



---

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**“NIVEL DE AUTOESTIMA EN LAS MUJERES DE 20 A 55  
AÑOS DE EDAD DEL DISTRITO EL TALLAN DE LA  
PROVINCIA DE PIURA, 2018”.**

**TESIS PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGIA**

**AUTORA:**

**BACHILLER MELCI TORRES HUAMÁN.**

**ASESOR:**

**Mgtr. SERGIO ENRIQUE VALLE RÍOS.**

**PIURA-PERÚ  
2018**

## JURADO EVALUADOR DE TESIS Y ASESOR

Mgr. Carmen Patricia Eras Vines

Presidente

Mgr. Susana Carolina Velásquez Temoche

Miembro

Mgr. Kelly Yanet Munárriz Ramos

Miembro

Mgr. Sergio Enrique Valle Ríos

Asesor

## **AGRADECIMIENTO**

A DIOS por todas las bendiciones que me brinda en todo momento y encaminar nuestro pensamiento de manera adecuada.

A mis PADRES Por sus invaluable oraciones, por ser un ejemplo de trabajo, perfeccionamiento y sobre todo calidad Humana, brindada en todo momento para llegar a concluir esta investigación, y el cariño que me dan cada día.

Al DOCENTE ASESOR por sus incondicionales consejos y conocimientos que me trasmite en todo momento.

## **DEDICATORIA**

A Dios por brindarme la vida y las fuerzas para salir adelante, por guiarme y darme sabiduría en las situaciones difíciles para así llegar a cumplir mis metas.

A mis padres por su apoyo, sacrificio y lucha constante, para que lograra escalar y conquistar este peldaño más en la vida.

## **RESUMEN**

La presente investigación se realizó con la finalidad de determinar el Nivel de Autoestima en las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el Tallan de la Provincia de Piura, 2018. El interés surgió porque se ha observado ciertos problemas de Autoestima en las mujeres del distrito mencionado, El estudio fue de tipo cuantitativo; La muestra estuvo conformada por 30 mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan. El tipo de muestreo fue no probabilístico por conveniencia donde se ha considerado criterios de inclusión y exclusión. Se utilizó el inventario de autoestima de Coopersmith, ya que considera a la autoestima como la parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos. Los datos fueron analizados mediante tablas estadísticas donde se aprecia que hay un Medio Alto de Autoestima en las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.

**Palabras Claves:** Autoestima.- Adultez.

## **ABSTRACT**

The present investigation was carried out with the purpose of determining the Level of Thirty one in the Women of 20 to 55 years of age of the District of Tallura of the Province of Piura, 2018. The interest arises because it has been observed certain problems of Self-esteem in the women of the mentioned district. The study was descriptive; The sample consisted of thirty women aged 20 to 55 years old from the El Tallan District. The type of sampling was non-probabilistic for convenience where inclusion and exclusion criteria were considered. We used Coopersmith's self-esteem inventory, as it regards self-esteem as the evaluative and evaluative part of ourselves. The data were analyzed using statistical tables showing that there is a High Level of Self-Esteem in Women aged 20 to 55 years of age in the El Tallan District of the Province of Piura, 2018.

**Key words:** self esteem- Adulthood

## INDICE DE CONTENIDO

JURADO EVALUADOR DE TESIS Y ASESOR.....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
DEDICATORIA .....	iv
RESUMEN .....	v
ABSTRACT.....	vi
INDICE DE CONTENIDO .....	vii
INDICE DE TABLAS .....	viii
ÍNDICE DE FIGURAS .....	ix
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. REVISION DE LA LITERATURA .....	6
III. HIPÓTESIS .....	62
IV. METODOLOGÍA.....	63
4.1. Diseño de la Investigación: .....	63
4.2. Población Y Muestra.....	63
4.3. Definición y operacionalización de la variable. ....	64
4.4. Técnicas e Instrumento .....	65
4.5. Plan de análisis.....	66
4.6. Matriz de consistencia.....	67
4.7. Principios éticos. ....	69
V. RESULTADOS .....	71
5.2. Análisis de los resultados .....	79
Contrastación de Hipótesis .....	82
VI. CONCLUSIONES .....	84
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS .....	85
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	86
ANEXOS .....	89

## INDICE DE TABLAS

Tabla I Niveles de Autoestima de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 .....	71
Tabla II Nivel de Autoestima de la Sub escala Si Mismo de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 .....	73
Tabla III Nivel de Autoestima en la Sub escala Social de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018.....	75
Tabla IV Nivel de Autoestima en la Sub escala Hogar de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.....	77



## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 01 Niveles de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018 .....	72
Figura 02 Nivel de Autoestima de la Sub escala Si Mismo de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018.....	74
Figura 03 Nivel de Autoestima en la Sub escala Social de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018.....	76
Figura 04 Nivel de Autoestima de la Sub escala Hogar de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018.....	78

## **I. INTRODUCCIÓN**

El siguiente trabajo tiene como objetivo identificar el nivel de Autoestima en las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el Tallan, aunque no existe una conceptualización única de autoestima se considera que es importante indicador de salud y bienestar. La Autoestima Global es la más estudiada en Psicología y se refiere a los sentimientos características de las personas respecto a las mismas. Las mujeres de hoy en día desempeñan roles distintos como aquellas que se dedican al hogar, como atender al esposo, se ocupan de la crianza y educación de sus hijos y por ello, aquella que trabaja fuera de casa, debe asumir múltiples labores como cumplir con las responsabilidades características de su trabajo, así como también atender en casa. Por esta razón que se requiere de estudios específicos para analizar el hecho de realizar diferentes situaciones que pueden favorecer o desfavorecer el estado emocional de las mujeres; por ello el propósito de esta investigación despierta el interés de tratar de conocer los diferentes niveles de Autoestima que tienen las mujeres de dicho Distrito.

Por ello en los resultados obtenidos demuestran que las mujeres presentan un nivel alto de autoestima, de forma general; indicando que las mujeres son personas con tendencia a conseguir el éxito en el área que se desempeñe. Destacan dinamismo de los grupos sociales.

Esta investigación será beneficiosa, porque permite analizar y comprender los diferentes niveles de Autoestima que presentan las mujeres del Distrito el Tallan.

La presente investigación se titula: nivel de Autoestima en las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el Tallan de la Provincia de Piura, 2018.

Las mujeres Madres de las edades de 20 a 55 años de edad, presentan diferentes estados de ánimo, debido a diferentes situaciones que viven a diario, por ello contribuir al desarrollo de la autoestima de las mujeres es una pauta de las acciones de género en todo el mundo. Logarlo es, de hecho, un avance y tiene un sentido general ligado a la acción emancipadora y libertaria de las mujeres.

La autoestima es un fenómeno psicológico y social, una actitud favorable o desfavorable que el individuo tiene hacia sí mismo, conformada por una acumulación de opiniones y sentimientos. Así como la persona con autoestima elevada expresa el sentimiento de que uno es lo suficientemente bueno y capaz.

La autoestima implica la insatisfacción, el rechazo y el desprecio a sí mismo. La autoestima alta es el estado en que nos sentimos amados, valiosos y competentes. Con baja autoestima podemos vernos a nosotros mismos como inútiles, angustiados y con miedo. Esas sensaciones pueden llevar a aislar de la realidad o manifestar síntomas depresivos muy graves, como consecuencia de factores de familia y sociedad muy negativas.

Las mujeres separadas y madres solteras en general sienten que la separación de sus esposos o novios es el fin del mundo y de manera especial cuando no fue voluntariamente. Es probable que sometán a los sentimientos de rechazo, no aprecio, y exclusión. Las mujeres separadas, las madres solteras, no llegan a una

felicidad plena porque siguen deseando a sus parejas que no viven con ellas o no logran enamorarse de nuevo por causa de los hijos y de la familia.

Debido a la situación problemática descrita anteriormente, se planteó la siguiente pregunta:

¿Cuál es el nivel de Autoestima en las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el Tallan de la Provincia de Piura, 2018?. Para dar respuesta a la interrogante se plantearon los siguientes objetivos:

- Describir los niveles de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.
- Describir el nivel de la Sub - Escala Si Mismo de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.
- Describir el nivel de la Sub - Escala Social de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.
- Describir el nivel de la Sub - Escala Hogar de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.

La presente investigación surge en conocer el Nivel de Autoestima en las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el Tallan de la Provincia de Piura, 2018". Esta inclinación surgió por la mujer madre y su Autoestima como tema a consecuencia del trabajo realizado anteriormente con las mujeres separadas, divorciadas, madres solteras y con matrimonio. Del distrito el Tallan, a través de

muchas anécdotas de vida contadas por ellas mismas , las cuales siempre han destacado la exigencia de un espacio que contribuya a aumentar su autoconocimiento, auto-valía, rescatar sus potencialidades, reencontrar y aprende mejores formas de vivir y relacionarse.

Las mujeres con objetivos claros y definidos pueden realizar sus metas y pueden lograr a vivir más plenamente; está claro en la afirmación de Branden (1988), que la autoestima es un sentimiento de capacidad y de valor personal. Así pues de acuerdo a los resultados servirá de suma importancia para beneficiar con programas efectivos de intervención en lo que concierne a la Autoestima.

Por ello se realiza también el presente proyecto de estudio para que las autoridades tomen medidas de prevención de posibles consecuencias psicológicas en las mujeres madres del distrito el Tallan, además permitirá establecer antecedentes para futuras investigaciones.

Esta investigación empleó una metodología de tipo cuantitativo, con un nivel descriptivo, con un diseño no experimental transeccional. Teniendo como resultado general que el 48% de las mujeres de 20 a 55 años de edad del distrito el tallan de la provincia de Piura, 2018” se ubican en un nivel Medio Bajo de Autoestima.

Para esta investigación se ha estructurado en capítulos. En el primer capítulo contiene la introducción: se expone el planteamiento del problema, el enunciado del problema, justificación de la investigación, objetivo general y los objetivos específicos.

En el segundo capítulo se considera la Revisión de literatura: se presentan los antecedentes, las bases teóricas y las hipótesis.

En el tercer capítulo se mencionan las hipótesis.

En el cuarto capítulo se evidencia la Metodología: Se describe el Diseño de la Investigación, así como también la Población y Muestra, Definición y operacionalización de la variable, además del Instrumento de medición.

En el quinto capítulo tenemos los Resultados: que contiene la presentación de los resultados que se obtuvieron de la aplicación de los instrumentos, así como también se contrastan los resultados.

En el sexto y último capítulo se consideran las Conclusiones.

Concluyendo con Aspectos complementarios, referencias y anexos.

## **II. REVISION DE LA LITERATURA**

### **2.1. Antecedentes**

#### **2.1.1. Antecedentes Internacionales**

Garay J. (2013), llevo a cabo una investigación en la ciudad de México sobre “Niveles de depresión, Autoestima y estrés en mujeres que tienen un trabajo remunerado y mujeres que tienen un trabajo no remunerado” esta investigación tiene como objetivo fue Niveles de depresión, Autoestima y estrés en mujeres que tienen un trabajo remunerado y mujeres

Lo cual obtuvo como resultados que el 55% de las mujeres que constituyen la muestra se deprimen, pero solo 26% con niveles de moderada a severa. Llego a su conclusión

Que al realizar el análisis factorial con el instrumento de Autoestima se observó que el factor más importante es el de rebeldía en las mujeres de la muestra, mientras que el autor encontró como primer factor social expresivo.

Días M. (2013), Para obtener el título de licenciada en psicología investigo a cerca del “Autoestima y Autoeficacia durante el proceso de jubilación en los Hombres” lo cual tuvo como describir el Autoestima y Autoeficacia durante el proceso de jubilación en los Hombres. Es por ello que se llegó a los siguientes resultados a medida que la percepción de autoeficacia disminuye, así lo hace también la autoestima, lo cual denota una

correlación entre estas dos variables. A pesar de que las variaciones no sean tan marcadas, existe una tendencia, la cual se explica por el hecho de que las personas, durante el proceso de jubilación, pueden experimentar momentos de desequilibrio, al ver disminuidos sus ingresos, al perder los ambientes sociales en que funcionaban, al percibir la disminución de funciones y roles sociales, al tener que reestructurar su tiempo. Y concluyo que se ven afectadas las variables autoestima y autoeficacia durante el proceso de jubilación.

Matud P. (2013), realizo una investigación para optar el título de licenciada en psicología en la universidad de la alguna en España *sobre “Autoestima en la mujer: un análisis de sus relevancia en la salud”*. Lo cual tuvo como resultados el factor de valoración negativa de sí misma correlacionada de forma significativa y positiva en todas las variables las citadas, si bien la magnitud de los coeficientes es mayor cuando se correlaciona con los síntomas de salud mental que con la salud física. Lo que tuvo como conclusión confirmando la relevancia de la autoestima en la salud.

#### **5.1.1. Antecedentes Nacionales**

Ruiz, S (2017) Autoestima en mujeres maltratadas del A.H 25 de mayo, Chimbote, el presente estudio es de tipo cuantitativo, siendo el nivel de la investigación descriptivo, de corte transversal- no experimental cuyo objetivo fue describir el autoestima en mujeres maltratadas de la población antes mencionada, utilizando como instrumento la Escala de Autoestima de Rosemberg (1965) en donde se acoplo un cuestionario. El resultado del



estudio fue que la mayoría de mujeres del asentamiento 25 de mayo se ubican en un nivel bajo seguidas por el nivel en tendencia baja, seguida por el nivel medio.

Chores, M (2015) Nivel de Autoestima en mujeres maltratadas 20-40 años de edad de la Villa de Uña de gato del distrito de Papayal-Tumbes, 2015, este estudio tiene como objetivo general determinar el nivel de autoestima de la población antes mencionada, trabajándose una metodología de tipo descriptivo simple con un nivel cuantitativo, no experimental de corte transversal, su población- muestra fueron 132 mujeres maltratadas, utilizándose la escala de Autoestima de Rosemberg- modificada, concluyendo como resultado que el 38,64 % de las mujeres maltratadas se ubican en un nivel elevado de Autoestima; 31, 06% se ubican en un nivel medio; 30,30% se ubican en un nivel bajo.

Castañeda K, (2013), para optar el título de licenciado en psicología realizo una investigación sobre “Autoestima, claridad de autoconcepto y Salud Mental en adolescentes de Lima Metropolitana”. Tuvo como objetivo principal determinar el Autoestima, claridad de autoconcepto y Salud Mental en adolescentes de Lima Metropolitana. Y llego a los resultados obtenidos entre las variables estudiadas (autoestima y claridad de autoconcepto) y los síndromes psicopatológicos. En este sentido, nuevamente se pondrían en relieve diferencias de sexo en los adolescentes. En primer lugar, respecto a problemas de internalización, observamos que

el componente estructural del sí mismo (claridad de autoconcepto) sería una variable clave para los hombres, mientras que la valencia afectiva (autoestima) parecería ser más relevante para las mujeres.

### **2.1.2. Antecedentes Local o Regional**

Tineo D. (2015) para optar el Título de Licenciado en Psicología en la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote “Clima Social Familiar y Autoestima y del personal Administrativo de la Municipalidad de Villa Vicús-Chulucanas”. el objetivo de la investigación fue Determinar la relación entre Clima Social Familiar y la autoestima del personal administrativo de la municipalidad de Villa Vicús-Chulucanas” Los resultados obtenidos se **obtiene que** no existe relación significativa entre el Clima Social Familiar y La Autoestima del personal administrativo de la municipalidad de Villa Vicús – Chulucanas – Piura 2013. Lo que se puede concluir que las variables correlacionales no son dependientes entre sí.

Villegas, M. (2015) realizó una investigación con el propósito de Identificar el nivel de autoestima en los padres y madres de familia de la I.E 14128 alto de la cruz, del caserío alto de la cruz, La Arena - Piura 2015. Este estudio es de tipo cuantitativo y nivel descriptivo cuya población fueron los padres y madres de familia del caserío alto de la Cruz, la muestra poblacional son los Adultos padres y madres de familia que integran la familia educativa de la I.E 14128 alto de la cruz, entre las

edades de 18 a 60 años, Utilizando como instrumento la Escala de autoestima de Coopersmith Adultos. El resultado de la investigación nos muestra que los padres y madres de familia presentan una autoestima medio alto; En la sub escala si mismo con un 47% presentan un nivel medio alto, en la sub escala social con un 59% presentan un nivel medio bajo y en la sub escala hogar con un 63% presentan un nivel medio alto. En conclusión, el nivel de autoestima de los padres y madres de familia de la I.E 14128 Alto de la Cruz- La Arena / Piura 2015, es un nivel medio alto, que nos indica que los padres y madres de familia en su mayoría son personas optimistas pero que en su interior sienten inseguridad de su valía personal, según las generalidades de nuestro instrumento.

Paz, D. (2015) en su investigación con la finalidad de determinar la relación del Clima Social Familiar y la Autoestima en los Estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología del Primer ciclo de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote filial Piura, 2015. La cual contó con una población de 601 estudiantes, el total de estudiantes matriculados, siendo muestra los estudiantes del primer ciclo, siendo 70 de ellos, elegidos a través del criterio no probabilístico por conveniencia, de inclusión y exclusión, el diseño fue Cuantitativo, No experimental de corte transeccional. Para correlacionar los datos se aplicó: la Escala de Clima Social Familiar de R.H Moos y el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Entre sus resultados se encontró que el clima social familiar y Autoestima no tienen una correlación significativa. Analizando dichos

datos, se evidenció que la dimensión de Relaciones del clima social familiar y Autoestima, tiene relación significativa al igual que la escala de autoestima Social y Clima Social Familiar.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Autoestima**

#### **2.2.1.1. Definiciones**

Coopersmith (1996, citado por Chorres Aponte, M, 2017, pp. 22-23) sostiene que la autoestima es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a su mismo. Esta autoestima se expresa a través de una actitud de aprobación y desaprobación que refleja el grado en el cual el individuo cree en sí mismo para ser capaz, productivo, importante y digno. Por tanto, la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo. agrega el mismo autor .que la autoestima resulta de una experiencia subjetiva que el individuo transmite a otros a través de reportes verbales y otras conductas expresadas en forma evidente que reflejan la extensión en la cual el individuo se cree valioso ,significativo , exitoso y valioso , por la cual implica un juicio personal de su valía.

Branden (1994, citado por Constantino, J & Escurra, M, 2006) la define como la experiencia fundamental de que

podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. En otras palabras, la autoestima es la confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida, por un lado; y la confianza de nuestro derecho a triunfar y a ser felices, por el otro.

Alcántara J. (1993, citado por Chavez Purizaca, Y, 2017, p.15) define a la Autoestima como una actitud básica hacia uno mismo, es la forma habitual de pensar, amar y comportarse consigo. Es la disposición formalmente según la cual nos enfrentamos con nosotros mismos, sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias refiriéndoles a nuestro "yo personal".

Well (1976, citado por Valera Mariños, A, 2014a, p. 28) define la autoestima en términos de actitudes reflexivas, diciendo que es un proceso en el cual la persona percibe características de sí misma y reacciona hacia estas emocional y conductualmente.

Satir (2001, citado por Valera Mariños, A, 2014b, p. 28) “La autoestima es una declaración de la propia dignidad, un reencuentro y un abrazo interno para la persona que busca afirmar su identidad”.

Martin (2003, citado por Valera Mariños, A, 2014c, p. 28) define “La autoestima como un concepto, una actitud, un sentimiento, una imagen y está representada por la conducta. Es la capacidad que tenemos con dignidad, amor y realidad”.

### **2.2.1.2. Aspectos Fundamentales del Autoestima**

Tineo García, M, 2015, pp. (28-29)

Sentido de eficacia personal o autoeficacia: Es la confianza en el funcionamiento de la mente, en la capacidad de pensar, en los procesos por los cuales se juzga, se elige, y se decide.

Confianza en la capacidad de comprender los hechos de la realidad que entran en el campo de los intereses y necesidades, y en el sentirse capaz de conocerse a sí mismo.

En definitiva, es la predisposición a experimentarse competente para afrontar los retos de la vida; en consecuencia, confianza en la propia mente y en sus procesos.

Sentido de mérito personal o autodignidad: Es la seguridad del valor propio, una actitud afirmativa hacia el derecho de vivir y de ser feliz. Citado por Tineo García, M, 2015, pp. (28-29)

Comodidad al expresar apropiadamente los pensamientos, deseos y necesidades; sentir que la alegría es el derecho natural.

Por tanto, es la tendencia a sentirse digno de éxito y felicidad; en consecuencia, la percepción de uno mismo, como una persona para quién el logro, el éxito, el respeto, la amistad y el amor son apropiados. Citado por Tineo García, M, 2015, pp. (28-29)

Autoeficacia y autodignidad son las características fundamentales de la autoestima, la falta de cualquiera de ellas la deteriora. Consecuencia, la percepción de uno mismo, como una persona para quién el logro, el éxito, el respeto, la amistad y el amor son apropiados.

Autoeficacia y autodignidad son las características fundamentales de la autoestima, la falta de cualquiera de ellas la deteriora. Tineo García, M, 2015, pp. (28-29)

### **2.2.1.3. Desarrollo del Autoestima**

Cabe considerar el desarrollo de la autoestima como un proceso que se lleva a cabo mediante una serie de fases que permiten su desarrollo, según Coopersmith (1990, citado en D. Tineo García, 2015a, pp. 29-31) estos son:

- El grado de trato respetuoso, de aceptación e interés que el individuo recibe de las personas significativas de su vida. citado en D. Tineo García, 2015a, pp. 29-31)

➤ La historia de éxito, el status y la posición que el individuo tiene en el mundo. citado en D. Tineo García, 2015a, pp. 29-31)

➤ Los valores y las aspiraciones por los cuáles estos últimos pueden ser modificados e interpretados. citado en D. Tineo García, 2015a, pp. 29-31)

La manera singular y personal de responder a los factores que disminuyen la autoestima, ya sea que el individuo minimice, distorsione o suprima las percepciones de las fallas propias y las de los demás. citado en D. Tineo García, 2015a, pp. 29-31)

#### **2.2.1.4. Pilares del Autoestima**

Coopersmith (1990, citado en D. Tineo García, 2015b, pp. 29-31)

Nathaniel Branden define los siguientes:

➤ La práctica de vivir conscientemente: Es respetar la realidad sin evadirse, no negarla, estar presente en lo que hacemos mientras lo hacemos. “Donde está mi cuerpo, está mi mente”. Ser consciente del mundo interno como el externo. citado en D. Tineo García, 2015b, pp. 29-31)

➤ La práctica de aceptarse a sí mismo: No negar ni rechazar nuestros pensamientos, sentimientos y acciones, no podemos superar los sentimientos indeseables si no



aceptamos que los tenemos. citado en D. Tineo García, 2015b, pp. 29-31)

➤ Cuando hay autoaceptación, no hay enfrentamientos con nosotros mismos, no me convierto en mi propio enemigo.

➤ La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo: citado en D. Tineo García, 2015b, pp. 29-31)

➤ Hay que reconocer que somos los autores de: Nuestras decisiones y nuestras acciones. La realización de nuestros deseos. citado en D. Tineo García, 2015b, pp. 29-31)

#### **2.2.1.5. Tipos del Autoestima**

Bonet (1994, citado en Tineo García, 2015c, p.39)

La autoestima tiene dos connotaciones diferentes; una es la alta autoestima, que implica que el individuo piensa que él es “muy bueno”; otra muy diferente, es la baja autoestima que se relaciona con el hecho de que la persona cree no ser “lo suficientemente bueno”.

- La Alta Autoestima: Expresa el sentimiento de que uno es “lo suficientemente bueno”. El individuo siente que es una persona digna de la estima de los demás; se respeta por lo que es, pero no se teme ni espera que otros le teman; no se considera necesariamente superior a los otros, esto

implica que el sujeto sabe cómo reconocer sus limitaciones y espera madurar y mejorar sus deficiencias.

La clave para alcanzar una autoestima elevada es la disposición para asumir la responsabilidad de los sentimientos, deseos, pensamientos, aptitudes e intereses propios a aceptar los atributos personales en generales y actuar en consecuencia.

- La Baja Autoestima, en cambio, en algunos trabajadores; implica la insatisfacción, el rechazo, el desprecio de sí mismo el individuo carece de respeto por el sí mismo que observa, el autorretrato es desagradable y se desearía que sea distinto. Aquí, el sujeto se define como inútil y poco apreciado por los demás y puede reaccionar con actitud defensiva de ataque a aquellas personas y situaciones que percibe como agresoras.

Obviamente que esta diferenciación parte de la propia percepción y evaluación que el sujeto hace de sí mismo y de otras personas, conforme su actitud.

Por medio de la autoestima, dice Bonet (1994, citado en Tineo García, 2015d, p.39), el ser humano se percibe a nivel sensorial, piensa sobre sí mismo y sobre su comportamiento, se evalúa y los evalúa, siente, en consecuencia, emociones relacionadas consigo mismo.

### 2.2.1.6. Componentes del Autoestima

La autoestima supone la adopción de una actitud hacia uno mismo y presenta tres componentes básicos:

- a. Componente cognitivo: las ideas, las opiniones, las creencias, la percepción y el procesamiento de la información.
- b. Componente afectivo: admiración de la propia valía personal.
- c. Componente conductual: intención de actuar, llevar a la práctica un comportamiento consecuente.

Así mismo Coopersmith (citado en Tineo García, 2015e, p.39) concluyó que las personas basaban la imagen de sí mismo en cuatro criterios:

- Significación: El grado en que se sienten que son amados y aceptados por aquellos que son importantes para ellos
- Competencia: Capacidad para desempeñar tareas que consideran importantes
- Virtud: Consecución de niveles morales y éticos
- Poder: Grado en que pueden influir en su vida y en la de los demás.

### **2.2.1.7. Características de la autoestima Coopersmith**

Coopersmith es uno de los investigadores más citados y representantes del tema de autoestima, él comenzó en 1959 un estudio sobre la autoestima y en 1967 publicó una escala de medición de autoestima para niños de 5to y 6to grado; que es ampliamente utilizada.

La cual brinda información acerca de las características de la autoestima en 4 sub escalas:

- Yo General
- Academia escolar
- Coetáneos del yo social
- Hogar Padre

Así mismo estas características de la autoestima se ven en la evaluación de 4 áreas ya que el inventario está referido a la percepción del estudiante en estas cuatro áreas:

- autoestima general
- Autoestima social
- hogar y padres
- escolar académica
- escala de mentira

Autoestima General: Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas.

Autoestima Social: Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas en relación con sus pares.

Autoestima Hogar y Padres: Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en relación con sus familiares directos.

Autoestima Escolar Académica: Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en la relación con sus condiscípulos y profesores

La evaluación de Coopersmith (1959) de los padres con hijos de alta autoestima, sugiere la importancia de tres condiciones generales en el hogar. Primero, los padres comunican en forma clara su aceptación del niño y el niño percibe que ellos pertenecen a la familia, que son miembros valiosos; segundos, los padres comunican límites bien definidos y alta expectativa para su ejecución. El niño reconoce las expectativas de sus padres sobre su comportamiento y perciben seguridad de sus padres en sus habilidades; y tercero, los padres respetan la individualidad del niño, permitiéndole ser diferentes y únicos sin imponerles límites generales establecidos. Contrarios a otros escritores, Coopersmith encuentra que la alta autoestima y la creatividad son más probables que provengan de

ambientes abiertos. El sugiere que una demanda apropiada para alcanzar mayor competencia crea capacidad improvisada, que el niño reconocerá a su propio crecimiento y que tomarán un sentido más fuerte de competencia y valor en sus logros. El afán de competencia y el nivel de autoestima de los padres son también factores importantes. El niño observa la seguridad de sus progenitores, su aproximación frente a situaciones que implican desafío y su método para tratar con dificultades o disgustos. El niño puede observarlos evaluar tanto sus puntos positivos como sus deficiencias, cuando se enfrenta a las críticas. Las expectativas positivas del niño son más probables de ser ejecutadas si es que ha observado a sus padres modelar esos atributos.

Coopersmith describe otros atributos que destacan en niños con positiva o negativa autoestima, en ocasiones el encontró que la popularidad no está relacionada con la autoestima; esto es, mientras que la popularidad predice la habilidad de las personas para presentarse ellos mismos como seguros, equilibrados y las actitudes favorables acerca de él ya no son afectadas fuertemente.

Para Bonet (1997, citado en Tineo García, M, 2015e, p. 41-42), la persona que se estima lo suficiente posee en mayor o menor grado las siguientes características:

1. El Aprecio genuino de uno mismo como persona, independientemente de lo que pueda hacer o poseer, de tal manera que se considera igual-aunque diferente- a cualquier otra persona. citado en Tineo García, M, 2015e, p. 41-42)

2. Aceptación tolerante y esperanzada de sus limitaciones, debilidades, errores, fracasos. Se reconoce un ser humano falible, como todos los demás y no le acongoja demasiado el hecho de fallar con mayor o menor frecuencia. citado en Tineo García, M, 2015e, p. 41-42)

Afecto, una actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia sí misma, de tal suerte que la persona sienta en paz y no en guerra con sus pensamientos y sentimientos (aunque no le agraden), con su imaginación y con su cuerpo (con todas sus arrugas y verrugas).

3. Atención y cuidado fraternal de sus necesidades reales, tanto como físicas como psíquicas, intelectuales como espirituales. citado en Tineo García, M, 2015e, p. 41-42)

La segunda característica de la autoestima propuesta por Coopersmith (1996, citado en Tineo García, 2015f, p. 42) 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.

Coopersmith (citado en Tineo García, 2015g, p. 42) agrega que otra característica de la autoestima es que no es requisito indispensable que el individuo tenga conciencia de sus actitudes hacia sí mismo, pues igualmente las expresará a través de su voz, postura o gestos, y al sugerirle que aporte información sobre sí mismo, tenderá a evaluarse considerando las apreciaciones que tiene elaboradas sobre su persona Rodas & Sánchez (2006, citado en Tineo García, M., 2015, p. 42)

#### **2.2.1.8. Importancia de la Autoestima**

Al analizar la autoestima y su importancia para el individuo McKay y Fanning (1999, citado en Chorres Aponte, I, 2017, p.25) exponen que el autoconcepto y la autoestima juegan un importante papel en la vida de las personas. Tener un autoconcepto y autoestima positivos es de la mayor importancia de la vida personal, profesional y social.

El autoconcepto favorece el sentido de la propia identidad, constituye un marco de referencia desde el que interpreta la realidad externa y las propias experiencias, influye en el rendimiento, condiciona las expectativas y la motivación contribuye a la salud y equilibrios psíquicos (...).



### **2.2.1.9. Dimensiones del Autoestima**

Coopersmith (1996, citado en Rodas y Sánchez, 2006) señala que los individuos presentan diversas formas y niveles perceptivos, así como diferencias en cuanto al patrón de acercamiento y de respuesta a los estímulos ambientales. Por ello, la autoestima presenta áreas dimensionales que caracterizan su amplitud y radio de acción.

Smelser (1989, citado en Rodas y Sánchez, 2006) citados componentes de la autoestima que son los siguientes:

a) Dimensión Afectiva:

Es la capacidad de sentir, expresión de sus sentimientos, sensaciones, temores y de establecer vínculos afectivos reconocidos como valiosos entre amigos, familiares. Lo que refuerza el afronte a situaciones. citado en Rodas y Sánchez, 2006

b) Dimensión Física:

Es la valoración que hace el niño de todo lo que tiene que ver con su físico. Incluye también, en los niños, el sentirse fuerte y capaz de defenderse; y en las niñas, al sentirse armoniosa y coordinada. citado en Rodas y Sánchez, 2006

c) Dimensión Social:

Consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones sociales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo. citado en Rodas y Sánchez, 2006

d) Dimensión Académica:

Consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con su desempeño en el ámbito escolar, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo. citado en Rodas y Sánchez, 2006

e) Dimensión Ética:

Se relaciona con el hecho de sentirse una persona buena y confiable o, por el contrario, malo o poco confiable. También incluye atributos como sentirse responsable o irresponsable, trabajador o flojo.

Coopersmith (citado en Rodas y Sánchez, 2006) afirma si el bienestar e idea de sí mismo está expuesto a

cambios y alteraciones, parece ser relativamente resistente a tales cambios. Al establecerse, da un sentido de continuidad personal. Así las experiencias que parecen estar asociadas al desarrollo de actitudes positivas o negativas hacia el sí mismo son las categorías de: éxitos, valores y aspiraciones y defensas que pensamos detallar.

#### **2.2.1.10. Clasificación de la Autoestima**

Seligman (1972) la autoestima se clasifica en:

**Autoestima Baja:** Las personas con poca autoestima carecen de confianza sobre sus propios actos considerando como un fracaso cualquier pequeño tropiezo que tengan. Al sentirse de esta manera están creándose un efecto de derrota que no les ayudará a conseguir sus metas. Por otro lado, son inconformistas puesto que siempre desean conseguir una perfección en todos sus trabajos debido a esa situación de relativa derrota en la que se ven sumidos. Quizás por ello, el éxito en cualquier tarea les complace de tal forma que les puede ayudar a olvidar los posibles errores cometidos en el pasado.

**Autoestima Media:** Este tipo de personas tienen una buena confianza en sí mismas, pero en ocasiones esta puede llegar a ceder. Son personas que intentan mantenerse fuertes con

respecto a los demás aunque en su interior están sufriendo. Aquellos que posean esta 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 diga directamente servirá para que su confianza caiga un poco. Estas personas pueden controlarse con un poco de racionalidad a la hora de enfrentarse a retos, sobretodo restos profesionales.

Autoestima Alta: Las personas de gran autoestima vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor; siente que es importante, tiene confianza en su propia competencia, tiene fe en sus propias decisiones y que la misma significa su mejor recurso. Al apreciar debidamente su propio valor está dispuesto a aquilatar y respetar el valor de los demás, por ello solicita ayuda, irradia confianza y esperanza y se acepta totalmente asimismo como ser humano. Ello no significa un estado de éxito total y constante, sino que a pesar de reconocer las propias limitaciones y debilidades, la persona siente orgullo sano de sus por sus habilidades y capacidades.

### **2.2.1.11.Importancia de la autoestima**

El nivel de la autoestima tiene profundas consecuencias en cada aspecto de nuestra existencia: en el ámbito personal, familiar, escolar y social.

Existen correlaciones positivas entre la autoestima favorable y otros rasgos que están relacionados directamente con la capacidad para conseguir lo que nos proponemos: metas ideales, objetivos, etc.

Una autoestima saludable, como sostiene Branden (1994) se relaciona con la racionalidad, el realismo, con la creatividad, la independencia, la flexibilidad y la capacidad para aceptar los cambios, con el deseo de admitir los errores y la disposición a cooperar. Mientras que una autoestima baja se correlaciona con la irracionalidad y la ceguera ante la realidad, con la rigidez, el miedo a lo nuevo, con la conformidad, con la sumisión o el comportamiento reprimido y la hostilidad a los demás: todas estas características tienen implicancias para la realización personal y la adaptación social. Cuanto más sólida es la autoestima, mejor preparado está el sujeto para hacer frente a los problemas que se presentan a nivel personal, familiar o laboral. Cuanto mayor sea el nivel de autoestima, la forma de comunicación será más

abierta, honrada y apropiada porque creemos que nuestros pensamientos tienen valor al igual que los ajenos. Del mismo modo, nos inclinaremos a tratar a los demás con respeto, buena voluntad y justicia, y que no tendremos a considerarlos amenaza, pues el respeto a uno mismo es el fundamento del respeto a los demás.

Alcántara (1988) señala también implicancias significativas de la autoestima como núcleo de la personalidad. En este sentido la autoestima:

- a.** Condiciona el aprendizaje, pues la baja autoestima genera impotencia y frustración en los estudios. Las bajas calificaciones pueden reforzar sentimientos de incapacidad propia frente a su rendimiento. Por el contrario, cuando se promueven actividades que favorecen una alta autoestima, el rendimiento escolar mejora notoriamente y se abordan los nuevos aprendizajes con confianza y entusiasmo.
- b.** Ayuda a superar las dificultades personales, así los fracasos y conflictos no serán experiencias paralizantes, pues primarán sobre estos la estima personal y la seguridad en las propias capacidades.
- c.** Fundamenta la responsabilidad, pues quienes se valoran positivamente se comprometen con mayor facilidad y

desarrollan un sentido amplio de responsabilidad en las actividades que realizan.

**d.** Apoya la creatividad, pues la fluidez, originalidad de ideas e incentivos se consiguen con una adecuada autovaloración.

**e.** Determina la autonomía personal, ya que la consolidación de una autoimagen positiva, permite la formación de personas autónomas, independientes y seguras.

**f.** Permite relaciones sociales saludables, abiertas y asertivas.

**g.** Garantiza la proyección futura de la persona, pues en la medida que nos valoramos crecen las expectativas por nuestro desempeño sea escolar, laboral, social, etc. Aspirando a metas superiores.

#### **2.2.1.12. Desarrollo de la Autoestima**

Reasonar (1982, citado en Ferreira A. 2003, p. 104) sostiene en sus trabajos realizados que existen cinco actitudes básicas para el desarrollo de la autoestima, donde los padres juegan un rol predominante, dependiendo por supuesto, de cómo se presenten las cosas al niño delinearán, si asume o no, estas actitudes, las cuales son:

a.- Sentido de seguridad

Viene a ser el primer paso para el desarrollo de la autoestima. Aquí el niño debe crecer en un medio confiable, son los padres los indicados para proporcionar este medio, ya que son los que establecen los primeros y más significativos contactos con el niño. Estos deben conocerlo y actuar sobre la base de una relación personal viva, proporcionándole una estabilidad, brindándole confianza, sin imponer su voluntad, sino por el contrario dándoles pautas para que el adolescente pueda salir adelante.

b.- Sentido de identidad o de auto-concepto

El cual se puede lograr y/o alcanzar si se facilita un positivo intercambio de actitudes, apoyando a los niños, aceptando y confiando en sus actos, así como también demostrando amor, enseñándoles a que confíen en ellos mismos.

c.- Sentido de pertenencia

Para todo ser humano es importante el sentirse aceptado, pero en el caso de los adolescente estos se presentan de manera más intensa, manifestándose de diversos modos; ya sea en su comportamiento o en la manera de vestirse, caminar, expresarse, etc.



Estos necesitan sentirse único, aunque sin embargo, en ocasiones necesitan también sentirse iguales al resto.

d.- Sentimiento de determinación

El saber ponerse y/o fijarse metas, favorece a que desarrollemos un elevado sentido de determinación, lo cual orientará nuestras vidas, sirviendo de base tanto para el éxito como para la realización.

En lo que respecta a los adolescentes son los padres y/o los maestros los que gran cantidad de veces deben expresar como normas de comportamiento, niveles de rendimiento o rasgos característicos de la personalidad.

e.- Sentido de competencia personal

Es el lograr éxitos, vencer los obstáculos que se nos presentan, teniendo una meta por delante, desarrollándonos con una serie de experiencias de éxitos, es decir percibir ser capaces de sobrellevar cualquier interferencia a lo largo de nuestras vidas.

**2.2.1.13. Inventario del Autoestima**

Áreas que Explora:

El inventario está dividido en 4 subtests más un sub test de mentira, ellos son:

- Sub test L (Mentira): Indica falta de consistencia en los resultados por lo que el inventario queda invalidado. Tineo García, M, 2015, p. 47)
- Sub test Si Mismo: Los puntajes altos indican valoración de sí mismo y altos niveles de aspiración, estabilidad, confianza, adecuadas habilidades sociales y atributos personales. Tineo García, M, 2015, p. 47)
- Sub test Social Pares: Una puntuación alta indica que el sujeto posee mayores dotes y habilidades en las relaciones con amigos y colaboradores, así como con extraños. La aceptación social y de sí mismos están muy combinados. Tineo García, M, 2015, p. 47)
- Sub test Hogar Padres: Un nivel alto revela buenas cualidades y habilidades en las relaciones íntimas con la familia, se siente respetado, tiene independencia y una concepción moral propia. Tineo García, M, 2015, p. 47)
- Sub test universidad: Los niveles altos indican que el individuo afronta adecuadamente las principales tareas académicas, posee buena capacidad para aprender. Trabaja a satisfacción tanto a nivel individual como grupal. Tineo García, M, 2015, p. 47)

#### **2.2.1.14. Factores laborales que deterioran el Autoestima**

La autoestima es ante todo un valor frágil, sobre el que pueden incidir negativamente un gran número de factores, entre ellos, los presentes en el lugar de trabajo. Estos factores de riesgo laboral son muy variados y pueden venir dados por:

- Las características del puesto de trabajo.
- La organización del trabajo

Así pues, se entiende que la autoestima es la fe en uno mismo o en sus habilidades, teniendo en cuenta la calidad de estar seguro para tener éxito o llegar a un objetivo.

Por tal motivo cabe distinguirla la autoestima del término más general de auto-concepto, ya que los dos términos se utilizan a menudo indistintamente.

#### **2.2.1.15. Satisfacción laboral y causas de Autoestima baja**

Bienestar psicológico: Autoestima y Satisfacción laboral

León García (2010, Tineo García, D, 2015, p. 63), el empleado se convierte en una pieza fundamental dentro de la organización, pues de él depende la supervivencia y estabilidad institucional. Dada la relevancia del papel de los empleados, no resulta sorprendentemente surjan

diversos intentos para entender que variables psicológicas como la autoestima influyan favorablemente en los trabajadores.

Es posible mencionar que un sujeto con buena autoestima, experimenta satisfacción en su vida personal y se ven reflejadas por su desempeño laboral, dando inicio a una estabilidad satisfactoria; sin embargo en la autoestima negativa se ven reflejadas emociones poco placenteras como tristeza o rabia.

#### **2.2.1.16. Conformación de la Autoestima**

Según Muñoz (1992, citado por Valera Mariños, A, 2014d, p.35) “La autoestima resulta de la interacción entre el temperamento del niño (genéticamente determinado) y el ambiente en el que este se desenvuelve”.

En la conformación de la Autoestima, influyen factores de diversos tipos:

- Personales; ( imagen corporal, habilidades físicas e intelectuales)
- Personas significativas; (padres, hermanos, profesores, amigos u otras figuras de apego)
- Factores sociales; (valores, culturas, creencias)

### **2.2.1.17. Consideraciones de la Autoestima**

La autoestima es importante porque la valoración de sí mismo es la fuente de la salud mental. Es cuanto usted se valora y cuán importante piensa que es usted. La autoestima se refiere a la confianza a la confianza básica en las propias potencialidades, y apunta a dos componentes esenciales: La valía personal y el sentimiento de capacidad personal Undurraga & Avendaño, (1998, citado en Chorres Aponte, Y, 2017, p.32)

### **2.2.1.18. Beneficios de la Autoestima**

Son diversos los beneficios de la autoestima, en tanto se vinculan con los aportes que provee para el individuo que la posee en alto nivel.

Uno de los beneficios expuestos por Mckay y Fanning (1999, citado por Chorres Aponte, Y, 2017, p. 46), es la salud mental. Explican los autores que una alta autoestima es el resultado deseado del proceso del desarrollo humano. Se ha vinculado con la salud mental a largo plazo y con el equilibrio emocional. Los individuos cuya autoestima no se ha desarrollado, manifiestan síntomas psicossomáticos de ansiedad.

### **2.2.1.19. Estados de la Autoestima**

Según postula Martin Ross ( citado en Cabrera, D, 2016, p.46) en el “Mapa de la Autoestima”, tres estados de la Autoestima:

Autoestima derrumbada: es el estado de la persona que no se aprecia a sí misma, se odia a sí misma. Se observa que tanto la edad como el género cambian la posición en el mapa de la Autoestima: mientras que para la autoestima el exceso de peso puede ser una anti-hazaña muy grave, para el hombre de edad el exceso de peso no lo es pero si lo es el no alcanzar cierto éxito en la vida que considera importante.

Autoestima vulnerable: aquí la persona se respeta a sí misma, pero tiene una autoestima frágil, a la posible llegada de anti-hazañas (derrotas, vergüenza, motivos de desprestigio) y por eso siempre está nervioso y utiliza mecanismos de defensa. Un típico mecanismo de protección consiste en evitar tomar decisiones: en el fondo se tiene demasiado miedo a tomar la decisión equivocada.

Autoestima fuerte: la autoestima fuerte es la de aquellos que tienen una buena imagen de sí y fortaleza, menor miedo al fracaso. Son las personas que se ven humildes, alegres, y esto demuestra cierta fortaleza para no presumir

de las hazañas. Puede animarse a luchar con todas sus fuerzas para alcanzar su proyectos porque, si le sale mal, eso no compromete su autoestima. Puede reconocer un erro propio justamente porque su imagen de si es fuerte y este reconocimiento no lo compromete.

#### **2.2.1.20. Autoestima y Factores Emotivos.**

Hace referencia en función de lo que se piensa, así se siente. Si el juicio es positivo acerca de sí mismo, los sentimientos también lo serán acerca de sí mismo. Teniendo en cuenta que la autoestima condiciona la expresión de las emociones, pero a su vez la expresión de las emociones afirma, consolida o niega la autoestima de la que se parte. En esto influyen los cuatro sentimientos humanos que son básicos, que se presentan en la vida infantil: el miedo, la ira, la tristeza y la alegría; las cuales se reflejan gestualmente de forma natural y espontánea sin ningún aprendizaje especial previo.

#### **2.2.1.21. Autoestima y Comportamiento.**

La autoestima también depende de lo que la persona hace, especialmente con aquello que, hecho por ella, tiene una mayor incidencia en el hacerse a sí mismo. Esa acción u obrar, no se pierde en el vacío, sino que producido por y

derivado de ese ser en concreto, impacta y reobra luego sobre el propio agente en quien se originó esa acción y por quien fue llevada a término. Reobra, modificándola y contribuyendo a configurarla de una determinada manera a todo lo largo de su devenir psichistórico y biográfico. Por consiguiente, la autoestima depende no solo de las cogniciones y emociones, sino también de las acciones que realiza la persona, es decir de su comportamiento

#### **2.2.1.22. Valores de la Autoestima**

Según García Flores (2005)

Los siguientes valores se consideran la base de la Autoestima:

- Valores corporales: estimar nuestro cuerpo, aceptarlo con sus limitaciones y defectos.
- Capacidad sexual: sentirse orgulloso del sexo que se posee, para esto, es necesario aprender a vivir con responsabilidad la actividad sexual humana, siendo importante el conocimiento de nuestra realidad psíquica, biológica y social.
- Valores intelectuales: son los más duraderos; debemos identificar los talentos propios de la



inteligencia, pues de esta manera se llega al aprecio y valoración afectiva del mismo.

- Valores estéticos y morales: el primero se refiere al amor, a la belleza, así debemos identificar nuestras habilidades e inclinaciones para con la danza, la escultura, la pintura, etc.

Ello contribuye a valorar nuestras cualidades. Y el segundo se dirige al respeto de normas propias de una sociedad (prudencia, fortaleza, libertad, paz, responsabilidad, tolerancia, cooperación, solidaridad, respeto a los demás, rechazo a la discriminación).

- Valores afectivos: son sentimientos propios del ser humano como la compasión, la alegría, esperanza, audacia, serenidad y amor, dignos de aprecio, los cuales son la base sobre la cual se edifica nuestra estima.

#### **2.2.1.23. Causas y efectos de la Autoestima**

Por los diferentes estudios se sabe que la Autoestima es multicausal y que esta a su vez afecta a otras áreas o procesos de nuestra vida psíquica, social, etc). Así tenemos que la autoestima. Acosta y Hernández, 2004, citado por Silva Napuche, E, 2017a, p.20)

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 (...).

Las personas desestimadas se manifiestan de diferentes formas: mienten, se quejan, se niegan a aprender , se culpan, se autodescalifican. Los desestimados o de autoestima baja se muestran ansiosos, aburridos, inoperantes, asustados, irresponsables, dependientes, tristes, indiferentes, agresivos, tímidos, autosuficientes, celosos, apáticos, indiferentes, evasivos, enfermos, violentos (...) (p.11)

#### **2.2.1.24. Los cuatro aspectos de la Autoestima**

Según Coopersmith (1967) (citado en Cerquín 2006) estos son:

- 1.- Vinculación: Resulta del sentimiento de satisfacción, producto del establecimiento de vínculos que son importantes para cada persona.
- 2.- Singularidad: Esto como consecuencia del resultado del conocimiento y el respeto que la persona siente por las cualidades que le hacen especial o diferente, que se

afirma con el respeto y la aprobación que recibe de los demás.

3.- Poder: Como consecuencia de que la persona disponga de los medios, de las oportunidades, y de su capacidad para modificar las consecuencias de su vida de manera significativa.

4.- Pautas: Estas reflejan las habilidades de la persona para considerar los ejemplos humanos, filosóficos y prácticos, adecuados; que los va a utilizar para establecer y afirmar su escala de valores, sus objetivos, ideales y aspiraciones personales.

Cooper Smith establece, concluye y expresa que las personas basan este sí mismo en 4 criterios:

Significación.- El grado en que sienten los estudiantes que son amados y aceptados, por aquellos que son importantes para ellos.

Competencia.- Capacidad para desarrollar tareas que consideran importantes.

Virtud.- Consecución de valores morales y éticos.

Poder.- Grado en que puede influir en su vida y en los demás de inteligencia, conciencia y respeto por el bienestar.

#### **2.2.1.25. La naturaleza de la Autoestima**

Según Branden las evaluaciones que emiten las personas sobre ellas mismas, se suelen experimentar no como un juicio consciente, manifestado verbalmente, sino bajo la forma de un sentimiento, que puede ser difícil de aislar e identificar porque lo experimentan constantemente, forma parte de todos los demás sentimientos, está implicado en cada una de nuestras respuestas emocionales. Citado en Pino Loza, E, 2013)

La naturaleza de esa autoevaluación tiene profundo efectos sobre el proceso de pensamiento de la persona, de sus emociones, sus deseos, valores y objetivos. Es la clave más significativa para su conducta. Citado en Pino Loza, E, 2013)

La autoestima tiene dos aspectos interrelacionados: implica un sentimiento de eficacia personal y otro de valor propio. Es la suma integrada de la confianza y respeto en uno mismo. Citado en Pino Loza, E, 2013)

#### **2.2.1.26. Condiciones básicas para la Autoestima**

Si el hombre puede conseguir y mantener la autoestima, el primer y fundamental requisito es el de conservar la voluntad de comprender. El deseo de obtener claridad, comprensión de todo lo que cae dentro de su percepción, es

el guardián de la salud mental humana, y el motor de su crecimiento intelectual. Mantiene intacta su mente y su deseo de ser eficaz. Cuando renuncia a la expectativa de conseguir esa eficacia, renuncia a la posibilidad de obtener una plena autoestima (Nathaniel Branden) Citado en Pino Loza, E, 2013)

#### **2.2.1.27. La Autoestima y el trabajo productivo**

Siguiendo a Branden uno de los aspectos más importantes a considerar dentro de la autoestima, es la relación entre esta y el trabajo productivo, y, más ampliamente, su relación con el crecimiento y el ejercicio de las capacidades mentales del hombre.

Existe otro sentido en el que se puede usar el concepto de eficacia: se puede referir a la efectividad de una persona en áreas específicas de consecución, que se derivan del conocimiento y habilidades concretas que ha ido adquiriendo. A este segundo tipo puede calificarse como eficacia particularizada.

Una persona puede poseer cierta variedad de habilidades prácticas, sentir confianza en sí misma en un determinado número de áreas delimitadas, manifestando así un grado de eficacia particularizada, y, sin embargo, carecer de ese

sentido de eficacia fundamental que es propio de la autoestima.

El hombre conserva su eficacia metafísica mediante la expansión constante de eficacia particularizada, durante toda su vida; es decir, mediante la expansión de su conocimiento, comprensión y capacidad.

El crecimiento intelectual constante es una exigencia de la Autoestima, una necesidad de la vida humana. Por lo tanto, el hombre sobrevive no ajustándose a su entorno físico como un animal, sino transformándolo por medio del trabajo productivo.

El deseo de crecer en conocimientos y habilidades, en comprensión y control, es la expresión de la dedicación humana al proceso vital. La pasividad estancada y la autoestima son incompatibles. Esto no quiere decir que, para una persona psicológicamente sana, la vida consista únicamente en resolver problemas, realizar un trabajo productivo y perseguir metas a largo plazo.

#### **2.2.1.28. La falsa Autoestima**

La falsa autoestima, una pretensión irracional de valorarse, es un recurso no racional, autoprotector, para que disminuya la ansiedad y para ofrecer una falsa sensación de seguridad, para aliviar la necesidad de auténtica

autoestima posibilitando a la vez la evasión de las auténticas causas de esa falta de autoestima. Citado por Díaz, M, 2008, p. 105)

La persona mantiene una falsa autoestima básicamente mediante dos métodos: eludiendo, reprimiendo, racionalizando o negando de alguna otra manera ideas y sentimientos que pudieran afectar negativamente su autoevaluación, e intentando derivar sus sensaciones de eficacia y dignidad de algo que no sea la racionalidad, algún valor o virtud alternativos que le parecen menos exigentes o más fácilmente alcanzables. Citado por Díaz, M, 2008, p. 105)

Diaz, M (2008) Un hombre puede ser perfectamente racional y lucido en un área que no afecta o amenaza su autoestima, y ser irracional, evasivo, defensivo en un área que si amenaza su autovaloración. Si una persona carece de autoestima, vive negativamente, y a la defensiva. Cuando elige sus metas y valores particulares, su motivo primario no es el de proporcionarse un disfrute positivo, sino el de defenderse frente a la ansiedad, ante los sentimientos dolorosos de incompetencia, las dudas acerca de si mismas y la culpabilidad.

Branden postula que, hasta el punto en que una persona carezca de autoestima, su conciencia estará gobernada por el miedo: el miedo a la realidad, frente a la que se siente incapaz. El miedo es la antítesis del pensamiento. Si un hombre cree que hay aspectos cruciales de la realidad, con los que debe tratar, que están cerrados a su comprensión, si se enfrenta a los problemas claves de su vida con una sensación básica de indefensión, esos miedos actúan como sabotadores de su eficacia. Si un hombre siente que su pensamiento está condenado al fracaso no piensa, o al menos, no lo hace con demasiada persistencia.

La naturaleza de la autoestima y autoimagen de una persona no determina su pensamiento, pero afecta a sus incentivos emocionales, de modo que sus sentimientos tienden a fomentar o recortar el pensamiento, acercarle a la realidad o apartarle de ella, llevarle a la eficacia o alejarle de ella.

Ala intentar fingir una autoestima que no posee, condiciona su percepción de la realidad; a los hechos y a la verdad. Así se ve forzado a perpetuar y fortalecer ese mismo tipo de políticas que van en contra de la razón, y que en primer lugar ocasionaron su pérdida de autoestima.



### **2.2.2. La mujer**

Burin (1987, citado por Valsamma, P, 2006d, p.61) afirma que si la crisis de la edad media de la vida exige que la mujer redefina su identidad, en este sector de mujeres no prevalece el sentimiento de pérdida sino que surge la esperanza de una realización postergada.

Y por parte de Erickson (1959, citado por Valsamma, P, 2006e, p.62) mencionó que la resolución de su crisis de identidad de las mujeres ocurre después de que han elegido una pareja.

#### **2.2.2.1. La mujer peruana**

Hilario, V.P. (2013) En 1956 el Perú otorgo el reconocimiento de votación al sector femenino, siendo este el inicio de incluir a la mujer en el derecho a la votación.

El INEI (2015), En la encuesta nacional que se realizó en cada hogar indica que son 7 millones 209 mil damas, las que están trabajando y aportando en la economía del país. De este número, son 6 millones 947 mil las que trabajan.

Siendo un incremento de 23.2 % en los últimos 10 años, ya que en 2005 eran 5 millones 637 mil las mujeres que laboraban.

En su libro “Autoestima para mujeres”, Doris Bersing analiza el ayer y hoy de la mujer, sus padecimientos, potencialidades y alternativas de crecimiento, desde un ángulo realmente interesante. Para la terapeuta, ha llegado el

momento en 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.

#### **2.2.2.2. Elementos de la Autoestima de la Mujer**

Silvia Russek (2007) en su artículo Crecimiento y bienestar emocional:

- El modelo social de lo que significa ser mujer.
- La autoestima de los padres.
- La falta de pareja, la separación, el divorcio o no querer ser mamá.
- La gran cantidad de roles, que la mujer tiene que desempeñar.
- La discriminación sexual en el trabajo.
- El nido vacío.

#### **2.2.2.3. La mujer en la sociedad**

Annet (2006) Las mujeres de hoy se desenvuelven y se desarrollan en un medio que les estimula a la persecución de nuevas metas, los espacios ganados en los terrenos que en un

tiempo les fueron vedados y las facilidades que se han generado a través de las nuevas dinámicas en que la sociedad desarrolla actitudes distintas de participación, han permitido a las mujeres acceder a nuevos esquemas de realización de sus potencialidades, demostrando en todos los ámbitos la capacidad de acción que no solo iguala la capacidad del hombre, en algunas actividades las supera.

La mujer de hoy, se debate entre su ser y su querer, por una parte está constituida de tal manera, que la operación de su constitución le exige el desarrollo pleno de su naturaleza, en ella radica la procreación y formación de nuevas generaciones como un componente fundamental de sí misma. Por otro lado la necesidad de crecimiento de su ser personal, la persecución de todas sus aspiraciones, la realización en todas las dimensiones de su persona.

Añadido a esta tensión, las mujeres de hoy se contemplan en la idealidad fantástica proporcionada por los medios masivos de comunicación, la mercadotecnia les ha generado un esquema conceptual, que no admite la imperfección, una obra de arte sin mancha, imposible de ser en la realidad, las somete a tratar de alcanzar objetivos poco reales y maravillosos.

Por otra parte, las políticas públicas deben cambiar para favorecer el desarrollo integral de las mujeres, brindando espacios preferenciales y horarios culturales en los cuales las mujeres trabajadoras encuentren foros de esparcimiento junto su familia.

Mujeres íntegras, con un desarrollo espiritual armónico, conocedoras del orden en el cual los valores son una garantía, capaz de generar la concepción del bien y la persecución por afinidad con la naturaleza humana, son necesariamente las formadoras de las generaciones futuras y en las cuales recae en gran parte el comportamiento de la sociedad.

Apreciar y aquilatar el papel de las mujeres es por hoy, el papel más importante que tenemos como hombres (varones). Redistribuir las responsabilidades, privilegiar el papel de madre en la mujer y resaltar la importancia que adquiere para formar las nuevas generaciones, respetar y coadyuvar para que alcance las perfecciones a las que su ser esta llamado.

Mujeres que logran un desarrollo armónico y pleno, nos garantizan una sociedad armónica y sin conflictos.

#### **2.2.2.4. La autoestima de la mujer**

De todos los juicios que hace en la vida, ninguno es tan importante como juzgarse a sí mismo, tal como dice Branden (1988, citado por Valsamma, P,2006a, p.59), que la autoestima es una experiencia íntima, y reside en el centro de un ser, es lo que piensa sobre uno mismo, no lo que piensa o siente alguna otra persona acerca de esta persona, la admiración de los demás no crea la autoestima, ni tampoco la erudición, el matrimonio, o la maternidad, ni las posesiones materiales, o las conquistas sexuales. Esto puede ayudar a sentirse mejor con uno mismo de forma temporal, o sentirse más cómodo en situaciones concretas, pero no son factores que se hacen completamente felices, sino como el mismo autor explica que la autoestima de la mujer es una guía que ayuda a poner en práctica las seis virtudes esenciales: la autoconciencia, la autoaceptación, la autorresponsabilidad, la autoafirmación, la determinación y la integridad personal. citado por Valsamma, P,2006a, p.59

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. De allí en adelante se enfrenta a la adolescencia, 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 superindependiente, 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.

El camino de cambio que propone la autora, nada tiene que ver con enfrentarse a los hombres, sino con una revisión interior y profunda en la que cada mujer se pregunte lo que realmente necesita o desea, qué pautas o patrones rigen sus

decisiones y actos, y si son adecuados a los requerimientos personales y al momento actual, y especialmente, si son idóneos para permitirle tomar la ruta correcta y arrobar al destino anhelado.

Bersing, cconsidera que la mujer es múltiple en esencia y bien puede ser sin llegar a contradicciones de fondo, sensual, tierna, laboriosa, audaz, tenaz, competitiva y de otras mil maneras integradas como posibilidades.

#### **2.2.2.5. Hábitos de las mujeres con alta autoestima**

La Coach Susie Moore ha descubierto una serie de características que comparten las mujeres con alta autoestima:

- Viven sin complicaciones: cuando las personas con confianza quieren algo, tienen la capacidad de trazar un plan para alcanzarlo y ejecutarlo.
- Se concentran en lo que quieren: la gente que cree en sus capacidades recorre el camino que le separa de su sueño con la confianza de que alcanzará sus propósitos. Construyen imágenes en su mente de su objetivo y tienen la seguridad de que en el transcurso del trayecto, cosas buenas les ocurrirán.

- Actúan como si fuesen a conseguir todo lo que se proponen: las acciones y el lenguaje de las personas que creen en sus capacidades van en sintonía con su propósito y objeto. Esta actitud provoca que las personas que las rodeen se inspiren de esa confianza y actúen con mayor positivismo, lo que sin duda, crea un ambiente más propicio para alcanzar la felicidad.
- Le dan al lenguaje significado e intención: la forma de expresarse de la gente que cree en ella misma, de elegir cada palabra que emplean y su gesticulación tiene intencionalidad. Todo su lenguaje, el verbal y el no verbal, muestra su confianza y su determinación. Opta por construcciones positivas en vez de negativas.
- Escuchan la opinión de los demás, pero la tienen la suya propia: son conscientes de las buenas intencionalidades de las opiniones ajenas, pero son precavidos con ellas. Se para a escuchar lo que el otro tenga que decir, pero no se dejan influenciar por el otro punto de vista sino comulga con sus intenciones y sueños, o su forma de entender la vida.



- Gestionan su tiempo: las personas con confianza saben de la importancia de los momentos y son conscientes de que hay que exprimir todo el jugo a la vida. Son capaces de decir no a compromisos o peticiones de terceros para imponer sus prioridades, lo que no hay que confundir con ser egoístas.
- Son humildes: tener confianza en uno mismo, no está reñido con tener la humildad suficiente como para no ir alardeando constantemente de tus éxitos. Es importante sentirse orgullosos de los logros obtenidos, pero no ir presumiendo a cada rato de ellos.
- No temen al fracaso: el miedo a fracasar puede ejercer tanta presión que obstaculiza a una persona para iniciar cualquier aventura nueva. La gente con determinación y confianza en sí misma mantiene esa autoestima a pesar de las derrotas. Y es a través de esa convicción que se levanta y vuelve a comenzar.

#### **2.2.2.6. Causas de la baja autoestima en la Mujer**

- Los medios de comunicación: estos mensajes insisten en tener un cuerpo perfecto, hacer dietas estrictas, por lo tanto muchas mujeres sienten que nunca son lo suficientemente

buenas. La influencia de los medios de comunicación pone énfasis en lo que es ser una “mujer atractiva”.

- Creencias culturales: algunas mujeres fueron educadas con la creencia de que deben posponer sus necesidades para complacer a los demás. Esta creencia produce baja autoestima, que típicamente resulta en ansiedad y depresión.
- Sentido de dignidad: las mujeres con baja autoestima no se cuidan a sí mismas porque piensan que no son dignas. Permanecen en relaciones abusivas porque creen que no merecen algo mejor. Si tiene hijos no pueden lograr que ellos las respeten porque sienten que no son dignas de ser respetadas.

### **2.2.3. Adulter**

Siguiendo los lineamientos de Erikson (1993), quien entiende el desarrollo como una secuencia de etapas normativas predeterminadas, la adulter joven estaría comprendida desde los 18 años hasta los 30 años aproximadamente, enmarcada dentro del Estado VI. Según el autor esta etapa se caracteriza por el objetivo de alcanzar cierto grado de intimidad, actitud opuesta a mantenerse en aislamiento (Gautier & Boeree, 2006).

Según Lahey (1999) la exigencia de esta etapa consistiría entonces en establecer relaciones comprometidas y amorosas con otros, que sustituyan parciamente los vínculos con los padres.

Pag 112 Revista de Investigación en psicología, Vol 3 No. 2, Diciembre 2000 María Eugenia Mansilla A

Los mayores de edad al llegar a los 18 los individuos de ambos sexos, en la mayoría de los países, son incorporados formalmente, sin mayores ceremonias a la sociedad civil mediante algún tipo de identificación.

#### **2.2.3.1. Adulthood temprana**

Comienza a partir de los 20 años y concluye cerca de los 40 años, en la adulthood joven hay que tomar muchas responsabilidades. Las tareas propias de la edad tienen que ver con el mundo social (pareja, trabajos, hijos, etc). El rol activo que se asume es el término de la moratoria psicosocial según Erickson.

Hay construcción y establecimiento de un estilo de vida, se organiza la vida de forma práctica, se llevan a cabo propósitos.

Desarrollo sensorial y motor:

En el adulto joven las capacidades físicas alcanzan el máximo de efectividad, existe destreza manual y una mayor agudeza visual. Los hombres y mujeres alcanzan su mayor plenitud,

han logrado el más elevado punto de coordinación, equilibrio, agilidad, fuerza y resistencia.

Desarrollo sistémico:

Los sistemas tienen en esta edad una notable capacidad compensatoria, así el adulto joven es capaz de conservar la salud, en forma casi continúa, por esta razón presentan poca o ninguna preocupación por la salud.

A pesar de que en esta etapa las características físicas alcanzan su plenitud se debe considerar que alrededor de los 30 años empiezan a declinar algunas capacidades.

Desarrollo cognitivo:

Es importante saber que la vida para los adultos jóvenes, pierde su carácter provisional, lo cual significa que sabe que lo que hace hoy tendrá consecuencias mañana y que debe proyectarse a lo largo de la vida y no a 2 o 3 años.

El desarrollo del pensamiento alcanza un peso más, el adulto pasó del pensamiento formal según Piaget, al pensamiento post formal que tiene la particularidad de que la persona es más flexible frente a las diversas situaciones a las que enfrenta.

Desarrollo psicosocial:

Según Schwartz las personas solteras pueden tener seis estilos de vida:

- La profesional: que tienen planificada toda su vida y se dedican al trabajo y al estudio.
- La social: que se dedican a las relaciones interpersonales , individualistas que se concentran en si mismos.
- La activista: los cuales se dedican a la política.
- El pasivo: que tienen una visión negativa de la vida.
- Los asistenciales: a los cuales les gusta servir a otros.

Desarrollo moral:

Kohlberg define moral como un sentido de justicia, el cual depende de un desarrollo cognitivo que implica una superación del pensamiento egocéntrico y una capacidad creciente de pensar de una manera abstracta.

El adulto joven posee, según este autor, una moral post-convencional que marca el logro.

El desarrollo moral del adulto se basa en experiencias, el adulto vive,

Y aprende, a través de las emociones que le permite reevaluar lo correcto y lo justo. Estas experiencias hacen que pueda ver mejor moral y socialmente el punto de vista de los demás.

Desarrollo afectivo:

Al encontrar su identidad permite la fusión con el otro, ya sea laboral, o afectivamente posee la capacidad de

adaptarse y de afiliarse. Walster plantea que puedan existir en las parejas dos tipos de amor: apasionado y compartido. Alrededor de los 30 años hay un cuestionamiento de la vida pasada, de la elección de la pareja, de la carrera, se hacen nuevas elecciones, y profundizan o se cambian compromisos. El adulto siente la necesidad urgente de dar un carácter real y comprometido a su vida con el objeto de lograr la estabilidad, y por lo tanto reconstruye y reorganiza.

Desarrollo intelectual:

Una forma de pensamiento adulto, es el que algunos teóricos han denominado pensamiento dialectico, en el cual, cada idea o tesis implica su idea opuesta o antítesis.

Los adultos que alcanzan el pensamiento dialectico, se caracterizan porque son más sensibles a las contradicciones, aprecian más las opiniones contrarias y que han aprendido a vivir con ellas.

### **III. HIPÓTESIS**

#### **Hipótesis General**

- El nivel de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es Bajo.

#### **Hipótesis Específicos**

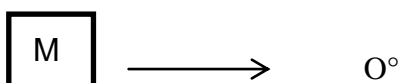
- El nivel de Autoestima de la Sub - Escala Si Mismo de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es medio bajo.
- El nivel de Autoestima de la Sub - Escala Social de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es Medio bajo.
- El nivel de Autoestima de la Sub - Escala Hogar de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es Medio bajo.

## **IV. METODOLOGÍA.**

### **4.1. Diseño de la Investigación:**

La presente investigación es un diseño Transeccional o Transversal - No experimental. Porque se presenta tal como es en su contexto natural. Además, se recolectaron los datos en un solo lugar, en un tiempo único; donde la población es accesible y disponible para la investigación.

**El diseño se esquematiza de la siguiente manera (Diagrama Lineal):**



**M** = Mujeres de 20 A 55 años de edad del Distrito el Tallan de la Provincia de Piura, 2018”.

**O°** = Autoestima.

### **4.2. Población Y Muestra**

#### **4.2.1. Población**

La población está conformada por 40 Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018

#### **4.2.2. Muestra.**

La muestra quedo conformada por 31 mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.



Para el estudio se empleó un muestreo no probabilístico intencional, y se extrajo una muestra de 31 mujeres quienes estuvieron distribuidos de la siguiente manera:

**Criterios de Inclusión:**

- Mujeres entre las edades de 20 a 55 años de edad, que aceptaron participar en el estudio.
- Todos los test que se resolvieron correctamente por la población evaluada

**Criterios de Exclusión:**

- evaluadas que no hayan contestado a la totalidad de los ítems de la prueba.
- Mujeres menores de 20 años y mayores de 55 años.

**4.3. Definición y operacionalización de la variable.**

**4.3.1. Definición Conceptual (D.C): COOPERSMITH**

El inventario de autoestima de Coopersmith: 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 en 1981, 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 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.

#### 4.3.2. Definición Operacional:

El inventario de autoestima de Coopersmith: Es un instrumento de auto-reporte de 25 ítems, los ítems se deben responder de acuerdo al sí el sujeto se identifica o no con cada afirmación según los términos afirmativos o negativos; los ítems del inventario generan un puntaje total, así como puntajes separados en tres áreas: sí mismo, social y hogar.

		AREAS		
Puntaje total	Si Mismo	Social	Hogar	Niveles
0 a 24	0-2	0-1	0-1	“Nivel Bajo”
25 a 49	3-5	2-3	2-3	“Nivel Medio Bajo”
50 a 74	6-8	4-5	4-5	“Nivel Medio Alto”
75 a 100	9-3	6	6	“Nivel Alto”

#### 4.4. Técnicas e Instrumento

Técnica: Encuesta

##### 4.4.1. Instrumento:

EL INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH

- Autor: Stanley Coopersmith, Escala de Autoestima de

- Coopersmith      Adultos.
- Publicación:      San Francisco. EE.UU (1967).
- Traducción:      Panizo M.I.
- Ámbito de Aplicación:   De 17 años a más.
- Tipo de material:   Tests
- Tiempo:      20 minutos aunque no hay tiempo ilimitado.
- Forma de Administración: Individual y Colectiva.

Tipo de análisis: Cuantitativo Básico.

Calificación: Cada ítem respondido en sentido positivo es computado con 2 puntos. Se suman los puntajes correspondientes a cada una de las escalas del Instrumento. Si el puntaje total obtenido resulta muy superior al promedio, ( $T= 67$  o más), significaría que las respuestas del sujeto son poco confiables e invalidan la aplicación del inventario.

Por último, se pueden sumar todos los puntajes (menos la escala M) para obtener un indicador de la apreciación global que el sujeto tiene de sí mismo.

#### **4.5. Plan de análisis.**

El procesamiento de los datos se realizó utilizando el programa informático Microsoft Excel 2016. Los resultados obtenidos se presentan en tablas y gráficos según los análisis correspondientes, considerando los datos en frecuencias, porcentajes, medias según los objetivos.

#### 4.6. Matriz de consistencia

Problema	Variable	Indicadores	Objetivos	Hipótesis	Metodología	Técnica
¿Cuál es el nivel de Autoestima en las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el Tallan de la Provincia de Piura, 2018?	Autoestima	Sí Mismo Social Hogar	<b>OBJETIVO GENERAL</b>  Describir los niveles de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.	<b>HIPOTESIS GENERAL</b>  El Nivel de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es Bajo.	TIPO DE INVESTIGACION Cuantitativa	Encuesta
					NIVEL DE LA INVESTIGACION Descriptiva	INSTRUMENTO Inventario de Coopersmith para Adultos
					DISEÑO Estudio no experimental, transeccional.	

			<p style="text-align: center;"><b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>HIPOTESIS ESPECIFICAS</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>POBLACION</b></p>	
			<p>Describir el nivel de la Sub - Escala Si Mismo de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.</p>	<p>El nivel de Autoestima de la Sub - Escala Si Mismo de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es Medio bajo.</p>	<p>La población está conformada por 40 Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018</p>	
			<p>Describir el nivel de la Sub - Escala Social de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.</p>	<p>El nivel de Autoestima de la Sub - Escala Social de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es Medio bajo.</p>	<p><b>MUESTRA</b></p> <p>La muestra quedo conformada por 31 mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.</p>	
			<p>Describir el nivel de la Sub - Escala Hogar de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.</p>	<p>El nivel de Autoestima de la Sub - Escala Hogar de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El</p>		

				Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es Medio bajo.		
--	--	--	--	---	--	--

**4.7.Principios éticos.**

Se contó con la previa autorización de las autoridades del Distrito el Tallan. Previo a la aplicación de los instrumentos, se les explico a los pobladores (mujeres madres) cada uno de los objetivos de la investigación; asegurándoles que se mantendrá de manera anónima la información obtenida de los mismos.

Para seguridad de las evaluadas se le hizo firmar un Consentimiento informado, de manera que, si rehúsa firmarlo, se los excluía del estudio sin ningún perjuicio para ella.

## V. RESULTADOS

### 5.1. Resultados

Tabla I

Niveles de Autoestima de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.

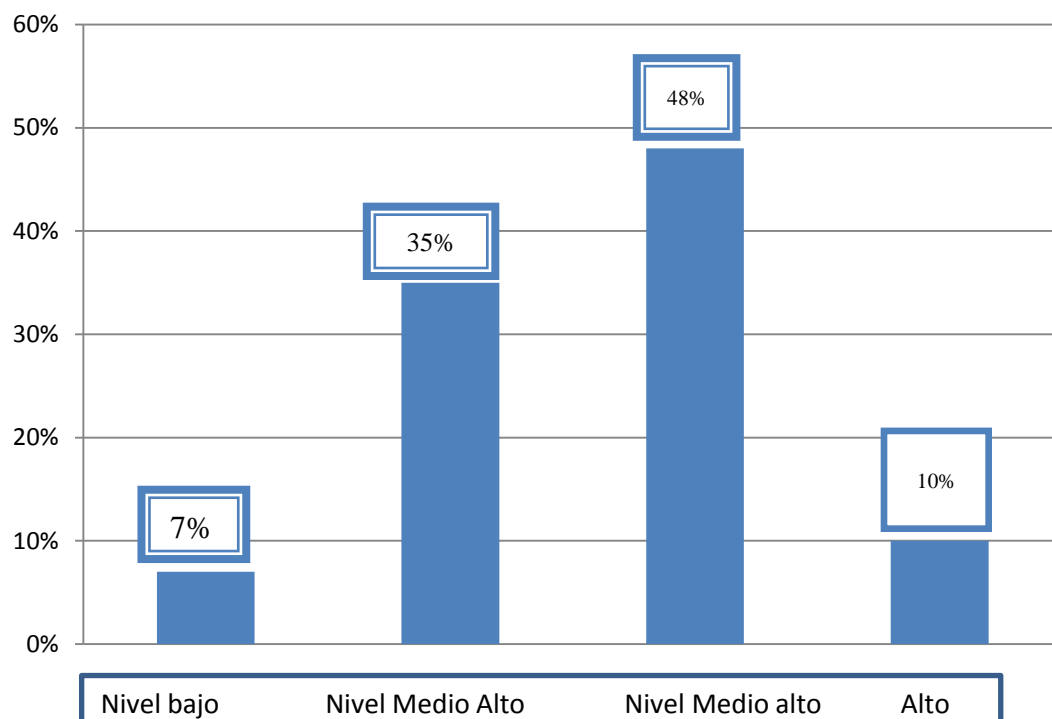
<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>BAJO</b>	<b>2</b>	<b>7%</b>	<b>7%</b>
<b>MEDIO BAJO</b>	<b>15</b>	<b>48%</b>	<b>42%</b>
<b>MEDIO ALTO</b>	<b>11</b>	<b>35%</b>	<b>90%</b>
<b>ALTO</b>	<b>3</b>	<b>10%</b>	<b>100%</b>
<b>TOTAL</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>	

*Fuente: Inventario de autoestima Copeersmith(2004).*



**FIGURA 01**

Niveles de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tullan de la Provincia de Piura 2018.



Fuente: *TABLA I Y FIGURA 01*

En la Tabla I y Figura 01 se observa que el 7% de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tullan de la Provincia de Piura, se encuentran en un nivel bajo. Así mismo el 48 % de la población evaluada se encuentra en el medio bajo; mientras que el 35% con el nivel Medio Alto, y por último el 10% se encuentra en un Nivel Alto..

Tabla II

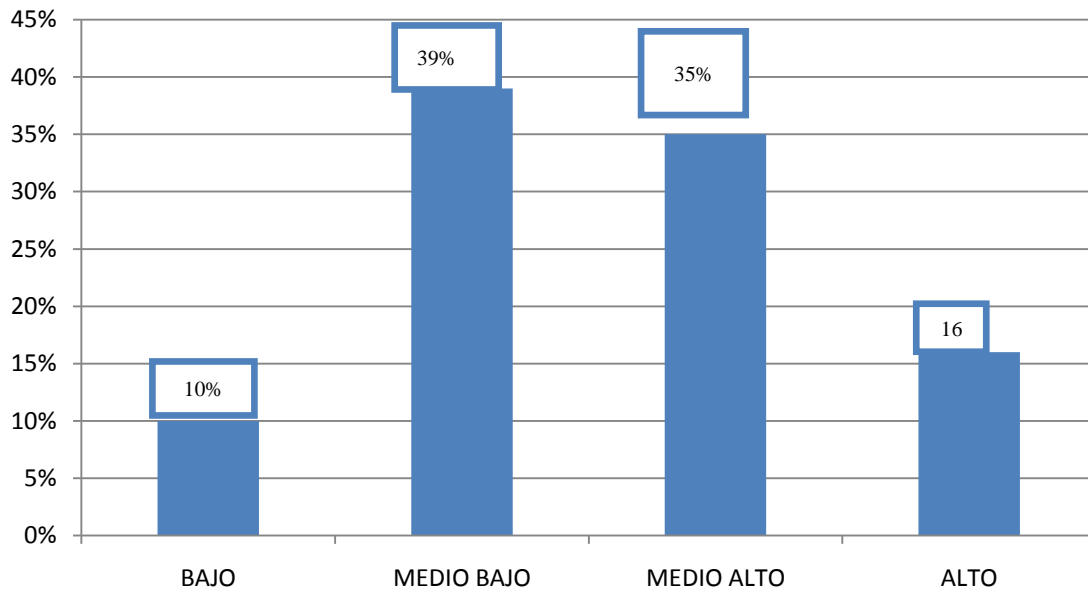
Nivel de Autoestima de la Sub escala Si Mismo de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>BAJO</b>	<b>3</b>	<b>10%</b>	<b>10%</b>
<b>MEDIO BAJO</b>	<b>12</b>	<b>39%</b>	<b>49%</b>
<b>MEDIO ALTO</b>	<b>11</b>	<b>35%</b>	<b>84%</b>
<b>ALTO</b>	<b>5</b>	<b>16%</b>	<b>100%</b>
<b>TOTAL</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>	

*Fuente: Inventario de autoestima Coper Smith (2004)*

Figura 02

Nivel de Autoestima de la Sub escala Si Mismo de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018.



Fuente: TABLA II Y FIGURA 02

En la tabla II y figura 02 se observa que el 10% de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, se encuentra en un Nivel bajo, así mismo que el 39% de la población evaluada se encuentra en el nivel Medio bajo, el 35% se ubican en un nivel Medio alto y por último el 16% se ubica en un nivel Alto.

Tabla III

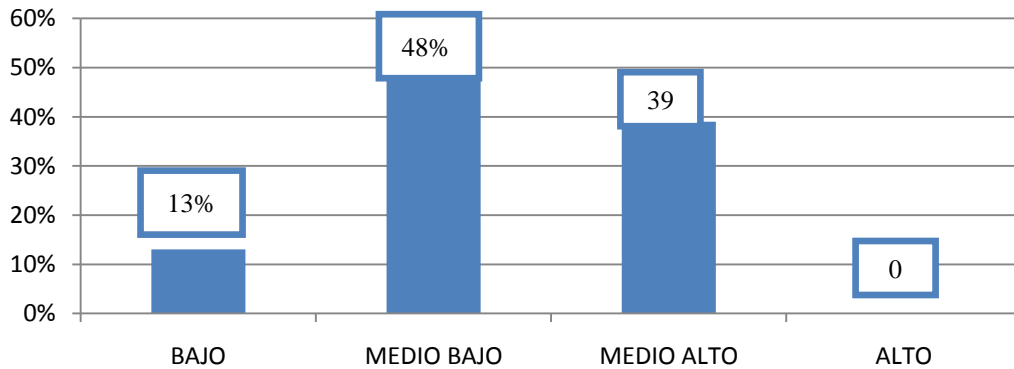
Nivel de Autoestima en la Sub escala Social de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018.

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>BAJO</b>	<b>4</b>	<b>13%</b>	<b>13%</b>
<b>MEDIO BAJO</b>	<b>15</b>	<b>48%</b>	<b>61%</b>
<b>MEDIO ALTO</b>	<b>12</b>	<b>39%</b>	<b>100%</b>
<b>ALTO</b>	<b>0</b>	<b>0%</b>	
<b>TOTAL</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>	

*Fuente: Inventario de autoestima Coper Smith(2004).*

Figura 0 3

Nivel de Autoestima en la Sub escala Social de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018.



---

Fuente: *TABLA III Y FIGURA 03*

En la tabla III y figura 03 se observa que el 13% de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, se encuentra en un nivel Bajo, así mismo con un 48% de la población evaluada se encuentra en un nivel Medio bajo; mientras que el 39% se ubica en un nivel Medio alto.

Tabla IV

Nivel de Autoestima en la Sub escala Hogar de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018.

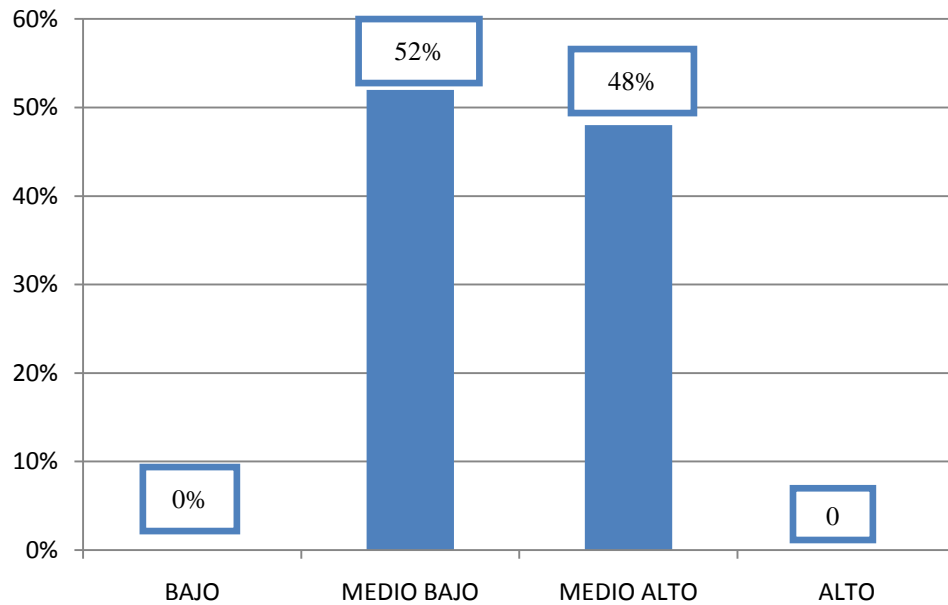
<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>BAJO</b>	<b>0</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>
<b>MEDIO BAJO</b>	<b>16</b>	<b>52%</b>	<b>52%</b>
<b>MEDIO ALTO</b>	<b>15</b>	<b>48%</b>	<b>100%</b>
<b>ALTO</b>	<b>0</b>	<b>0%</b>	
<b>TOTAL</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>	

to El Tallan de la Provincia de Piura, 2018.

*Fuente: Inventario de autoestima Coper Smith (2004).*

Figura 04

Nivel de Autoestima de la Sub escala Hogar de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura 2018.



Fuente: *TABLA IV Y FIGURA 04*

En la Tabla IV y figura 04 se observa que el 52% de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, se encuentra en un nivel Medio bajo, así mismo con un 48% de la población evaluada se encuentra en un nivel Medio Alto.

## **5.2. Análisis de los resultados**

Teniendo en cuenta los objetivos planteados en esta investigación, de describir los nivel de autoestima en las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el Tallan de la provincia de Piura, 2018. y después del análisis de los datos obtenidos, se puede decir que Según los resultados obtenidos se aprecian en el cuadro en la mayoría de las madres evaluadas se encuentran en un Nivel Medio Bajo de autoestima, de forma general; indicando que las mujeres madres son personas que se caracterizan por ser optimistas pero que en su interior sienten inseguridad de su valía personal, tendiendo a la búsqueda de aprobación social y experiencias que le conduzcan al fortalecimiento de su autovaloración. Lo encontrado en nuestro estudio coincide con los hallazgos de Coopersmith (1969) que define a la autoestima 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.

El 10 % de las mujeres evaluadas se encuentran en un Nivel Alto, presentando tendencia a conseguir del éxito tanto académico como social, destacando dinamismo dentro de los grupos sociales. Son poco sensibles



a la crítica siendo así, que los sentimientos ansiosos lo perturban en menos medida.

Así mismo un grupo menor de las evaluadas se encuentra en un nivel medio. Presentando características tales como: son personas optimistas pero que en su interior sienten inseguridad de su valía personal, tendiendo a la búsqueda de aprobación social y experiencias que le conduzcan al fortalecimiento de su autoevaluación.

Por ultimo un grupo reducido se encuentra en un nivel bajo con características de sentimientos de insatisfacción y carencia de respeto por sí mismo que observan. Son mujeres convencidas de su inferioridad, teniendo miedo a provocar enfado de la demás personas en situaciones grupales, mostrándose pasivos y sensible a la crítica. Estas características presentadas muchas veces dependen del entorno donde vive.

Por lo consiguiente en el primer objetivo específico de la investigación de describir el nivel de la sub - Escala de sí mismo de la Autoestima de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el que en la mayoría de las mujeres evaluadas se encuentran en un nivel Medio bajo en la sub - escala Sí mismo – General del Autoestima, presentando características tales como la posibilidad de mantener una autovaloración de sí mismo muy alta pero en un situación dada la evaluación de sí mismo podría ser realmente baja . Branden (1994) se relaciona con la racionalidad, el realismo, con la creatividad, la independencia, la flexibilidad y la capacidad para aceptar los cambios, con el deseo de admitir los errores y

la disposición a cooperar. Además cuentan con habilidades para construir defensas hacia la crítica y designación a hechos, opiniones, valores y orientaciones favorables respecto de sí mismo. Además mantiene actitudes positivas. Un grupo menos de las evaluadas se encuentra en un nivel medio con características de mantener una autoevaluación de sí misma alta; pero en circunstancias adversas la autoevaluación podría caerse y terminar en un nivel bajo.

En el segundo objetivo específico de describir el nivel de la sub - Escala social de la Autoestima de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el Tallan de la provincia de Piura, 2018. Según los resultados que se aprecian, que la mayoría de las mujeres evaluadas se encuentran en un nivel Medio bajo en la sub - escala Social del Autoestima, donde reflejan una buena probabilidad de lograr una adaptación social normal. La aceptación de sí mismo y la aceptación social están muy combinadas. Establecen expectativas sociales de aprobación y receptividad por parte de otras personas. según lo cual coincide con la investigación de Ruiz, S (2017) Autoestima en mujeres maltratadas del A.H 25 de mayo, Chimbote, la cual obtuvo como resultado que la Sub escala social de la Autoestima es media.

Así mismo en el tercer objetivo específico de describir el nivel de la sub Escala Hogar de la Autoestima de las mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito el Tallan de la provincia de Piura, 2018. Según los resultados que se aprecian, que la mayoría de las mujeres evaluadas se encuentran en un

nivel Medio bajo en la subescala Hogar. Las evaluadas son personas que probablemente mantienen características de los niveles altos y bajos. Lo cual coincide con la investigación de Chorres, M (2015) Nivel de Autoestima en mujeres maltratadas 20-40 años de edad de la Villa de Uña de gato del distrito de Papayal-Tumbes, 2015, la cual obtuvo como resultado específico que el nivel de la sub escala hogar de la autoestima es medio bajo.

### **Contrastación de Hipótesis**

De acuerdo a los resultados obtenidos estadísticamente podemos afirmar lo siguiente.

#### **Se rechaza:**

- El Nivel de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es bajo.

#### **Se aceptan:**

- El nivel de Autoestima de la Sub - Escala Si Mismo de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es medio bajo.
- El nivel de Autoestima de la Sub - Escala Social de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es medio bajo.

- El nivel de Autoestima de la Sub Escala Hogar de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018 es medio bajo.

## **VI. CONCLUSIONES**

### **Conclusiones:**

- El nivel de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018, es Medio Bajo.
- El nivel de Autoestima Sub - Escala Si Mismo de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018, es Medio Bajo.
- El nivel de Autoestima de la Sub - Escala Social de las Mujer de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018, es Medio bajo.
- El nivel Autoestima de la Sub - Escala Hogar de Autoestima de las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito El Tallan de la Provincia de Piura, 2018, es Medio bajo.

## **ASPECTOS COMPLEMENTARIOS**

### **RECOMENDACIONES:**

- Informar al Teniente gobernador del Distrito el Tallan, especialmente al área social los resultados de la investigación, para que sean considerados en la elaboración y realización de programas que susciten y fortifiquen en las mujeres para así continuar en el mejoramiento personal y social.
- Al Teniente gobernador gestionar alianzas con el Área de Psicología para realizar actividades que busquen fortalecer las habilidades sociales en las mujeres. Del Distrito del Tallan.
- Promover y desarrollar programas de carácter teórico práctico dirigidos al nivel de autoestima en la sub escala si mimo, social y hogar que le permitan a las mujeres enriquecer el empoderamiento personal.
- Realizar otras investigaciones de la autoestima, tomando en cuenta otras variables tales como la familia.

## Referencias bibliográficas

- Alcántara, J. (1993) Como educar la autoestima. Barcelona. Aula práctica.
- Annet (2006) Docencia, niños y autoestima. Disponible en:  
<http://ivonita-docencianosyautoestima.blogspot.com/>
- Bonet (1994) “Relación del clima social familiar y la autoestima de los estudiantes de 4to y 5to año de educación secundaria de la I.E. Inmaculada Concepción, Tumbes”.
- Burin (19987), “El nivel de autoestima de los adolescentes consumidores de marihuana de un centro educativo básico alternativo de la ciudad de Pucallpa.
- Branden, N. (1994). Seis pilares de la autoestima *México: Paidós*.
- Chávez Purizaca (2001) “Autoeficacia y desempleo”. Tesis de Licenciatura.  
Facultad de Psicología. Universidad del Aconcagua. Mendoza.
- Chorres Aponte (2017), “Niveles de Depresión, Autoestima y Estrés en Mujeres que tienen un trabajo remunerado y mujeres que tienen un trabajo no remunerado”. Tesis doctoral. Ciudad de México.
- Coopersmith Stanley (1966) Bases teóricas de autoestima. Disponible en:  
<http://dayenma-djbm.blogspot.com>
- Díaz (20 “clima social familiar de los estudiantes del segundo grado de secundaria con problemas de baja autoestima en la institución educativa L Perla de Yarinacocha.

- Erickson (1993) La Percepción del Clima Familiar en Adolescentes Miembros de Diferentes Tipos de Familias. [Monografía en internet]. México: 2004. [Alrededor de 71 páginas]. Disponible en: <http://tuxchi.iztacala.unam.mx/ojs/index.php/pycs/article/viewFile/17>
- Ferreira A. (2013) Sistema de Interacción Familiar asociado a la Autoestima en Menores en situación de abandono Moral o Prostitución” tesis para optar el título de doctorado en psicología, Lima - Perú.
- Gautier y Roeree (2006), “Relación entre el Clima Familiar y el Nivel de Autoestima en los adolescentes de 1°, 2°, 3° y 4° año de educación secundaria de la Institución Educativa CEBA María Rosario Araoz, Tacna”.
- Hilario (2013) Confiar en uno mismo. Programa de autoestima. Santiago. Ediciones Dolmen.
- Lahey(1999) Recupera tu autoestima. Barcelona, Editorial Obelisco.
- Martin (2003) Metodología de la Investigación. Cuarta Edición. México. Editorial: McGraw-Hill
- Martin Ross (2016) *Autoestima y la familia. Recuperado de* <http://sanacionyriqueza.overblog.com/article-30532719.html>
- Muñoz (1992) “Bienestar Emocional, Imagen corporal, Autoestima y Sexualidad en Mujeres con Cáncer de Mama” tesis Doctoral, España.
- Tineo D, (2013), “Clima social familiar y la autoestima del personal administrativo de la municipalidad de Villa Vicus – Chulucanas – Piura. Obtenido de



<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/42/Lopez-Otho.pdf>

Torres, E. y Luna, J. (1995) Desarrollo de la autoestima en niños y adolescentes.

Lima. CEP SKinner. Obtenido de

<http://repositorio.uladech.edu.pe/browse?type=author&value=Mallqui+Ch%C3%A1vez%2C+Flori+Florentina>

Venegas, María Belén (2005). “Estudios de medidas de autoestima y autocontrol en niños maltratados”. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología.

Universidad del Aconcagua. Mendoza. Obtenido de

<http://repositorio.uap.edu.pe/handle/uap/2812>

Valera A, (2013) “Clima Social Familiar de los estudiantes con bajo Nivel de

autoestima de educación secundaria de la institución educación N°88025,

Distrito de Coishco. Obtenido de

<http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/49953/1/C3%91IGUEZ%20FUE%20TES.M.S.-TESIS.pdf?sequence=1>

Valsamma, P. (2006), Análisis Cuantitativo de la autoestima de mujeres casadas,

separadas y madres solteras en la ciudad de Oaxaca. México. Obtenido de

<http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/49953/1/C3%91IGUEZ%20FUE%20TES.M.S.-TESIS.pdf?sequence=1>

## **Anexos**

## “INVENTARIO DE AUTOESTIMA VERSIÓN ADULTOS”

NOMBRE:

.....

EDAD: ..... SEXO: (M) (F) PROFESIÓN:

..... FECHA:

.....

Marque con una aspa (X) debajo de V o F, de acuerdo a los siguientes criterios: V: cuando la frase **SI** coincide con su forma de ser o pensar.F: si la frase **NO** coincide con su forma de ser o pensar.

Nº	FRASE	V	F
01	Usualmente las cosas no me molestan.		
02	Me resulta difícil hablar frente a un grupo.		
03	Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese.		
04	Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad.		
05	Soy muy divertido.		
06	Me altero fácilmente en casa.		
07	Me toma mucho tiempo a acostumbrarme a cualquier cosa nueva.		
08	Soy popular entre las personas de mi edad.		
09	Generalmente mi familia considera mis sentimientos.		
10	Me rindo fácilmente.		
11	Mi familia espera mucho de mí.		
12	Es bastante difícil ser “YO MISMO”.		
13	Me siento muchas veces confundido.		
14	La gente usualmente sigue mis ideas.		
15	Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo.		
16	Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa.		
17	Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo.		
18	No soy tan simpático como mucha gente.		
19	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo.		
20	Mi familia me comprende.		
21	Muchas personas son más preferidas que yo.		
22	Frecuentemente siento como que mi familia me estuviera presionando.		
23	Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago.		

24	Frecuentemente desearía ser otra persona.		
25	No soy digno de confianza.		

"Año De La Diversificación Productiva Y Del Fortalecimiento De La Educación"

El Tallán 28 de Octubre del 2015.

**Solicito: Permiso para poder realizar las aplicaciones de pruebas Psicológicas.**

**Señor:**

**Juan Teodoro Mena Moscol**

**Alcalde del Distrito de El Tallán.**

Atención: Subgerencia de Desarrollo Social

Yo, Melci Torres Huamán, identificado con DNI N° 46835777, estudiante de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Los Angeles de Chimbote – filial Piura con código universitario N° 1223101069, ante Ud., con el debido respeto me presento y expongo:

Que por motivos de mi Investigación Científica denominada: Nivel de Autoestima en las Mujeres de 20 a 55 años de edad del Distrito del Tallán Provincia Piura 2015, pido permiso para aplicar las pruebas correspondientes a la investigación, con el fin de poder ejecutar mi investigación a presentar par mi titulación.

Por lo expuesto ruego a Ud. proceder conforme a lo solicitado.

Atentamente

Melci Torres Huamán

