas no asertivas: este es el caso de la persona tímida, desamparada a la que siempre hay que estar ayudando o apoyando.

La persona no sabe discriminar adecuadamente las situaciones en las que debe emitir una respuesta concreta: la persona a la que los demás consideran “pesado”, está en este caso. Esta persona no sabe ver cuando su presencia es admitida y cuando no, o en qué situaciones se deben insistir mucho en un tema y en cuáles no.

La persona conoce la conducta apropiada, pero siente tanta ansiedad que la emite de forma parcial: en este caso, la persona con dificultades de asertividad ha tenido experiencias altamente aversivas que han dado unidad a situaciones concretas, generalizándolas todas ellas. Dichas experiencias pueden haber sido objetivamente ansiosas, como en el caso de un inmigrante al que se discrimina o subjetiva, es decir nacidas en la mente de la persona.

La persona no conoce o rechaza sus derechos: la educación tradicional nos ha pretendido hacer no asertivos. Algunos más, otros menos, todos hemos recibido mensajes del estilo “obediencia a la autoridad” estar en silencio cuando hable una persona mayor, no expresar la opinión propia antes padres, maestros, etc.

La persona posee patrones irracionales de pensamiento que le impiden actuar de forma asertiva: las típicas convicciones y esquemas mentales que poseen los pasivos o agresivos, son parte de una lista de ideas irracionales que Albert Ellis ideó hace ya unos años. Donde supone que todos tenemos, una serie de convicciones o creencias irracionales. Estas están tan arraigadas dentro de nosotros que no hace falta que en cada situación nos las volvamos a plantear para decidir cómo actuar o pensar. Es más suelen salir en forma de pensamientos automáticos, tan rápidamente que a no ser que hagamos un esfuerzo consciente por retenerlas, casi no nos daremos cuenta de que nos hemos dicho eso. Una típica convicción puede ser la de que necesitamos sentirnos apoyados o queridos para sentirnos a gusto.

i) Técnicas para ser más asertivo:

Castanyer, citado por Villagrán (2014, pág. 34) plantea las siguientes técnicas de reestructuración cognitiva para ser más asertivo, las cuales consisten en hacer consciente la importancia que tienen las creencias en la vida personal. Se enfoca en desarrollar deficiencias conductuales en el sujeto para lo cual se lleva a cabo un ensayo de conducta o role-play en el ámbito seguro de la psicoterapia, se basa en los tipos de respuesta asertiva, estos son los siguientes:

- Asertividad subjetiva: engloba una descripción, sin condenar, la conducta del otro; una descripción objetiva del efecto de la conducta del otro; una descripción de los propios sentimientos o una expresión de lo que se desea del otro.

- Respuesta asertiva con conocimiento: se ejecuta a través de un planteamiento inicial que transmite el reconocimiento hacia la otra persona y un diseño posterior sobre los derechos e intereses propios.

- Asertividad positiva: es la expresión apropiada de lo bueno y valioso que se ve en otras personas.

- Respuestas asertivas elementales: se da a través de una expresión llana y simple de los propios intereses y derechos.

- Respuesta asertiva frente a la no asertividad o a la agresividad: hacerle ver a la otra persona cómo actúa y cómo podría actuar asertivamente.

Así también Oscar, citado por Matos (2014, pág. 46) propone un grupo de técnicas para sostener un estilo de conducta asertiva, a continuación se detallan:

- Técnica del disco roto; repetir el propio punto de vista con serenidad, sin dejarse afectar por aspectos sin importancia.

- Técnica del acuerdo asertivo; responder a la crítica admitiendo que se ha cometido un error, pero separándolo del hecho de ser buena o mala persona.

- Técnica de la pregunta asertiva; inducir a la crítica para obtener información que podrá utilizarse en la argumentación.

- Técnica para procesar el cambio; trasladar el foco del debate hacia el análisis de lo que ocurre con el interlocutor, dejando aparte el tema de la misma.

- Técnica de claudicación simulada; aparentemente entregar terreno sin entregarlo realmente. Mostrándose de acuerdo con el argumento de la otra persona sin cambiar de postura.

- Técnica de ignorar; ignorar la razón por la que el interlocutor parece estar enojado y postergar el debate que se encuentre calmado.

- Técnica de quebrantamiento de proceso; responder a la crítica que intenta provocarle con una sola palabra.

- Técnica de la ironía asertiva; responder positivamente a la crítica hostil.

- Técnica del aplazamiento asertivo; postergar la respuesta hasta que se sienta calmado y capaz de responder adecuadamente.

2.3. HIPÓTESIS

2.3.1. Hipótesis General

Hi: Existe relación significativa entre autoestima y asertividad en estudiantes de una institución educativa – Trujillo, 2017.

2.3.2. Hipótesis Específicas

Hi1: Existe relación significativa entre autoestima y la dimensión de asertividad indirecta en estudiantes de una institución educativa – Trujillo, 2017.

Hi2: Existe relación significativa entre autoestima y la dimensión de no asertividad en estudiantes de una institución educativa – Trujillo, 2017.

Hi3: Existe relación significativa entre autoestima y la dimensión de asertividad en estudiantes de una institución educativa – Trujillo, 2017.

III. METODOLOGÍA

3.1 TIPO DE LA INVESTIGACIÓN

El presente estudio es una investigación de tipo cuantitativo. Ya que las investigaciones cuantitativas trabajan con la aplicación de instrumentos para la recolección de datos. Los cuales están sujetos a ser validados para comprobar la eficiencia y confiabilidad de los mismos. (Palella y Martins, 2012)

3.2. NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN

El nivel de la investigación fue descriptiva ya que consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. Los resultados de este tipo de investigación se ubican en un nivel intermedio en cuanto a la profundidad de los conocimientos se refiere. (Fidias, 2012, pág. 24)

3.3 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Es un estudio no experimental, correlacional y de corte transversal. El diseño no experimental es el que se realiza sin manipular en forma deliberada ninguna variable. El investigador no sustituye intencionalmente las variables independientes. Se observan los hechos tal y como se presentan en su contexto real y en un tiempo determinado o no, para luego analizarlos. (Palella y Martins, 2012)

Así mismo correlacional, ya que ofrece predicciones mediante la explicación de la relación entre variables y las cuantifica. Y de corte transversal, porque todas las variables son medidas en una sola ocasión; por ello de realizar comparaciones, se trata de muestras independientes. (Supo, citado por Domínguez, 2015)

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

La población estuvo conformada por 221 estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de la I.E. Alfredo Tello Salavarría, cuyas edades oscilan entre 15 a 18 años.

Para el estudio se empleó el muestreo aleatorio simple, que corresponde a un tipo de muestreo probabilístico, que se aplicó dada la homogeneidad de los integrantes de la población en estudio, y se extrajo una muestra de 141 estudiantes al azar.

El tamaño de muestra fue obtenido mediante la aplicación de la fórmula de Cochran dada a continuación, asumiendo un nivel de confianza del 95% ($Z = 1.96$), un error de muestreo de 5% ($e = 0.05$), una probabilidad de éxito ($p = 0.50$), una probabilidad de fracaso ($q = 0.50$) y el tamaño de la población ($N=221$) para mayor precisión en los resultados, con la que se obtuvo una muestra de 141 estudiantes.

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

N = Población.

Z = Nivel de confianza.

P = Proporción de éxito.

E = Error estándar o precisión.

Criterios de Inclusión:

- Estudiantes de 15 años a más.
- Estudiantes de ambos sexos.

Criterios de Exclusión:

- Estudiantes que no hayan contestado a la totalidad de los ítems de las pruebas.

3.5 DEFINICIÓN Y OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLES DE CARACTERIZACIÓN	DIMENSIONES/ INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE
Autoestima	Familia Identidad Autonomía Emociones Motivación Socialización	22-25 Alta autoestima 17-21 Tendencia a alta autoestima 16 Autoestima en riesgo 12-15 Tendencia a baja autoestima 11 o menos Baja autoestima	Categórica, Ordinal, Politémica

VARIABLES DE CARACTERIZACIÓN	DIMENSIONES/ INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE
Asetividad	Asetividad indirecta No asertividad Asetividad	Bajo Medio Alto	Categórica, Ordinal, Politémica

3.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Esta investigación se llevó a cabo mediante la técnica psicométrica de recolección de datos donde se utilizaron los siguientes instrumentos: El test de autoestima 25 de César Ruiz Alva y la escala multidimensional de asertividad (EMA)

EL TEST DE AUTOESTIMA 25 DE CÉSAR RUIZ ALVA

Autor: César Ruiz Alva

Administración: Colectiva, pudiendo también aplicarse en forma individual.

Duración: Aproximadamente 15 minutos.

Aplicación: Desde los 8 años en adelante. Escolares de primaria, secundaria, jóvenes y adultos.

Significación: Evalúa el nivel general de autoestima de la persona.

Está compuesto por un total de 25 ítems los cuales se califica de acuerdo a la plantilla de corrección, en el cual se otorga 1 punto por respuesta que coincida con la clave. El total se convierte al puntaje normativo general que evalúa el nivel de autoestima.

Se realizaron los estudios de correlación de los puntajes totales del test de autoestima 25 con los puntajes generales del Test de Autoestima de Coopersmith, empleando el método de coeficiente de correlación producto momento de Pearson se obtuvieron los resultados de correlación siguientes para los grupos estudiados. (100 casos por grupo, haciendo un total de 600 sujetos)

Los coeficientes van de 0.89 a 0.94 para los diversos grupos estudiados todos los que resultan siendo significativas al 0.001 de confianza (100 casos por grupo – total 600 sujetos).

LA ESCALA MULTIDIMENSIONAL DE ASERTIVIDAD (EMA)

Autores: Flores Galaz y Díaz Loving

Administración: Individual y colectiva.

Duración: 20 a 30 min.

Aplicación: Adolescentes a partir de los 15 años de edad y adultos.

Significación: Permite evaluar el tipo y grado de asertividad del individuo.

Consta de 45 afirmaciones tipo Likert de cinco opciones de respuesta.

La EMA, desde una perspectiva etnopsicológica, aborda tres dimensiones: Asertividad indirecta, No asertividad y Asertividad, las cuales expresan la habilidad o inhabilidad que tenga la persona para autoafirmarse en diversas situaciones en su entorno social.

Esta Escala Multidimensional de Asertividad es útil en las áreas clínica, educativa y laboral, y sirve como guía de intervención terapéutica, así como punto de partida para establecer programas de entrenamiento asertivo entre personas cuyas profesiones les hacen entrar en contacto con otros como son los médicos, enfermeras, profesores, altos ejecutivos, vendedores, etc.

La validez se obtuvo a través de un análisis factorial de segundo orden al realizar una comparación entre las poblaciones de la ciudad de Mérida y México obteniendo resultados similares, sin embargo, se decidió tomar la ciudad de México como la de estandarización para obtener los baremos correspondientes. La consistencia interna de la prueba total obtenida a través del coeficiente de Alfa de Cronbach correspondió a 0,91.

PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Se identificó y delimitó la población a estudiar donde se realizó la investigación, posteriormente se solicitó la autorización a la coordinadora de la escuela de Psicología para llevar a cabo el proyecto de investigación, así también se solicitó a la directora de la institución educativa para la autorización del estudio.

Una vez obtenida la autorización, se accedió a la población utilizando el documento del consentimiento informado, a través del cual se invita a la población a participar de la investigación.

La recolección de datos se llevó a cabo de manera individual, entregándole a cada participante los instrumentos de evaluación psicométrica, los cuales fueron: el test de autoestima 25 de César Ruiz Alva, y la escala multidimensional de asertividad.

3.7 PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS

Para la investigación, la base de datos fue construida con la codificación de los test mediante la asignación de respectivos números para ser digitalizados en el ingreso de las pruebas en el programa Excel, los cuales se presentaron en tablas, en función a los objetivos planteados para la investigación para luego exportarlos a un programa estadístico.

El análisis de los resultados se realizó con la prueba estadística de correlación de Spearman para determinar el grado de correlación que existe entre las variables de Autoestima y Asertividad con el que se elaboraron tablas simples y porcentuales. Así también se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para contrastar que los datos provienen de una población distribuida normalmente.

3.8 MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
¿Existe relación entre la autoestima y la asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017?	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación entre autoestima y asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>Identificar el nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017</p> <p>Identificar el nivel de asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017</p> <p>Identificar la relación entre autoestima y el área de asertividad indirecta en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017</p> <p>Identificar la relación entre autoestima y el área de no asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017</p> <p>Identificar la relación entre autoestima y el área de asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017</p>	<p>Tipo de investigación:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Nivel de investigación:</p> <p>Descriptivo.</p> <p>Diseño:</p> <p>No experimental, correlacional y de corte transversal.</p> <p>Población: 221 estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de la I.E. Alfredo Tello Salavarría.</p> <p>Muestra:</p> <p>Muestreo aleatorio simple, se extrajo una muestra de 141 alumnos al azar.</p>	<p>Autoestima</p> <p>Asertividad</p>	<p>Familia</p> <p>Identidad</p> <p>Autonomía</p> <p>Emociones</p> <p>Motivación</p> <p>Socialización</p> <p>Asertividad indirecta</p> <p>No asertividad</p> <p>Asertividad</p>	<p>Alta autoestima</p> <p>Tendencia a la alta autoestima</p> <p>Autoestima en riesgo</p> <p>Tendencia a baja autoestima</p> <p>Baja autoestima</p> <p>Alta</p> <p>Media</p> <p>Baja</p>

3.9 PRINCIPIOS ÉTICOS

Al realizar la investigación, se mostró siempre respeto hacia los participantes, se tuvo en cuenta la conformidad sobre su participación, ya que es el estudiante quien posee la voluntad de seguir o de retirarse de las pruebas, para ello se utilizó un consentimiento informado donde se le brinco la información necesaria acerca de la investigación. Según el artículo 25° del código de ética del Psicólogo Peruano: “El psicólogo debe tener presente que toda investigación en seres humanos debe, necesariamente, contar con el consentimiento informado de los sujetos comprendido”

Así mismo, se protegerá la identidad del sujeto y la información obtenida en la aplicación de los instrumentos, serán usados de manera anónima y dados a conocer solo para los fines por los cuales se obtuvieron. Según el artículo 37° del código de ética del Psicólogo Peruano: “El psicólogo debe mantener el anonimato de la persona cuando la información sea utilizada para fines de investigación o docencia”.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados sobre la distribución de frecuencias según nivel de Asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

Tabla 1

Distribución según nivel de Asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

Nivel en dimensión de Asertividad	N	%
Asertividad Indirecta		
Bajo	40	28.4
Medio	60	42.6
Alto	41	29.1
Total	141	100.0
No Asertividad		
Bajo	37	26.2
Medio	57	40.4
Alto	47	33.3
Total	141	100.0
Asertividad		
Bajo	40	28.4
Medio	62	44.0
Alto	39	27.7
Total	141	100.0

Fuente: Escala multidimensional de Asertividad aplicada a estudiantes de una institución educativa.

En la tabla 1, se muestran los niveles registrados por las dimensiones: Asertividad Indirecta, No Asertividad y Asertividad, donde se evidencia que en todas las dimensiones predominó el nivel medio con porcentajes que varían entre 40.4% y 44.0%, Igualmente se visualiza que el porcentaje de estudiantes con nivel alto fluctúa entre el 27.7% en la dimensión Asertividad, al 33.3% en la dimensión No Asertividad: Finalmente, en el nivel bajo los porcentajes son respectivamente: 28.4%, 26.2% y 28.4% en las dimensiones: Asertividad Indirecta, No Asertividad y Asertividad; observando una distribución muy similar en las tres dimensiones de la asertividad.

Resultados sobre la distribución de frecuencias según nivel de Autoestima en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

Tabla 2

Distribución según nivel de Autoestima en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

Nivel de Autoestima	n	%
Baja autoestima	15	10.6
Tendencia a baja Autoestima	29	20.6
Autoestima en Riesgo	40	28.4
Tendencia a Alta Autoestima	22	15.6
Alta Autoestima	35	24.8
<i>Total</i>	141	100.0

Fuente: Test de autoestima 25 aplicada a estudiantes de una institución educativa.

Los resultados correspondientes a los niveles de Autoestima registrados por los estudiantes de secundaria de una institución educativa se presentan en la tabla 2, donde se puede observar que el nivel predominante es Autoestima en riesgo con 28.4% de estudiantes en este nivel, seguido por el nivel Alta Autoestima, con 24.8% de estudiantes que registraron este nivel, luego se observa el nivel Tendencia a baja autoestima con 20.6%, el nivel Tendencia a Alta Autoestima registró el 15.6% y finalmente Baja autoestima registró el 10.6%.

Resultados sobre la correlación entre la Autoestima y las dimensiones de Asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

Tabla 3

Correlación entre la Autoestima y la dimensión Asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

	<i>Asertividad indirecta (r)</i>	Sig. (p)
Autoestima	-0.413	.000 **

Nota:

r: Coeficiente de correlación de Spearman

**Valores altamente significativos $p < .01$.

En la tabla 3, se aprecia que la prueba estadística de correlación de Spearman detectó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .05$), inversa y en grado medio, entre la Autoestima y la Asertividad indirecta en los estudiantes de una institución educativa involucrados en la investigación.

Tabla 4

Correlación entre la Autoestima y la dimensión “No Asertividad” en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

	No Asertividad (r)	Sig. (p)
Autoestima	-.575	.000 **

Nota:

r: Coeficiente de correlación de Spearman

**Valores altamente significativos $p < .01$.

En la tabla 4, se muestran los resultados correspondientes a la prueba estadística correlación de Spearman, la misma que halló evidencias que la Autoestima se correlaciona de manera altamente significativa ($p < .01$), inversa y en grado medio con la dimensión No Asertividad en los estudiantes de una institución educativa que participaron en la investigación.

Tabla 5

Correlación entre la Autoestima y la dimensión Asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

	<i>Asertividad (r)</i>	Sig. (p)
Autoestima	.296	.000 **

Nota:

r: Coeficiente de correlación de Spearman

**Valores altamente significativos $p < .01$.

En la tabla 5, se muestran los resultados de la prueba correlación de Spearman, donde se observa que en los estudiantes involucrados en la investigación la referida prueba identifica la existencia de correlación altamente significativa ($p < .01$) y directa entre la Autoestima y la dimensión Asertividad.

Tabla 6

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones de la Escala de Asertividad en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

	K-S	Sig. (p)
Asertividad Indirecta	.051	.200
No Asertividad	.064	.200
Asertividad	.070	.084

Nota:

n: Tamaño de muestra
KS: Estadístico de Kolmogorov-Smirnov
Valores no significativos $p > .05$.

Los resultados que se exponen en la tabla 6, obtenidos de la aplicación de la prueba Kolmogorov-Smirnov, en la evaluación de la distribución de las puntuaciones en las dimensiones de la Asertividad; a partir de los cuales se logró establecer que la distribución de las tres dimensiones: Asertividad Indirecta, No Asertividad y Asertividad no difieren significativamente ($p > .05$) de la distribución normal.

Tabla 7

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones en Inventario de Autoestima en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017

	K-S	Sig. (p)
Autoestima	0.109	.000 **

Nota:

n: Tamaño de muestra

K-S: Estadístico de Kolmogorov-Smirnov

** : Valores altamente significativos $p < .01$.

En la tabla 7, se presentan los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, donde se visualiza que la distribución de las puntuaciones obtenidas en el Inventario de Autoestima difieren de manera altamente significativa ($p < .01$), de la distribución normal. De los resultados referentes al supuesto de normalidad, en las tablas A1 y A2, se determina que la prueba estadística que correspondía aplicar para realizar la evaluación de la correlación entre la Asertividad y la autoestima, sería la prueba no paramétrica de correlación de Spearman.

4.2. ANÁLISIS DE RESULTADOS:

La presente investigación tuvo como objetivo general, determinar la relación entre autoestima y asertividad en estudiantes de una institución educativa – Trujillo, 2017. Se aprecia que el objetivo general si se cumplió ya que existe una relación significativa entre autoestima y asertividad en estudiantes de una institución educativa, esto quiere decir que a mayor autoestima en los estudiantes es mayor la asertividad con la que conducen su vida y a menor autoestima será menor la asertividad que muestran.

En la tabla 3, se aprecia que la prueba estadística de correlación de Spearman detectó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .05$), inversa y en grado medio, entre la Autoestima y la dimensión Asertividad indirecta. En la tabla 4, se halló evidencias que la Autoestima se correlaciona de manera altamente significativa ($p < .01$), inversa y en grado medio con la dimensión No asertividad. En la tabla 5, se observa la existencia de correlación altamente significativa ($p < .01$) y directa entre la Autoestima y la dimensión Asertividad.

Resultados que se asemejan en lo hallado por Ayvar (2016) quien en su investigación “La autoestima y la asertividad en adolescentes de educación secundaria de un colegio estatal y particular de un sector del distrito de Santa Anita”, cuyos resultados mostraron que existe una relación positiva y significativa entre la autoestima y asertividad en los estudiantes de 1° a 4° año de secundaria de ambos colegios, esto quiere decir que a mayor autoestima será mejor la asertividad de dichos adolescentes.

Así mismo, estos resultados son similares en lo hallado por Bravo (2018) en su estudio “Autoestima y conducta asertiva en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chao – 2017”, cuyos resultados indican que existe una correlación buena superior a la media y una relación directa entre la autoestima y la asertividad.

Así también, estos resultados se asemejan con los resultados obtenidos por la investigación hecha por Gonzáles (2015) en su estudio “Relación de la conducta asertiva con autoestima en estudiantes adolescentes de la institución educativa particular adventista Amazonas, Iquitos, 2014”, cuyos resultados revelan que la conducta asertiva y la autoestima tienen una correlación directa, y significativa.

V. CONCLUSIONES

5.1. CONCLUSIONES:

1. Se pudo observar que el nivel predominante de Autoestima es Autoestima en riesgo con 28.4% de estudiantes en este nivel.
2. Se evidencia que en todas las dimensiones sobre Asertividad predominó el nivel medio con porcentajes que varían entre 40.4% y 44.0%
3. Se aprecia que la prueba estadística de correlación de Spearman detectó la existencia de una correlación altamente significativa entre la Autoestima y la dimensión Asertividad indirecta en los estudiantes de una institución educativa involucrados en la investigación.
4. Se halló evidencias que la Autoestima y la dimensión de No Asertividad se correlaciona de manera altamente significativa en los estudiantes de una institución educativa.
5. Se encontró correlación altamente significativa entre la Autoestima y la dimensión Asertividad en los estudiantes involucrados en la investigación.

5.2. RECOMENDACIONES

Fomentar en los alumnos de la institución educativa la autoestima a través de actividades individuales y grupales sobre el fortalecimiento de la misma, ello ayudará a que desarrollen la capacidad de auto valía personal, para que mejoren su manera de relacionarse adecuadamente con su entorno. Así mismo también fomentar la práctica de la asertividad.

Ejecutar charlas y talleres psicológicos dirigidos tanto a los estudiantes como a sus padres, con el fin de promover la concientización y sensibilización sobre la importancia de la autoestima y la asertividad de los estudiantes para que de ésta manera mejoren la convivencia entre padres e hijos.

Fomentar en los estudiantes de la institución educativa, el entrenamiento con técnicas para ser más asertivo.

Ofrecer ambientes de orientación psicológica en la institución educativa para apoyar psicológicamente a los estudiantes que necesiten elevar su nivel de autoestima, asertividad y/o para fomentar la salud mental.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Acuña, J. (2013). *Autoestima y rendimiento académico de los estudiantes del X ciclo 2012 - ii de la escuela académica profesional de educación primaria y problemas de aprendizaje*. (Tesis doctoral). Escuela de post grado de Educación. Universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, Perú.

Ayvar, H. (2016). La autoestima y la asertividad en adolescentes de educación secundaria de un colegio estatal y particular de un sector del distrito de Santa Anita. *Unifé*, 24 (2), 193-203

Bereche, V. y Osoreo, D. (2015). *Nivel de autoestima en los estudiantes del quinto año de secundaria de la institución educativa privada “Juan Mejía Baca” de Chiclayo. Agosto, 2015*. (Tesis de licenciatura). Escuela de Psicología, Universidad Privada Juan Mejía Baca, Chiclayo, Perú.

Branden, N. (2011). *La psicología de la autoestima*. Barcelona: Editorial Paidós.

Chong, A. y Oyuki, M. (2015). *Clima Social Familiar y Asertividad en alumnos secundarios del distrito de la Esperanza, Trujillo*. (Tesis de licenciatura). Escuela de Psicología, Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, Perú.

Chumacero, D. (2015). *Personalidad y autoestima en agresores de violencia familiar que acuden a un centro hospitalario estatal de Chiclayo*. (Tesis de licenciatura). Escuela de Psicología, Universidad católica Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú.

Condori, G. y Calsin, R. (2014). *Relación de la conducta asertiva y el rendimiento académico en el área de matemáticas con estudiantes de 5° grado de secundaria de la institución educativa Carlos Fermín Fitzcarrald*. (Tesis de licenciatura). Departamento de Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Madre de Dios, Perú.

Domínguez, J. (2015). *Manual de metodología de la investigación científica (MIMI)*. (3era ed.). Chimbote: Imprenta Editora Gráfica Real S. A. C.

Fidias, A. (2012). *El proyecto de investigación*. (6ª ed.). Caracas: Editorial Episteme, C.A.

García, A. y Reyes, I. (2017). *Construcción y validación de una escala de asertividad en la relación paciente-médico*. *Acta de Investigación Psicológica*, vol. 7, núm. 3, pp. 2793-2801.

González, D. (2015). *Relación de la conducta asertiva con autoestima en estudiantes adolescentes de la institución educativa particular adventista amazonas, Iquitos, 2014*. (Tesis de maestría). Escuela de Ciencias de la Familia, Universidad Peruana Unión, Iquitos, Perú.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*, Sexta Edición. México: McGraw Hill.

Matos, M. (2014). *Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa estatal de Chimbote*. (Tesis de licenciatura). Escuela de Psicología. Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, Perú.

Palella, S. y Martins, F. (2012). *Metodología de la investigación cuantitativa*. (3ª ed.). Caracas: Editorial pedagógica de Venezuela.

Reyes, L. (2014). *Autoestima y síndrome de burnout en el personal de una empresa de autoservicio*. (Tesis de licenciatura). Escuela de Psicología, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú.

Sánchez, S. (2016). *Autoestima y conductas autodestructivas en adolescentes*. (Tesis de licenciatura). Facultad de Humanidades, Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala.

Vásquez, C. (2015). *Autoestima y rendimiento académico en estudiantes del 6º grado de primaria de instituciones educativas públicas de San Juan Bautista – 2013*. (Tesis de licenciatura). Escuela de educación primaria, Universidad Nacional de la Amazonia Peruana, Iquitos, Perú.

Velásquez, M., Hernández, J. y Martínez, A. (2012). Asertividad y consumo de drogas en estudiantes mexicanos. *Acta Colombiana de Psicología*, vol. 15, núm. 1, pp. 131-141.

Villagrán, W. (2014). *Bienestar psicológico y asertividad en el adolescente*. (Tesis de licenciatura). Facultad de Humanidades, Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala.

ANEXOS

ANEXO 1

PRUEBA DE AUTOESTIMA – 25

(César Ruíz, Lima, 2003)

Nombre _____ Apellidos _____ Edad _____

Instrucción:

Lea atentamente y marque con una X en la columna (Si/No) según corresponda. Sea sincero, trabaje con honestidad para que los resultados nos ayuden a conocerlo mejor.

PREGUNTAS DEL CUESTIONARIO	SI	NO
1. Me gustaría nacer de nuevo y ser diferente de como ahora soy		
2. Me resulta muy difícil hablar frente a un grupo		
3. Hay muchas cosas dentro de mí que cambiaría si pudiera hacerlo		
4. Tomar decisiones es algo fácil para mí		
5. Considero que soy una persona alegre y feliz		
6. En mi casa me molesto a cada rato		
7. Me resulta difícil acostumbrarme a algo nuevo		
8. Soy una persona popular entre la gente de mi edad		
9. Mi familia me exige mucho/ espera demasiado de mí		
10. En mi casa se respeta bastante mis sentimientos		
11. Con mucha facilidad hago lo que mis amigos me mandan hacer		
12. Muchas veces me tengo rabia/ cólera a mí mismo		
13. Pienso que mi vida es muy triste		
14. Los demás hacen caso y consideran mis ideas		
15. Tengo muy mala opinión de mí mismo		
16. Han habido muchas ocasiones en las que he deseado irme de mi casa		

17. Con frecuencia me siento cansado de todo lo que hago		
18. Pienso que soy una persona fea comparado con otros		
19. Si tengo algo que decir a otros, voy sin temor y se lo digo		
20. Pienso que en mi hogar me comprenden		
21. Siento que le caigo muy mal a las demás personas		
22. En mi casa me fastidian demasiado		
23. Cuando intento hacer algo, muy pronto me desanimo		
24. Siento que tengo más problemas que otras personas		
25. Creo que tengo más defectos que cualidades		

PUNTAJE:

NIVEL:

ANEXO 2

EMA

INSTRUCCIONES:

A continuación hay una lista de afirmaciones. Anote en la hoja de respuestas el número correspondiente al grado en que está de acuerdo o en desacuerdo con cada una de ellas. Hay 5 respuestas posibles:

1= Completamente en desacuerdo, 2= En desacuerdo, 3= Ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4=De acuerdo y 5= Completamente de acuerdo

Por favor conteste sinceramente. Gracias

1. Puedo reconocer públicamente que cometí un error.
2. No soy capaz de expresar abiertamente lo que realmente pienso.
3. Me cuesta trabajo expresar lo que pienso en presencia de otros.
4. Me es más fácil decirle a alguien que acepte su crítica a mi persona, por teléfono que personalmente.
5. Me es difícil expresar mis deseos.
6. Me es difícil expresar abiertamente mis sentimientos.
7. Puedo decirle a alguien directamente que actuó de manera injusta.
8. Cuando discuto con una persona acerca del lugar donde vamos a comer, yo expreso mi preferencia.

9. Me cuesta trabajo hacer nuevos (as) amigos (as).
10. No soy capaz de expresar abiertamente lo que deseo.
11. Puedo agradecer un halago hecho acerca de mi apariencia personal.
12. Si tengo alguna duda, pido que se me aclare.
13. Cuando conozco a una persona, usualmente tengo poco que decirle.
14. Solicito ayuda cuando la necesito.
15. Cuando me doy cuenta de que están cobrando de más, no digo nada.
16. Me es más fácil pedir que me devuelvan las cosas que he prestado, por teléfono que personalmente.
17. Me es fácil aceptar una crítica.
18. Me es más fácil pedir prestado algo, por teléfono que personalmente.
19. Puedo pedir favores.
20. Expresar con mayor facilidad mi desagrado por teléfono que personalmente.
21. Expreso amor y afecto a la gente que quiero.
22. Me molesta que me digan los errores que he cometido.
23. Puedo expresar mi amor más fácilmente por medio de una carta que personalmente.
24. Puedo decirle a las personas que actuaron injustamente, más fácilmente por teléfono que personalmente.

25. Prefiero decirle a alguien que deseo estar solo (a), por teléfono que personalmente.
26. Converso abiertamente con una persona las críticas hechas a mi conducta.
27. Puedo pedir que me enseñen como hacer algo que no sé cómo realizar.
28. Puedo expresar mi cariño con mayor facilidad por medio de tarjetas o cartas que personalmente.
29. Me es más fácil hacer un cumplido, por medio de una tarjeta o carta que personalmente.
30. Es difícil para mí alabar a otros.
31. Me es difícil iniciar una conversación.
32. Me es más fácil rehusarme ir a un lugar al que no deseo ir, por teléfono que personalmente.
33. Encuentro difícil admitir que estoy equivocado (a).
34. Me da vergüenza participar en las conversaciones por temor a la opinión de los demás.
35. Me es más fácil decir que no deseo ir a la fiesta, por teléfono que personalmente.
36. Puedo expresar mis sentimientos más fácilmente por teléfono que personalmente.
37. Puedo admitir que cometí un error, con mayor facilidad por teléfono que personalmente.
38. Acepto sin temor una crítica.

39. Me da vergüenza hablar frente a un grupo por temor a la crítica.
40. Prefiero decirle a alguien sobre lo que deseo en la vida por escrito que personalmente.
41. Me es difícil disculparme cuando tengo la culpa.
42. Me cuesta trabajo decirle a otros lo que me molesta.
43. Me da vergüenza preguntar cuando tengo dudas.
44. Me es más fácil expresar mi opinión por medio de una carta que personalmente.
45. Me es difícil empezar una relación con personas que acabo de conocer.

ANEXO 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____ de _____ años de edad, identificado (a) con DNI _____ acepto participar voluntariamente la investigación titulada “Autoestima y asertividad en estudiantes de una institución educativa – Trujillo, 2017.” de la alumna Astrid Jesús Obando Paz de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. He sido informado (a) que tendré que responder a dos cuestionarios, los cuales durarán un aproximado de 20 minutos.

Reconozco que la información que se recoja es anónima y confidencial, he sido informado de que puedo realizar preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y/o que puedo abandonar la investigación cuando yo lo requiera, sin realizar algún trámite o pago alguno.

Trujillo, _____, 2017

Firma del participante

Firma de la evaluadora

ANEXO 4

FINANCIAMIENTO

COMPONENTE	CATEGORIA	CANTIDAD	PRECIO
MATERIAL	Pruebas psicológicas	2	s/20.00
SERVICIOS	Fotocopias	300	s/30.00
	Movilidad		s/150.00
	Impresiones		s/30.00
	Estadística		s/300.00
TOTAL			s/530.00

ANEXO 5

DIAGRAMA DE GANT

N°	Actividad	Meses/ Semanas													
		MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO	
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2
1	Título del Proyecto de investigación														
2	Introducción del Proyecto de investigación														
3	Planteamiento del problema de investigación														
4	Objetivos de la investigación														
5	Justificación de la investigación														
6	Antecedentes de la investigación														
7	Bases teóricas de la investigación														
8	Hipótesis de la investigación														
9	Metodología de la investigación														

