



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

AUTOESTIMA PREVALENTE DE LAS

ADOLESCENTES EMBARAZADAS DEL

ASENTAMIENTO HUMANO PACHITEA PIURA, 2016

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTOR:

BACH. MYRIAM RUIZ VALLADOLID

ASESOR:

MGTR. SERGIO ENRIQUE VALLE RÍOS

PIURA - PERÚ

2018

JURADO EVALUADOR Y ASESOR DE TESIS

Mgr. Carmen Patricia Eras Vences
Presidente

Mgr. Susana Carolina Velásquez Temoche
Miembro

Mgr. Kelly Yanet Munárriz Ramos
Miembro

Mgr. Sergio Enrique Valle Ríos
Asesor

AGRADECIMIENTO

A mi asesor:

Por los conocimientos brindados en la realización de la presente investigación, y quien me ayudó a ser perseverante en este proceso.

A mis profesores:

Quienes compartieron sus conocimientos para ayudarme en la formación profesional con capacidad de servicio a los demás.

DEDICATORIA

A Dios:

Porque cada día me regala la oportunidad para ser una profesional con calidad humana.

A mis padres:

Santitos y José a quienes estaré infinitamente agradecida, porque me enseñaron que en la vida se puede lograr todo lo que te propongas, si te esfuerzas mucho.

A mi familia:

Quienes son la principal motivación para mi crecimiento personal y profesional.

RESUMEN

El presente estudio de investigación tuvo el objetivo de determinar la autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016. Fue una investigación de tipo cuantitativo, de nivel descriptivo y diseño no experimental, porque se realiza sin manipular deliberadamente variables; y es de corte transversal porque la información necesaria se ha recogido en un solo tiempo o momento. La población estuvo conformada por 25 adolescentes embarazadas entre los 14 a 19 años de edad. El instrumento utilizado fue la escala de autoestima de Rosemberg modificada (1965); se obtuvo como resultado que el 60% de ellas tienen autoestima baja, el 20% tienen autoestima media, en tanto que también el 20% de ellas tienen autoestima alta. Por lo tanto, se concluye que la mayoría de estas adolescentes embarazadas tiene autoestima baja.

Palabras clave: Autoestima, adolescencia, embarazo.

ABSTRACT

The present research study aimed to determine the prevailing self-esteem of pregnant adolescents of the Pachitea Human Settlement, Piura, 2016. It was a quantitative, descriptive-level and non-experimental design, because it is carried out without deliberately manipulating variables; and it is cross-sectional because the necessary information has been collected in a single time or moment. The population consisted of 25 pregnant teenagers between 14 to 19 years of age. The instrument used was the modified Rosemberg self-esteem scale (1965); it was obtained as a result that 60% of them have low self-esteem, 20% have average self-esteem, while also 20% of them have high self-esteem. Therefore, it is concluded that most of these pregnant teenagers have low self-esteem.

Keywords: Self-esteem, adolescence, pregnancy.

ÍNDICE DE CONTENIDO

JURADO EVALUADOR Y ASESOR DE TESIS	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	iv
RESUMEN.....	v
ABSTRACT.....	vi
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE DE FIGURAS.....	x
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA.....	9
III. HIPÓTESIS:.....	99
IV. METODOLOGÍA	100
4.1 Diseño de la investigación	100
4.2 Población y muestra	100
4.3 Definición y operacionalización de las variables.....	101
4.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos	103
4.5 Plan de análisis.....	105
4.6 Matriz de consistencia.....	105
4.7 Principios éticos	109
V. RESULTADOS	110
5.1. Resultados	110
5.2. Análisis de los resultados.....	117
VI. CONCLUSIONES	121
Aspectos Complementarios.....	121

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	123
ANEXOS	129

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla I

Autoestima de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016	110
--	-----

Tabla II

Autoestima según la edad de 14 a 16 años y de 17 a 19 años de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016	112
--	-----

Tabla III

Autoestima según el grado de instrucción primaria, secundaria, superior no universitario y superior universitario de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016	114
---	-----

Tabla IV

Autoestima según el número de hijos de 0 a 1 y de 2 a más de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016	116
---	-----

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1

Autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016 111

Figura 2

Autoestima según la edad de 14 a 16 años y de 17 a 19 años de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016 113

Figura 3

Autoestima según el grado de instrucción primaria, secundaria, superior no universitario y superior universitario de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016 115

Figura 4

Autoestima según el número de hijos de 0 a 1 y de 2 a más de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016 117

I. INTRODUCCIÓN

Conocer el nivel de autoestima en los últimos años va cobrando trascendencia y objeto de estudio a nivel mundial. En nuestro entorno se observa que la autoestima está un tanto descuidada y no hay mucho interés en desarrollarla en los jóvenes de hoy. Es necesario saber cómo funcionamos; es decir, cuáles son nuestras fortalezas y aspectos positivos y cuáles son nuestras limitaciones que tendremos que aceptar y con las que convivir. La buena o la mala autoestima influirán en todos los aspectos de nuestra vida, en la formación de nuestra personalidad y felicidad. Definir la autoestima no es sencillo, pero es importante saber que para disfrutar de una buena autoestima debemos apreciarnos y aceptarnos. (Núñez, 2015)

Mucho se ha escuchado hablar de la palabra autoestima como parte del vocabulario de las personas, inclusive en muchas de las conversaciones cotidianas, sin embargo, pocos son los que saben realmente el significado y la trascendencia que tiene en nuestras vidas. La autoestima es indispensable para la propia supervivencia psicológica ya que desde que nacemos todos los seres humanos necesitamos sentirnos amados, queridos, y reconocidos por los demás lo cual proporciona seguridad y confianza e inmuniza contra sentimientos de devaluación en el futuro. En especial además de satisfacer las necesidades primarias de los niños (sueño, frío, hambre) es indispensable se les proporcione cuidado y protección por lo que requieren además de un clima de amor, ternura, comprensión y cariño para lograr un óptimo desarrollo de su personalidad. El hecho de sentirse amado, especialmente por personas significativas tiene una enorme influencia sobre la autoestima. Pero se debe reconocer que la autoestima del niño es de los cimientos más importantes para encarar la vida adulta y uno de los recursos más

valiosos que influyen en la forma en cómo se siente, piensa, aprende valora y se relaciona con los demás y se comporta.

También es útil saber con claridad con qué fuerzas se cuenta, qué recursos y limitaciones se tienen, así como conocer los propósitos y objetivos para una mayor productividad en la casa, en el trabajo, en la escuela, los compañeros y amigos. (Marsellach, 1998) citado por Gonzáles y López (2001).

La autoestima sana es esencial para el funcionamiento, motivación, comportamiento y adaptación eficaz del individuo a su medio ambiente, además se ha encontrado que a medida que se tiene una mejor autoestima se tiene mejor salud mental. Segal y Yaharaes (1992) citado por Gonzáles y López (2001).

Se sabe también que desde el ingreso a la escuela primaria hasta los comienzos de la adolescencia, el ambiente social del niño se amplía enormemente, el pequeño sigue desarrollándose física y psicológicamente, además sus capacidades cognitivas cambian ya que se vuelven más complejas y mejor diferenciadas, al mismo tiempo que el ambiente social del niño aumenta, la escuela y sus contactos más frecuentes con sus iguales y con adultos que no son sus padres, cambian sus horizontes intelectuales y sociales, esto le ofrece nuevos retos, pero también tener que enfrentarse a nuevos problemas, lo cual lo llevará a contar con oportunidades de crecimiento personal en general.

Es entonces que la escuela comienza a ejercer su impacto sobre la autoestima del pequeño, ya que según Papalia (1988) citado por Gonzáles y López (2001) sus éxitos o fracasos repercutirán en la forma de percibirse y evaluarse. Si a todo esto se le agrega

que su autoconcepto puede ser distorsionado como consecuencia de los cambios en el desarrollo cognoscitivo y físico entre los 10 y 13 años de edad, ya que alimentan una nueva imagen del propio yo, además empiezan a comparar su cuerpo con el de los adultos, lo que da lugar a actitudes negativas en relación con su apariencia, que afecta directamente su autoestima. Dwyer y Mayer, 1970 citado por Gonzáles y López (2001)

En este mismo sentido, la escuela influye en la autoestima del niño, ya que significa enfrentarse a mayores evaluaciones sobre la forma de pensar y actuar en contraste con la que ha tenido en casa. En general, los alumnos tienen que hacer frente a recordatorios diarios de sus capacidades y limitaciones, recompensa, castigos, éxitos y fracasos, por lo que empezará a formarse una imagen de sí mismo a partir de lo que los otros que le son significativos le dicen que es, es decir, mientras unos niños poseen una imagen positiva de sí mismos, otros pueden empezar a mantener una autoestima negativa.

La adolescencia es una de las etapas de la vida donde se manifiestan diferentes cambios, tanto físicos como psicológicos, los mismos que involucran un aspecto muy importante como es la autoestima y que a veces se ve afectado por el contexto familia, amigos, escuela; también podemos agregar que es un periodo donde se despierta a la sexualidad y por lo tanto es necesario que los adolescentes tengan la información oportuna para prevenir problemas posteriores como el embarazo precoz.

(Voly) Gonzáles y López (2001) menciona que la autoestima constituye parte del habla cotidiano, sin embargo, muchas investigaciones han reafirmado el valor científico que ésta posee en la vida del sujeto, al constituir un elemento fundamental para el desarrollo en los niveles socioafectivos, dando paso a una de las áreas más importantes en la configuración personal.

En la etapa de la adolescencia es cuando se reconocen más dificultades en la autovaloración, asociadas con la imagen negativa que desarrollan ante las concepciones de los demás por eso, es fundamental el apoyo social de los jóvenes, además de que su comportamiento y su autoconcepción se ve modificado por las situaciones que está viviendo. En los adolescentes es necesaria una adecuada autoestima, ya que es uno de los periodos más críticos para la formación de una firme identidad se debe reconocer que hay múltiples aspectos y dimensiones que influyen en esto, como la autovaloración, la autoimagen negativa y la socialización, además de la inferencia que tienen las situaciones con amigos, en el hogar y en el colegio, para que así el joven se pueda reconocer como un individuo distinto a los demás, reconozca sus posibilidades, su talento y se sienta valioso. Sin embargo, es fundamental. (Quispe, 2015).

Según se estima a nivel mundial los embarazos en las adolescentes, son el resultado directo de la condición inferior de la mujer cuyo papel en la sociedad está devaluado.

Sabemos que es característica de todas las sociedades que mujer tenga menos acceso o ejerza menos control de los recursos de valor que el hombre; por ejemplo, en los países en vías de desarrollo, generalmente a ellas se les niega la educación y las habilidades para competir. A si, la maternidad se presenta como el único modo de alcanzar un lugar en la sociedad. (Pasache, 2016).

Precisamente, un informe de la UNFPA que será discutido en la reunión establece que el embarazo adolescente continúa siendo uno de los desafíos más importantes en materia derechos y de salud sexual y reproductiva para la región. Es, sin lugar a dudas, la causa y la consecuencia de grandes desigualdades sociales, económicas y de género, que afectan a la salud y al desarrollo individual, educativo y social de las y los adolescentes.

La UNFPA (Fondo de Población de las Naciones Unidas) insistió en que, en los veinte años transcurridos desde la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo de El Cairo, que marcó la agenda internacional en temas de demografía y que se pretende actualizar y revisar durante la reunión de Montevideo, "globalmente se han hecho progresos".

En Panamá un reciente informe del ministerio de salud nos revela que, ha registrado 9086 casos de embarazo en adolescentes, número superior a lo que se registró en el 2016 que fue de 8.227 casos, las edades de estas adolescentes oscilan entre los 10 y 19 años de edad. (Diego, 2018).

Además, un estudio elaborado por la ONG Save the children nos comunica que, en el Perú, actualmente 14 de cada 100 adolescentes entre 15 y 19 años son madres y/o han estado embarazadas. (El Comercio, 18 de junio del 2017).

De igual forma según la organización mundial de la salud (OMS) como citó Diego, (2016) revela que alrededor de 16 millones de niñas entre 15 y 19 años, salen embarazadas, el cual representa aproximadamente el 11% de la población.

Datos de Naciones Unidas apuntan que en América Latina el 10 % de las adolescentes entre 15 y 19 años son madres y se estima que un 38 % de las mujeres queda embarazada antes de cumplir 20 años. Diego (2016).

A nivel nacional el porcentaje de mujeres adolescentes (14 a 19 años) que están o han estado alguna vez embarazadas se mantiene a niveles estables (alrededor del 13%) en las últimas dos décadas. Los porcentajes varían notablemente según se trate de adolescentes pobres o no pobres, urbanas o rurales, y según región natural (en la selva supera el doble del promedio nacional), lo que las limita para aprovechar sus escasas oportunidades educativas, laborales y de desarrollo personal y familiar en sus

transiciones hacia la vida adulta. Aunque a nivel rural se registra un leve descenso, a nivel nacional el valor se mantiene estable, a causa de un leve aumento en las áreas urbanas, incluyendo Lima Metropolitana, cuyas poblaciones crecen, a diferencia de las poblaciones rurales. (Pasache, 2016).

A nivel regional el promedio de embarazos en adolescentes supera al porcentaje nacional de 13,2%. De acuerdo a la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) aplicada en el 2012 en nuestra región, 16 de cada 100 gestantes concibieron entre los 12 y 17 años. El especialista de la gerencia de Desarrollo Social del Gobierno de Piura, señaló que el año pasado la DIRESA reportó 3130 casos de embarazos adolescentes en ocho provincias. (Pasache, 2016).

Como futuros profesionales de la salud mental somos conscientes que enfrentamos una problemática muy compleja frente a la que no podemos ser indiferentes, por ello surge la presente investigación.

Teniendo en cuenta lo anteriormente mencionado surge la siguiente pregunta: ¿Cuál es la Autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016?

El objetivo general planteado fue determinar la autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016.

Específicamente se plantaron los siguientes objetivos:

- Determinar la autoestima según la edad de 14 a 16 años y de 17 a 19 años de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016.

- Determinar la autoestima según el grado de instrucción primaria, secundaria, superior no universitario y superior universitario de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016.
- Determinar la autoestima según el número de hijos de 0 a 1 y de 2 a más de las adolescentes embarazadas del Asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016.

El estudio justifica su realización a nivel teórico científico porque nos permitirá conocer más sobre el embarazo en las adolescentes ya que se mencionan autores con sustentos teóricos reconocidos y actualizados; desde el punto de vista práctico; los resultados nos permiten saber cuál es la autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016 y puede servir para sugerir recomendaciones a los padres de familia, docentes y personas interesadas en el tema, para el beneficio de los jóvenes.

El instrumento utilizado fue la escala de autoestima para de Rosenberg modificada (1965).

El presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo, nivel descriptivo y diseño no experimental.

El trabajo se presenta estructurado de la siguiente forma:

Introducción: da lugar a la caracterización del problema, el enunciado del problema, además de la justificación, en la cual se proponen los argumentos necesarios para la realización del estudio, así como también los objetivos generales y específicos.

Revisión de la Literatura: que incluye los antecedentes encontrados del estudio en mención, y las bases teóricas para la variable de la investigación.

Hipótesis: donde se indican en forma general y específicas.

Metodología: la cual nos indicará el diseño, población y muestra, definición y operacionalización de variables, técnicas e instrumentos de recolección de datos, plan de análisis, matriz de consistencia, principios éticos.

Resultados: obtenidos en el estudio y se analizan con ayuda de los antecedentes y el marco teórico.

Conclusiones: donde se exponen en las más destacadas obtenidas en la investigación, además de los aspectos complementarios o recomendaciones.

Referencias Bibliográficas: como fuentes de información consultadas para realizar el informe de la investigación.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Antecedentes

2.1.1. Internacionales

Jiménez, Juárez y Sánchez (2010) realizaron un estudio con la finalidad de determinar el nivel de autoestima y depresión que presentan las mujeres adolescentes durante el embarazo. La metodología fue de tipo cuantitativo, nivel descriptivo, diseño no experimental la muestra fue: 45 mujeres adolescentes de 11 a 19 años que acudieron a consulta de gineco-obstetricia de un hospital del Estado de México. Para evaluar el nivel de depresión y autoestima se utilizaron los instrumentos de Depresión en Adolescentes (IDA) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Los resultados indicaron que la edad media fue de 17 años, el 86% de las adolescentes tenían autoestima baja.

Ceballos, Camargo, Jiménez y Requena (2011) realizaron una investigación con el objetivo de determinar el nivel de Autoestima y los factores sociodemográficos en adolescentes en estado de embarazo. La metodología fue de tipo cuantitativo, nivel descriptivo, diseño no experimental de corte transversal, la población objeto de estudio estuvo constituida por 22 adolescentes embarazadas, entre los 11 y los 18 años, de un barrio localizado al noreste de la ciudad de Santa Marta (Colombia). Como instrumento se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). Resultados: el 30% presentó autoestima baja, el 60% reflejó autoestima media y el 10% mostró autoestima alta.

Moreno, P. (2014) realizó una investigación con el objetivo de determinar el apoyo familiar y nivel de autoestima en embarazadas adolescentes de 11 a 19 años de edad en la unidad de medicina familiar número 64 del Instituto Mexicano del Seguro Social de Tequesquahuac. El método fue de nivel descriptivo corte transversal. La población fue

una muestra de 105 embarazadas adolescentes, se utilizó un cuestionario que incluyó 2 instrumentos de evaluación auto aplicables para la medición de apoyo familiar y la Escala de Autoestima de Rosenberg. En los resultados se encontró que la mayoría de las embarazadas adolescentes mostraron tener una autoestima alta.

2.1.2 Nacionales

Quispe, D. (2015) realizó un estudio cuyo objetivo fue determinar los factores psicosociales, culturales y familiares asociados a la autoestima de las adolescentes embarazadas en el Hospital Regional Manuel Núñez Butrón de Puno. El método empleado fue de tipo cuantitativo, nivel descriptivo y diseño no experimental; para ello se aplicó la escala de Evaluación de Autoestima de Rosemberg, la muestra fue de 80 adolescentes embarazadas, entre las edades de 14 a 19 años. En los resultados se observaron que el 55% de las adolescentes embarazadas viven dentro de una familia nuclear y el 65% tiene una autoestima media.

Ñiquen, C. (2015) realizó una investigación con la finalidad de determinar el clima social familiar y nivel de autoestima en adolescentes embarazadas del Hospital Tomás Lafora en Guadalupe. Fue un estudio de nivel descriptivo, correlacional, diseño no experimental, la muestra estuvo constituido por 49 adolescentes embarazadas de 14 a 19 años de edad, se utilizó el Inventario de Autoestima de Coopersmith (forma adulta) y la Escala social Familiar de Moos, Como resultado de obtuvo que el 49% de la población tiene autoestima media, clima social familiar alto, lo que indica que sí existe una relación significativa entre ambas variables.

Diego, I. (2016) realizó un estudio cuyo objetivo fue describir la autoestima de las adolescentes gestantes de los Puestos de Salud de la ciudad de Chimbote. Fue un estudio de tipo cuantitativo, nivel descriptivo, no experimental, llegando a obtener una muestra de 50 adolescentes gestantes de 14 a 19 años de edad. El instrumento usado fue la Escala de Autoestima de Rosenberg. El resultado del estudio fue que la mayoría de las adolescentes gestantes de los Puestos de Salud de Chimbote, presentaron autoestima baja.

2.2 Bases teóricas de la investigación:

2.2.1 Autoestima

2.2.1.1 Definición:

Para hablar de la autoestima en la persona se plantea por lo menos dos interesantes desafíos, el primero tiene que ver con el propio concepto, con su definición y el significado que le damos. El segundo reto nos lo plantea el hecho de que la naturaleza de la autoestima es esencialmente subjetiva e invisible.

Varios son los autores que han tratado de definirla, pero sobre todo de marcar su importancia en el desarrollo personal del individuo, para estudiar el término autoestima abordaremos la definición de algunos de ellos desde el enfoque psicológico.

Morris Rosenberg (1965) citado por Steiner (2005) sociólogo de profesión publicó su libro “La sociedad y la autoestima del adolescente”, donde señala que la autoestima es una apreciación positiva o negativa

hacia sí mismo, que se apoya en una base afectiva y cognitiva, puesto que el individuo siente de una forma determinada a partir de lo que piensa sobre sí mismo. Manifiesta que la autoestima es aquella valoración que tenemos de nosotros mismos, de nuestra manera de ser, de quienes somos. Asimismo, es la estimación que el adolescente hace del conjunto de rasgos corporales, mentales y/o espirituales los cuales establecen su propia personalidad. La autoestima es aquella actitud hacia sí mismo, es decir la manera de pensar, amar y sentir; además es aquella disposición permanente según el cual nos enfrentamos con nosotros mismos siendo el contexto primordial por el cual implantamos nuestras experiencias y/o vivencias en función a nuestro yo personal; todo esto se adquiere y se genera como aquel resultado de las vivencias y experiencias de cada persona.

Por su parte Dunn (1996), citado por Steiner (2005) afirma que la autoestima es la energía que coordina, organiza e integra todos los aprendizajes realizados por el individuo a través de contactos sucesivos, conformando una totalidad que se denomina “sí mismo”. El “sí mismo” es el primer subsistema flexible y variante con la necesidad del momento y las realidades contextuales.

Así mismo, Coopersmith (1996) citado por Steiner (2005) sostiene que la autoestima es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo. Esta autoestima se expresa a través de una actitud de aprobación o desaprobación que refleja el grado en el cual

el individuo cree en sí mismo para ser capaz de sentirse 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 lo cual implica un juicio personal de su valía.

La autoestima está vinculada con las características propias del individuo, el cual hace una valoración de sus atributos y configura una autoestima positiva o negativa, dependiendo de los niveles de consciencia que exprese sobre sí mismo.

El autor indica que la autoestima es base para el desarrollo humano. Indica que el avance en el nivel de consciencia no sólo permite nuevas miradas del mundo y de sí mismos, sino que impulsa a realizar acciones creativas y transformadoras, impulso que para ser eficaz exige saber cómo enfrentar las amenazas que acechan, así como materializar las aspiraciones que nos motivan.

Esta necesidad de aprendizaje aumenta en la misma proporción que lo hacen los desafíos a enfrentar, entre los cuales sobresale la necesidad de defender la continuidad de la vida a través de un desarrollo equitativo, humano y sustentable. Steiner (2005).

El padre de la Psicología norteamericana William James hizo su primer intento por definir la autoestima: “Yo que para la época he arriesgado todo para ser psicólogo, me siento mortificado si otros saben mucho más sobre psicología que yo, pero me alegra revolverme en la más grande ignorancia de la lengua griega. Mis deficiencias en la materia no me producen ninguna sensación de humillación personal” y afirma que sin intento no puede haber. Lo que sentimos con respecto a nosotros mismos en este mundo depende enteramente de los que apostemos ser y hacer. Está determinado por la proporción entre nuestra realidad y nuestras supuestas potencialidades, una fracción en la cual el denominador son nuestras pretensiones y el numerador, nuestro éxito; por lo tanto:

$$\text{Autoestima} = \text{éxito/pretensiones}$$

Dicha fracción puede aumentarse tanto disminuyendo el denominador como aumentando el numerador. Lo primero que nos dice James sobre sí mismo es que basa su autoestima en cómo se compara con los demás en cualquier tema que elige. Si nadie más puede estar a la par de su pericia, su autoestima queda satisfecha. Si alguien lo supera se destruye. Nos está diciendo que en cierto sentido coloca su autoestima a merced de los demás. En su vida profesional, esto le genera el interés creado de rodearse de inferiores; le da razones para temer al talento en vez de acogerlo, admirarlo y complacerse con él. Esta no es la fórmula para una autoestima positiva sino una receta para la ansiedad. Citado por Branden (2011).

McKay y Fanning (1999) citado por Steiner (2005) la autoestima se refiere al concepto que se tiene la propia valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre sí mismo ha recabado el individuo durante su vida. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias así reunidos, se conjuntan en un sentimiento positivo hacia sí mismo o, por el contrario, en un incómodo sentimiento de no ser lo que se espera. Para los autores, uno de los principales factores que diferencian al ser humano de los demás animales es la consciencia de sí mismo; es decir, la capacidad de establecer una identidad y darle un valor. En otras palabras, el individuo tiene la capacidad de definir quién eres y luego decidir si le gusta o no su identidad. El problema de la autoestima está en la capacidad humana de juicio. El juzgarse y rechazarse a sí mismo produce un enorme dolor, dañando considerablemente las estructuras psicológicas que literalmente le mantienen vivo. Los autores agregan que la autoestima se encuentra estrechamente ligada con la aceptación incondicional del individuo y con el ejercicio de sus aptitudes, ya que ambas son fuentes de estímulo. Es importante mencionar que, la disciplina severa, las críticas negativas y las expectativas irreales de los adultos, son muy destructivas.

Barroso (2000) citado por Steiner (2005) asevera que la autoestima es una energía que existe en el organismo vivo, cualitativamente diferente que organiza, integra, cohesiona, unifica y direcciona todo el sistema de contactos que se realizan en el sí mismo del individuo. Este autor ha

conceptualizado la definición de autoestima considerando su realidad y experiencia, permitiéndole responsabilizarse de sí mismo.

Rogers, citado por Gonzáles y López (2001) plantea que la estima positiva está relacionada al proceso de socialización, es decir, que a partir de las interacciones de los individuos con otros, interioriza ciertos valores de la estructura de sí mismo, la estima positiva incondicional (sentirse amado por los otros) conduce a la autoestima condicional. Es decir, que para que la persona se sienta valiosa se requiere haber sido amado por los demás.

Hay autores que distinguen ámbitos sectoriales muy diversos en el sí mismo, en función de que se circunscriba o dé preferencia a esta o aquellas conductas, generalmente vinculadas a las funciones cognitivas y del aprendizaje, a través de las cuales la persona toma conciencia de quién es y, sobre todo, de lo que vale (Gonzáles y López, 2001). Esta sectorización del sí mismo, en la que se privilegian unos comportamientos respecto de otros, podría llegar a constituir, en algunos casos, una aproximación un tanto espuria a la autoestima y su significación al menos desde la perspectiva de la metodología. ¿En función de qué criterio pueden estimarse en más unos comportamientos que otros?, ¿es que acaso las personas proceden de un modo uniforme y riguroso al establecer los valores y criterios a través de los cuales evalúan su propia estimación? No parece que sea así; la experiencia es más bien unánime en sentido contrario. Por otra parte, ¿por qué se ha de valorar más o mejor el propio cuerpo, por ejemplo, que la cordialidad o la simpatía?, ¿quién se atrevería

a fundamentar tal modo de proceder? hecho, si no se conocen es imposible que puedan ser estimadas. Por eso no todas las personas se estiman de la misma manera. Polaino (2003).

González y López (2001) indica que dada la complejidad del estudio de la autoestima diversos autores han subrayado que es un constructo integrado por diferentes dimensiones que han de ser tomadas en cuenta a la hora de explorar la interacción de esta autoevaluación con otras variables de tal forma que se abordarán las diferentes definiciones acerca del concepto con el objetivo de llegar a una definición del constructo. La autoestima de una persona es una estructura central para acercarnos a su propia concepción del mundo, contiene la imagen que la persona tiene de sí misma y de las relaciones factuales con su medio ambiente y por otra parte su jerarquía de valores y objetivos meta. Dichos valores forman un modelo coherente a través del cual la persona trata de planificar y organizar su propia vida dentro de los límites establecidos por el ambiente social.

De hecho, la autoestima presenta consecuencias sociales por ejemplo una autoestima saludable es fundamental para una percepción vital y una competencia emocional que se refleja en la calidad de las relaciones, en cambio una baja autoestima se encuentra presente en la mayoría de los diagnósticos psiquiátricos y por lo tanto en relaciones disfuncionales con el entorno.

La propia autoestima es un agente protector de situaciones estresantes: una elevada autoestima anima al sujeto a participar en un mundo de

relaciones recíprocas, en el que se recibe y ofrece ayuda, posibilitándose el acceso al apoyo social disponible e incidiendo en la promoción del bienestar psicológico. Existen muchas formas de concebir la autoestima, una de las principales aportaciones sobre su estudio surge de las investigaciones realizadas por Shibutani (1971) citado por Gonzáles y López (2001) quien menciona que el hombre a través de una serie de autoconcepciones y autoevaluaciones forma una estimación de sí mismo como objeto de valor (un valor es una preferencia) así el asignarse como tal coloca a un individuo dentro de un orden jerárquico.

Por ello que el valor total que atribuimos a nuestro yo constituye nuestra autoestima, al igual que otros aspectos se aprende de los demás y se convierte en un reflejo del modo en que los demás nos consideran, del valor que creemos que los otros nos dan, estableciendo una interacción entre la autoestima del individuo y la estimación que otros manifiestan.

También se define la autoestima como los juicios sobre la propia valía, que se puede ver afectada por los rasgos de valores culturales (servicio, honestidad, etc.) y por otros que perciben como valiosos y significativos en los demás, la autoestima se desarrolla cuando el niño es capaz de percibirse a sí mismo como competente, ya que esta percepción refleja las creencias referentes a la habilidad para lograr el éxito en tareas particulares.

La autoestima ha sido definida como un juicio, un sentimiento una actitud con una cualidad positiva o negativa, de aprobación o desaprobación respecto de sí mismo.

El significado primordial de la autoestima es la confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad. Nathaniel Branden (1995) psicoterapeuta canadiense, da la siguiente definición de autoestima: “La autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. Más concretamente, podemos decir que la autoestima es lo siguiente:

1. La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida.
2. La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.

La autoestima consiste en valorar y reconocer lo que uno/a es y lo que puede llegar a ser, según Enrique Rojas, citado por Branden (1995) en *¿Quién eres?*, la autoestima “se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en los cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales

y culturales. En estas condiciones va creciendo la propia satisfacción, así como la seguridad ante uno mismo y ante los demás.”

Según Lagarde citado por Branden (1995) la autoestima es parte de la identidad personal y está profundamente marcada por la condición de género que determina en gran medida la vida individual y colectiva de las mujeres, tanto de manera positiva como de forma nociva, repensar la autoestima desde el feminismo ha generado un campo teórico comprometido con los intereses de las mujeres y explica que sin soledad no hay desarrollo de la autoestima, debido a que la soledad es un estado imprescindible de conexión interior, de autoconocimiento mediante la evocación, el recuerdo, la reflexión, el análisis y la comprensión, y es, desde luego, un estado imprescindible para descansar de la tensión que produce la presencia de los otros. La soledad es un estado necesario para experimentar la autonomía.

Branden (1995) es contrario a la tradición que ve como modo de elevar la autoestima el conseguir la valoración de las personas significativas de nuestro entorno. Entiende que realmente no necesitamos la valoración de los demás sino más bien la de nuestro interior. En sus palabras: “Si nos desarrollamos de forma normal, transferimos la fuente de aprobación del mundo a nosotros mismos; pasamos de lo exterior a lo interior.”

Por supuesto que el camino hacia una autoestima sana es sinuoso, entraña dificultades que hay que sortear, si bien merece el esfuerzo y, sobre todo, hay que entender que es un proceso personal, una trayectoria que parte de

una decisión íntima cuando es iniciado en la adultez. Lagarde aclara lo siguiente: “Subjetivamente la autoestima se sostiene y se nutre de un conjunto de capacidades que provienen de la individualización: la autovaloración, la autocrítica, la autoevaluación, la disposición a la responsabilidad propia, la asunción de decisiones propias. Y todo ello conduce al desarrollo de experiencias relacionales y subjetivas primordiales para las mujeres: a la vivencia de tener límites personales, es decir, a la diferenciación en relación con los otros y a la posibilidad de la autonomía entendida como definición y delimitación del yo.”

Baron (González y López, 2001) define a la autoestima como la propia percepción que cada persona hace de sí misma que involucra a los factores internos y externos que pueden regular o disminuir, esta propia autoevaluación genera una actitud en el individuo que puede ser positiva o negativa.

Maslow (Núñez, 2017)) dentro de la psicología social y especialmente en la teoría de la motivación se dice que la autoestima “se da solo si podemos respetar a los demás cuando uno se respeta a sí mismo, sólo podemos dar cuando nos damos a nosotros mismos, solo podemos amar cuando nos amamos a nosotros mismos” Se deduce que la autoestima es la valoración positiva o negativa a sí mismo.

Remitiéndonos a su pirámide de las necesidades en la jerarquía la autoestima está en el cuarto lugar, si se ha cubierto en gran parte los tres anteriores como son: alimento, vivienda y vestido (primer lugar) luego

seguridad física y psicológica (segundo lugar) sin ella el individuo no puede desarrollar auténtica confianza para relacionarse consigo mismo y con los demás y las relaciones de afecto y amor estables (tercer lugar) entonces la persona tiene las bases que se requieren para desarrollar la autoestima. Beuaregard, Bouffard y Duclos (2005).

Meléndez (Núñez, 2017) propone el siguiente concepto de autoestima: La autoestima es ser capaz de aceptarse y valorarse positivamente. La formación de la autoestima es un proceso que parte del conocimiento de sí mismo.

Cuando el concepto de sí mismo es pobre o equivocado, la persona no se tiene respeto ni aceptación, reflejando una baja autoestima. En la medida que cada persona se conozca mejor, podrá ayudar a fortalecer la autoestima de los demás, reconociendo habilidades y estimulando logros y cualidades.

Tener una buena autoestima permite desarrollar y establecer relaciones interpersonales positivas. Es importante formar la autoestima de manera saludable, positiva, optimista, para sentirse eficaces, productivos, capaces y afectivos, aún en circunstancias adversas.

Rodríguez (1985) citado por Gonzáles y López (2001) quien explica que es la base y centro del desarrollo humano, el reconocimiento, concentración y práctica de todo su potencial, y cada individuo es la

medida de amor hacia sí mismo, su autoestima de referencia desde la cual se proyecta.

Vallés, Gonzáles y López (2001) nos afirma que la autoestima es la valoración personal que nos permitirá una adaptación a la vida y como esta puede afectar o beneficiar a un individuo de aquí que la define como: “la valoración o agrado que se tiene a uno mismo”. Para él la autoestima está conformada por tres componentes básicos:

-La dimensión cognitiva: pensamientos, ideas, creencias, valores, atribuciones.

-La dimensión conductual: lo que decimos y hacemos.

-La dimensión afectiva: lo que sentimos.

Por lo tanto, la formación de la autoestima está marcada por el sentir, pensar y hacer de cada individuo. Para llegar a formar una autoestima positiva hay que desarrollar primero dos factores:

1. El autoconcepto: es la opinión que tenemos de nuestra personalidad y sobre todo de nuestro comportamiento.

2. La autoimagen: es la representación mental que hacemos de nosotros mismos.

Es decir, después de saber quiénes somos y la idea que tenemos sobre nosotros mismos, seremos capaces de valorarnos, de estimarnos, de querernos, en mayor o menor medida. Eso pues, es la autoestima. Por lo

tanto, si en el proceso de la formación de la autoestima uno de estos dos componentes no es desarrollado de manera satisfactoria, obstaculizará la formación de una autoestima positiva, ya que ambos se encuentran relacionados; si el autoconcepto no es bien formado afecta la autoimagen y viceversa, dejando como resultado una autoestima deficiente. Ramos y Sotelo (2011).

Los psicólogos María José Quiles y Sonsoles Ortiz, señalan que en lo que respecta a nivel psicológico, la autoestima es un factor de la personalidad y para poder conocerla y desarrollarla se deben analizar tres componentes en la persona:

1. Nivel cognitivo: auto concepto personal, que es la representación mental que un sujeto tiene de sí mismo.
2. Nivel afectivo: auto evaluación, el juicio o valor que hacemos sobre nuestras cualidades personales.
3. Nivel conductual: aparece la acción como resultado de los componentes anteriores, manifestándose a nivel externo con verbalizaciones e intenciones de la persona.

Por tanto, definen a la autoestima como “un elemento fundamental que garantiza un buen ajuste emocional y cognitivo, una buena salud y unas relaciones sociales satisfactorias en la etapa adolescente. La autoestima es la valoración que realizamos de nosotros mismos, basada en pensamientos,

sentimientos, sensaciones y experiencias que hemos recogido a lo largo de nuestra vida. Ramos y Sotelo (2011).

María Julia Vernieri define a la autoestima como: “la percepción valorativa que se tiene de sí mismo, cada uno está convencido de ser de determinada manera, de cómo es su cuerpo, forma de ser, rendimiento intelectual, capacidad de relación. Cada persona está persuadida de cuáles son las características que configuran su personalidad y ello sin ninguna duda influye directamente en su conducta.

José Antonio Alcántara define a la autoestima como “una actitud hacia uno mismo, la autoestima como actitud es la forma habitual de pensar, sentir, amar y comportarse consigo mismo. Es la disposición permanente según la cual nos enfrentamos con nosotros mismos y es el sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias refiriéndolas a nuestro yo personal. Es decir, la autoestima constituye las líneas conformadoras y motivadoras que sustentan y dan sentido a nuestra personalidad. Ramos y Sotelo (2011)

Las definiciones anteriores respecto a la autoestima en general la consideran como: evaluación del sí mismo, el valor total del yo, los juicios sobre la propia valía sentimiento hacia sí mismo, actitud de aprobación hacia sí mismo, consideraciones de los demás, percepción de amor por parte de los demás, distancia entre el yo real y el yo ideal; es así que se abren dos vertientes: la que hace referencia al propio sujeto en cuanto a una mera autoconcepción (actitud y sentimiento hacia uno mismo) y la

otra con un sentido más social considerando la forma como creemos que somos evaluados por los demás, a la primera se le puede considerar en un sentido individual mientras que a la segunda más hacia lo social y colectivo.

De modo más concreto la autoestima puede definirse como la conciencia del valor personal que uno se reconoce, se manifiesta por un conjunto de actitudes y de creencias que nos permite enfrentarnos al mundo y a las dificultades de la vida. Es importante precisar qué entendemos por “la conciencia del valor personal”, no es el valor como tal lo que está en juego, sino, la conciencia de este valor. Muchos individuos (niños, adolescentes y adultos) dan prueba de grandes cualidades, manifiestan su competencia y su talento, pero al no ser conscientes de ello, sienten poca estima por sí mismos; la manifestación de fuerzas y habilidades especiales no hace que una persona tenga buena autoestima, la clave de la autoestima se encuentra en el proceso de “concienciación” o de autoconocimiento.

La autoestima es una representación afectiva que nos hacemos de nosotros mismos, es un juicio positivo para con nosotros referido a nuestras cualidades y habilidades. Es también la capacidad de conservar en la memoria estas representaciones positivas, para poder utilizarlas haciendo frente a los desafíos, superando las dificultades y viviendo en la esperanza. Moreno (2014).

Es así que a partir de las diferentes concepciones del término autoestima se propone una definición: La autoestima es una estructura cognitiva de

experiencia evaluativa real e ideal que el individuo hace de sí mismo, condicionada socialmente en su formación y expresión, lo cual implica una evaluación interna y externa del yo. Interna en cuanto al valor que le atribuimos a nuestro yo y externa se refiere al valor que creemos que otros nos dan. Gonzáles y López (2001).

Entendemos que trabajar la autoestima mejorará nuestra salud física, afectiva y mental ya que las personas con autoestima alta tienen confianza en sí mismos, toman sus propias decisiones, asumen responsabilidades, sus relaciones personales son satisfactorias y se aprecian como seres únicos y especiales; mientras que las personas con autoestima baja tienen desconfianza en sí mismos, temor y miedo al fracaso, dudan en la toma de decisiones y evitan responsabilidades.

Es evidente la importancia e influencia que la autoestima tiene en el comportamiento y formación del individuo en los aspectos escolar, familiar y social, así como en su desarrollo personal y emocional. Consideramos que es posible favorecer las condiciones de esta para que pueda formarse de manera adecuada. Ramos y Sotelo (2011).

2.2.1.2 Características de la Autoestima

Coopersmith (Steiner, 2005) sugiere que existen tres características:

1. La autoestima es susceptible, debido a los cambios que experimente, pero va a depender de su entorno y de sus experiencias. De igual manera,

da entender que va jugar un rol importante el sexo, la edad y otras condiciones que definen el rol sexual.

2. Dado que la autoestima está estrechamente vinculadas a las experiencias de cada persona, que son distintas a los demás. La autoevaluación exige a la persona, que examine su rendimiento sus capacidades, atributo y valores personales, que va influir en sus decisiones de su propia valía.

3. Se ha tratado que el individuo genere una propia valoración y tenga consciencia de sus actitudes, tenderá examinarse considerando las apreciaciones que tiene de sí mismo.

También, Barroso, citado por Salazar (2016) afirma que la autoestima incluye unas características esenciales entre las cuales se encuentran que el grado en el cual el individuo cultiva la vida interior, se supera más allá de las limitaciones, valora al individuo y a los que le rodean, posee sentido del humor, está consciente de sus destrezas y limitaciones, posee consciencia ecológica, utiliza su propia información, posee sentido ético, establece límites y reglas, asume sus errores y maneja efectivamente sus sentimientos.

El hombre ha de conseguir una imagen positiva de sí mismo para poder consolidar y potenciar su autoestima, importa aclarar el modo cómo mejorar la imagen personal, la imagen positiva de sí es un hábito aprendido y largamente reforzado. ¿Cuál es la persona humanamente desarrollada y completa? Respuesta nada fácil de dar, pero podríamos

decir que es la que sabe valorarse en su dignidad y agradecida por ello sabe vivir jubilosamente. Por eso el proceso de mejora de la personalidad implica:

-Amor de sí profundo y verdadero; porque vive seguro de sí mismo y libre de obsesiones, vive dándose cuenta de su mundo interior, es responsable en sus relaciones consigo y con los demás, desde esta perspectiva ya podemos incluir la autoestima como uno de los elementos básicos del desarrollo personal, ya que elevar el propio sentido de responsabilidad corresponde a hacernos cargo de nuestra vida y esta es una de las manifestaciones básicas del crecimiento como persona. Se considera que las persona con buena autoestima se encuentran en paz consigo mismas, están abiertas a relacionarse de forma empática y comprensiva, se aceptan a sí mismas como personas autorrealizantes o en aprendizaje y crecimiento continuo y en su desarrollo personal no se dejan vencer por errores o debilidades sino, que aprenden de ellos; la autoestima es el requisito previo indispensable para una vida plena. “Muchas personas nunca llegarán a ser felices porque no han encontrado la forma de dar lo mejor de sí mismas” Izquierdo (2008).

Para Branden (1995) la autoestima verdadera, a diferencia de la ilusión de autoestima, se logra como parte de un proceso de aprendizaje que integra los siguientes factores:

1. La autocrítica, como un proceso que incluye el reconocimiento de los propios errores, aceptarlo, saber perdonar y por fin superarlos, así como reconocer aquello que se hace bien, que genera satisfacción y sentido de utilidad, sea o no reconocido por los demás: es suficiente con el propio reconocimiento.

2. La responsabilidad: aceptar que la propia vida es consecuencia de las decisiones personales y salir del rol de víctima, del papel secundario porque en el caso de las mujeres no son el retrato fuera de foco de una fotografía tomada por otro, sino, que pueden ser las protagonistas de su propia existencia. De tal manera que si el presente no brinda satisfacción es porque se está permitiendo de algún modo, por acción o por omisión que así suceda.

3. El respeto hacia sí misma y hacia el propio valor como persona: para ejercer la igualdad primero hay tener bien claro la propia valía, de que no se es menos que “nadie” incluyendo a los hombres. El tiempo que se dedica a las labores domésticas, es un tiempo dedicado a la familia, por lo tanto, merece el reconocimiento tal porque no se hace en forma automática sino, que es tiempo dedicado a los demás y a la vez permita recuperar espacios personales para la salud psíquica. El respeto hacia sí misma debe partir del reconocimiento propio, del amor propio y del derecho a ser felices como los demás.

4. El límite de los propios actos y el de los actos de los demás: relacionado con el respeto está la cuestión del principio que debe regir los actos y el de

no dañar al otro y no permitir que el otro me dañe. El principio de no iniciar una acción con la intención de dañar al otro es no haber tenido ni siquiera la intención ni la voluntad de dañarlo, que implica la cuestión de que también se tiene el derecho de evitar que el otro también nos cause daño, de reivindicar el respeto como condición básica de toda relación.

5. La autonomía: como la búsqueda de espacios para la autorrealización y la independencia, es tan importante como los otros aspectos y quizás se consiga luego de haber transcurrido un buen camino de ese trayecto denominado autoestima.

El camino a la autoestima es sinuoso, no es fácil partir de la desvalorización propia o ajena hacia la meta que es la valorización propia, sobre todo cuando este camino se inicia en la madurez porque no viene como equipaje de la infancia o adolescencia, Branden al respecto señala: “El nivel de nuestra autoestima no se consigue de una vez y para siempre en la infancia, puede crecer durante el proceso de maduración o se puede deteriorar. Hay gente cuya autoestima era más alta a los diez que a los sesenta y viceversa. La autoestima puede aumentar o decrecer y aumentar otra vez a lo largo de la vida”.

2.2.1.3. Componentes de la Autoestima

Alonso (2003) en su investigación considera que toda persona tiene “su nivel promedio de autoestima” en el que habrá fluctuaciones inevitables y

normales, así como los hay en todos los estados psicológicos y puede venir representado de la siguiente manera:

- Depresión
- Tristeza
- No satisfecho, no realizado
- A veces bien, a veces no
- Bastante satisfecho
- Complacido, positivo, muy satisfecho
- Encantado, emocionado, muy feliz.

Según Coopersmith citado por Moreno (2001) existen cuatro criterios que fundamentan la imagen de sí mismo como elemento constituyente de la autoestima:

- Significación: grado en que la persona siente que es amada y aceptada por aquellos que son importantes para ella.
- Competencia: capacidad para desempeñar tareas que se consideren importantes.
- Virtud: capacidad para la obtención de niveles morales y éticos
- Poder: grado en que la persona puede influir en su vida y en la de los demás.

Lorenzo (2007) citado por Sparisci (2013) y basándose en la psicoterapeuta Branden, en la estructura de la autoestima encontramos tres tipos de componentes que operan de manera interrelacionada, presentan una influencia mutua. El aumento positivo o el deterioro de algunos de estos componentes comportan una modificación de los otros en el mismo sentido:

. Componente cognitivo (cómo pensamos) indica idea, opinión, percepción de uno mismo, es el autoconcepto, también acompañado por la autoimagen o representación mental que tenemos de nosotros, ocupa un lugar fundamental en la génesis y el crecimiento de la autoestima.

. Componente afectivo (cómo nos sentimos) nos indica la valoración de lo positivo y negativo que hay en nosotros, implica un sentido de lo favorable o desfavorable, de lo agradable o desagradable, que vemos en nosotros. Significa sentirse bien o a disgusto con uno mismo, es un juicio de valor sobre nuestras cualidades personales.

. Componente conductual (cómo actuamos) significa tensión, intención y decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento coherente y consecuente. Es la autoafirmación dirigida hacia uno mismo y la búsqueda de consideración y reconocimiento por parte de los demás.

2.2.1.4. Niveles de la Autoestima

Según Rosenberg (Diego,2016)) la autoestima posee tres niveles:

Autoestima baja: Cuando se ponen trabas de sí mismo a la hora de querer conseguir algo.

Autoestima media: Suficiente confianza así mismo, afronta la vida con cierto equilibrio y asume las dificultades que se les presenta en su vida.

Autoestima elevada: Creen plenamente en sí mismo, en su trabajo y tienden a sentirse superiores, implicando desprecio por los demás, debido a su amor excesivo por ellos mismos.

Según Coopersmith (1976) citado por Sparisci plantea que existen diversos niveles de autoestima por lo que cada persona reacciona ante situaciones similares, de forma diferente, teniendo expectativas diferentes ante el futuro, reacciones y autoconceptos desiguales. Caracteriza a las personas con alta, media y baja autoestima y las define con las siguientes características:

. Autoestima alta:

Baja destructividad al inicio de la niñez, son personas expresivas, asertivas, con éxito académico y social, confían en sus propias percepciones y esperan siempre el éxito, consideran su trabajo de alta calidad y mantienen altas expectativas con respecto a trabajos futuros, manejan la creatividad, se autorrespetan y sienten orgullo de sí mismos, caminan hacia metas realistas.

. Autoestima media:

Son personas expresivas, dependen de la aceptación social, igualmente tienen alto número de afirmaciones positivas, siendo más moderadas en sus expectativas y competencias que las anteriores.

. Autoestima baja:

Son individuos desanimados, deprimidos, aislados, consideran no poseer atractivo, son incapaces de expresarse, defenderse, se sienten débiles para vencer sus deficiencias, tienen miedo de provocar el enfado de los demás, su actitud hacia sí mismo es negativa, carecen de herramientas internas para tolerar situaciones y tensiones.

Feldman (2005) considera que los adolescentes con alta autoestima son con frecuencia:

- optimistas y entusiastas respecto a la vida
- confiados
- amistosos, interesados por los otros y corteses
- felices, con sentido del humor
- dispuestos a asumir riesgos y abordar situaciones nuevas
- capaces de fijarse metas
- adaptables y flexibles
- independientes
- con éxito y orgullo personal de su trabajo
- asertivos, expresan sus opiniones.

Mientras que los adolescentes con baja autoestima suelen ser:

- Tímidos y temerosos de tratar cosas nuevas
- Cambiantes, inseguros, negativos y egoístas
- Bajo rendimiento escolar
- Estresados, se quejan y culpan a los demás

- Agresivos y coléricos
- Reservados y con dificultad para llevarse bien con los demás
- Sumisos, imitadores.

Para Feldman (2005), la caracterología que ofrece una persona con una autoestima desarrollada enfocada en crecer, es más o menos, la siguiente:

1. Consciencia. El autoestimado es la persona que todos pueden ser. Alguien que se ocupa de conocerse y saber cuál es su papel en el mundo. Su característica esencial es la consciencia que tiene de sí, de sus capacidades y potencialidades, así como de sus limitaciones, las cuales tiende a aceptar sin negarlas, aunque o se concentra en ellas, salvo para buscar salidas más favorables. Como se conoce y se valora, trabaja en el cuidado de su cuerpo y vigila sus hábitos para evitar que aquellos que le perjudican puedan perpetuarse. Filtra sus pensamientos enfatizando los positivos, procura estar emocionalmente arriba, en la alegría y el entusiasmo, y cuando las situaciones le llevan a sentirse rabioso o triste expresa esos estados de la mejor manera posible sin esconderlos neuróticamente.

En el autoestimado el énfasis está puesto en darse cuenta de lo que piensa, siente, dice o hace, para adecuar sus manifestaciones a una forma de vivir que le beneficie y le beneficie a quienes le rodean, en vez de repetir como robot lo que aprendió en su ayer cuando era niño o adolescente. Esa consciencia de la autoestima, hace que el individuo se cuide, se preserve y no actúe hacia la autodestrucción física, mental, moral o de cualquier tipo. La gratitud es norma

en la vida de quien se aprecia y se sabe bendito por los dones naturales que posee.

2. Confianza. Autoestima es también confianza en sí mismo en las fuerzas positivas con las que se cuenta para abordar el día a día. Esta confianza es la guía para el riesgo, para probar nuevos caminos y posibilidades; para ver alternativas en las circunstancias en que la mayoría no ve salida alguna; para usar la inteligencia y seguir adelante, aunque no se tengan todas las respuestas. Esta es la característica que hace que el ser se exprese en terrenos desconocidos con fe y disposición de éxito. Cuando se confía en lo que se es, no se necesitan justificaciones ni explicaciones para poder ser aceptado. Cuando surgen las diferencias de opinión, confiar en uno hace que las críticas se acepten y se les utilice para el crecimiento.

3. Responsabilidad. El que vive desde una autoestima fortalecida y en constante crecimiento, asume responsabilidad por su vida, sus actos y las consecuencias que éstos pueden generar. No busca culpables sino soluciones. Los problemas los convierte en un “cómo”, y en vez de compadecerse por no lograr lo que quiere, el autoestimado se planteará las posibles formas de obtenerlos. Responsabilidad es responder ante alguien, y ese alguien es, él mismo o Dios en caso de que su visión de la vida sea espiritual. Toma como regalo el poder influir en su destino y trabaja en ello. Quien vive en este estado no deja las cosas al azar, sino que promueve los resultados deseados y acepta de la mejor forma posible lo que suceda.

4. Coherencia: La autoestima permite al individuo vivir de manera coherente y nos impulsa a realizar el esfuerzo necesario para que nuestras palabras y actos tengan un mismo sentido. Aunque el autoestimado guste de hablar, sus actos hablarán por él tanto o más que sus palabras. No quiere traicionarse y se esmera en combatir y vencer sus contradicciones internas.

5. Expresividad. Los que viven confiados en su poder, aman la vida y lo demuestran en cada acto. No temen liberar su poder, aunque puedan valorar la prudencia y respetar las reglas de cada contexto. Mostrar afecto, decir “te quiero”, halagar y tocar físicamente, son comportamientos naturales en quienes se estiman, ya que disfrutan de sí mismos y de su relación con las personas. La forma de vincularse es bastante libre y sin la típica cadena de prejuicios que atan culturalmente al desvalorizar. En esa expresividad, es seguro observar límites, ya que para expresarse no hay que invadir ni anular a nadie. La expresividad del autoestimado es consciente y natural, no inconsciente ni prefabricada.

6. Racionalidad. En el terreno de la autoestima se acepta lo espontáneo, aunque el capricho es indeseable. La vida es vista como una oportunidad lo bastante especial como para no dejarla en manos de la suerte. De esta visión se deriva un respeto por la razón, el conocimiento y la certeza. Quien anda de manos del amor propio, no juega consigo, y por eso, valora el tiempo como recurso no renovable que es. Quien se respeta busca, sin compulsiones, alcanzar un mínimo control de su existencia y para eso usa su inteligencia y capacidad de

discernimiento, confiando en lograr sus objetivos al menor costo. He allí, la consciencia de efectividad de la Autoestima.

7. Armonía. Autoestima es sí misma armonía, equilibrio, balance, ritmo y fluidez. Cuando existe valoración personal, también se valora a los demás, lo que favorece relaciones sanas y plenas medidas por la honestidad, la ausencia de conflicto y la aceptación de las diferencias individuales. Por ser la paz interna es la máxima conquista de la autoestima, quienes están por ese camino hacen lo posible por armonizar y aminorar cualquier indicador de conflicto. Esta armonía interior ahuyenta la ansiedad y hace tolerable la soledad, vista a partir de un estado armónico de vida como un espacio de crecimiento interior, encuentro con uno mismo y regocijo.

8. Rumbo. El respeto hacia sí mismos y hacia la oportunidad de vivir engendra una intención de expresar el ser, de trascender, de lograr y de ser útil. Eso se hace más factible al definir un rumbo, un propósito, una línea de objetivos y metas, un plan para ofrendarlo a la existencia y decir “esto es lo que soy y esto es lo que ofrezco”. La vida es un don que se expresa a través de una misión y una vocación; descubrirlo es tarea de cada quien, y es únicamente en ese camino, donde hallaremos la plenitud y la alegría de vivir. No hacerlo, equivale a nadar en tierra o arar en mar. El rumbo es indispensable, aunque podamos modificarlo, si se llegara a considerar necesario.

9. Autonomía. La autonomía tiene que ver con la independencia para pensar, decidir y actuar; con moverse en la existencia de acuerdo con las propias creencias, criterios convicciones, en vez de como seguimiento del ritmo de

quienes nos rodean. No se puede vivir para complacer expectativas de amigos, parientes o ideologías prestadas, mientras algo dentro de nosotros grita su desacuerdo y pide un cambio de dirección. El autoestimado busca y logra escucharse, conocerse, dirigirse y pelear sus propias batallas confiado en que tarde o temprano las ganará. No se recuesta en la aprobación, sino que mira hacia el interior donde laten sus auténticas necesidades, sin desdeñar lo que el mundo puede ofrecerle.

10. Verdad. El autoestimado siente respeto reverencial por la verdad, no la niega, sino que la enfrenta y asume con sus consecuencias. Los hechos son los hechos, negarlos es un acto irresponsable que nos quita control sobre nuestra vida. Cuando se evade la verdad, comienza uno a creerse sus propias mentiras. No recuerdo quien fue la persona que dijo “no le temas tanto la verdad como para negarte a conocerla”.

11. Productividad. La productividad es un resultado lógico de la autoestima. Me refiero a una productividad equilibrada en las distintas áreas de la vida humana. No a la productividad meramente económica que suele ser causas de enormes distorsiones en las relaciones y en la salud. Esta productividad equilibrada es consecuencia de reconocer y utilizar los dones y talentos de manera efectiva. Iniciativa, creatividad, perseverancia, capacidad de relacionarse y otros factores asociados con una sana Autoestima posibilitan, al entrar en funcionamiento, la obtención de aquello que deseamos, o l menos de algo bastante cercano.

12. Perseverancia. Cuando alguien tiene confianza en sí mismo, es capaz de definir objetivos trazar un rumbo, iniciar acciones para lograr esos objetivos

y, además desarrollar la capacidad para el esfuerzo sostenido, la convicción de que tarde o temprano verá el sueño realizado. La perseverancia es por eso característica clara de la persona autoestimada, para quien los eventos frustrantes son pruebas superables desde su conciencia creativa.

13. Flexibilidad. Es característica de la persona autoestimada aceptar las cosas como son y no como se le hubiese gustado que fueran. Ante la novedad, para no sufrir, es necesario flexibilizar nuestras creencias y adecuar nuestros deseos sin caer, claro está, en la resignación o la inacción. Flexibilidad implica abrirse a lo nuevo, aceptar las diferencias y lograr convivir con ellas; tomarse algunas cosas menos en serio, darse otras oportunidades y aprender a adaptarse. Todas éstas son manifestaciones de inteligencia, consciencia y respeto por el bienestar.

Por tanto, se evidencia como la autoestima implica un crecimiento interno positivo, en el cual se desarrollan las destrezas psicológicas y sociales en el individuo, siendo importante considerar que el deseo de formar personas responsables y comprometidas implica desarrollar la autoestima. Para comprometerse la persona, necesita tener confianza en sí misma, creer en sus aptitudes y encontrar en el propio interior los recursos necesarios para superar las dificultades inherentes a su compromiso.

Asimismo, para ser creativos se necesita tener confianza en sí mismos y ser conscientes de la propia valía; siendo esencial recompensar cualquier trabajo creativo, y apreciar cualquier esfuerzo creativo que realice, haciéndole ver que sus ideas tienen valor; tratarle con respeto; conseguir un

clima que le de seguridad para pensar, crear y sentir libremente; también podrá preguntar cuando crea oportuno; animarle en sus aficiones

2.2.1.5. Importancia de la Autoestima

Hoy hay en todo el mundo una conciencia sobre la importancia de la autoestima, reconocemos que, así como un ser humano no puede esperar realizarse en todo su potencial sin una sana autoestima, tampoco puede hacerlo una sociedad cuyos miembros no se valoran a sí mismos y no confían en su mente.

Todos los seres humanos necesitamos sentirnos amados, especialmente por personas cercanas muy cercanas, por eso más que ser importante la autoestima es una necesidad indispensable para el hombre y así asegurar su desarrollo, ya que nadie tiene asegurado el éxito. Decir que la autoestima es una necesidad básica para el ser humano es lo mismo que decir que es esencial para el desarrollo normal y sano, es importante para la supervivencia, sin autoestima positiva el crecimiento psicológico se ve perturbado, ya que esta actúa como el sistema inmunológico del espíritu proporcionando resistencia, fortaleza y capacidad de regeneración, por lo que la autoestima es la experiencia fundamental de que se puede llevar una vida significativa y al mismo tiempo cumplir sus exigencias. Alonso (2003).

Al analizar la autoestima y su importancia para el individuo, McKay y Fanning (1999), exponen que el autoconcepto y la autoestima juegan un importante papel en la vida de las personas. Tener un autoconcepto y una

autoestima positivos es de la mayor importancia para 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 y contribuye a la salud y equilibrio psíquicos.

Por lo tanto, la autoestima es la clave del éxito o del fracaso para comprendernos y comprender a los demás y es requisito fundamental para una vida plena. La autoestima es la reputación que se tiene de sí mismo. Tiene dos componentes: sentimientos de capacidad personal y sentimientos de valía personal.

En otras palabras, la autoestima es la suma de la confianza y el respeto por uno mismo. Es un reflejo del juicio que cada uno hace de su habilidad para enfrentar los desafíos de la vida (comprender y superar problemas) y de su derecho de ser feliz (respetar y defender sus intereses y necesidades). Es sentirse apto, capaz y valioso para resolver los problemas cotidianos. Steiner (2005).

Sin embargo, continúa diciendo el autor, hay algo que va más allá del aprecio de lo positivo y de la aceptación de lo negativo, sin lo cual la autoestima se desmoronaría. Se trata de la aceptación del siguiente principio, reconocido por todos los psicoterapeutas humanistas, donde se indica que todo ser humano, sin excepción, por el mero hecho de serlo, es

digno del respeto incondicional de los demás y de sí mismo y merece que lo estimen y que él mismo se estime.

Una de las influencias más poderosas para el desarrollo de la autoestima es la educación proveniente de los padres y educadores. De los múltiples mensajes enviados por ambos y que ejercen un efecto sumamente nocivo para los jóvenes se encuentra el mensaje de: “No eres lo suficientemente bueno”, en donde se les deja ver que tienen posibilidades pero que éstas son inaceptables, como, por ejemplo, cuando decimos: “¿Qué le pasa?”, “¡Cállese!”, “Sonría”, “¿Qué ropa la que se puso! El mensaje que reciben es: “llegarás a ser lo bastante bueno, siempre y cuando trates de cumplir mis expectativas”. En otros casos, el mensaje de “no eres lo bastante bueno” no se transmite a través de la crítica, sino más bien cuando los padres sobreestiman lo que deben lograr, lo que les produce una sensación de que no basta con ser quienes realmente son y, al aceptar ese veredicto de no ser lo bastante buenos, se pasan años desviviéndose para obtener el máximo nivel de suficiencia.

Granda (2011) en su investigación considera que 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 (Granda 2011) 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. que el valor que cada persona se otorga a sí misma es de vital importancia para el propio bienestar y para las relaciones personales.

Este autor considera que la gran importancia de la autoestima en nuestra vida puede sintetizarse en los siguientes aspectos:

a. Construye un núcleo de la personalidad. La fuerza del hombre es la tendencia de llegar a ser él mismo, la fuerza impulsadora para el efecto es la voluntad inexplicable que tiene el ser humano, el dinamismo básico del hombre es la autorrealización.

b. Determina autonomía personal. Un objetivo personal de la educación es la formación de personas autónomas, seguras de sí mismas.

c. Posibilita la relación social saludable. El respeto y aprecio hacia uno mismo es la plataforma adecuada para relacionarse con las demás personas, se puede estimar a otros reconociendo sus valores e infundirles un autoconcepto afirmativo.

d. Fundamenta la responsabilidad. El ser humano es capaz de asumir tareas y cumplirlas.

En definitiva, su importancia reside en que ella constituye la plataforma desde la cual proyectamos las diversas áreas de nuestra vida, si me considero valioso, puedo lanzarme a ser más creativo, más productivo, mantener relaciones más saludables y así disfrutar más de la vida, Si aceptamos que la autoestima constituye ese ámbito a partir del cual nos proyectamos, resulta evidente la importancia que tiene trabajar para mejorarla, la búsqueda de la felicidad como tendencia real en el ser humano,

puede encontrar respuesta en la autoestima, que quizá sea la forma más directa de alcanzarla. Uribe (2012).

Será por ello que en alguna ocasión el filósofo griego Aristóteles dijo: “la felicidad es estar contento con uno mismo”, dicho de otra manera, la felicidad consiste en poder disfrutar, aceptar lo que eres y lo que tienes. Cuando lo logras, experimentas una integración cada vez más total, vives un proceso permanente de autoconocimiento, autoaceptación y autoaprecio. La autoestima es la ruta que nos permite lograr lo que deseamos en relación con nosotros, con las relaciones significativas y en torno a nuestro quehacer profesional.

La estructura de la personalidad es creada a partir de las primeras etapas de la vida, en ella se reciben los primeros mensajes de las personas que nos importan, así vamos acumulando experiencias personales que luego será lo que creemos de nosotros mismos, si hemos generado una estructura positiva, estaremos avanzado, pero si esta estructura es producto del maltrato, de las críticas y el desprecio, es probable que nos encontraremos viviendo con una autoestima baja, con una autoimagen pobre de nosotros mismos. Por ello es importante nutrir la autoestima para que nos permita disfrutar de los entornos y situaciones en que nos encontremos. Ruiz (2013).

2.2.1.6 Formación y desarrollo de la autoestima:

La autoestima se instala de forma misteriosa en nuestra vida, desconocemos la ruta que sigue, se introduce como producto de la introyección que se va

teniendo acerca de lo que creo y de lo que los demás opinan de mí y a partir de esa idea se va haciendo una imagen que se instala para luego ser la identidad. De alguna manera se fija en el cerebro, lugar donde se quedaron grabadas las imágenes, las palabras y sensaciones, lo que se llama la mente inconsciente y desde allí gobierna nuestra vida. Si nuestra autoestima es alta, estaremos muy bien, podremos vivir desde un enfoque positivo, pero, si es baja, afectará nuestra manera de vernos, de ver a los demás y a todo lo que nos rodea. Por ello, si queremos vivir felices tendremos una tarea pendiente: impulsar nuestra autoestima.

Decimos también que la autoestima es un aspecto interior, más que exterior, va a determinar la manera como me relaciono con los demás, como interactúo en mi entorno laboral y familiar, además de la manera en que me vinculo conmigo mismo y con lo que hago. Uribe (2012).

Respecto a la formación de la autoestima, Steiner refiere que el concepto del yo y de la autoestima, se desarrollan gradualmente durante toda la vida, empezando en la infancia y pasando por diversas etapas de progresiva complejidad. Cada etapa aporta impresiones, sentimientos, e incluso, complicados razonamientos sobre el Yo. El resultado es un sentimiento generalizado de valía o de incapacidad.

Para desarrollar la autoestima en todos los niveles de la actividad, se necesita tener una actitud de confianza frente a sí mismo y actuar con seguridad frente a terceros, ser abiertos y flexible, valorar a los demás y aceptarlos como son; ser capaz de ser autónomo en sus decisiones, tener

comunicación clara y directa, tener una actitud empática, es decir, capaz de conectarse con las necesidades de sus congéneres, asumir actitudes de compromiso, ser optimista en sus actividades.

Explica el autor que, la autoestima se construye diariamente con el espíritu alerta y la interacción con las personas que rodean al individuo, con las que trata o tiene que dirigir. La autoestima es muy útil para enfrentar la vida con seguridad y confianza. Un aspecto central para el desarrollo de la autoestima, es el conocimiento de sí mismo. Cuanto más se conoce el individuo, es más posible querer y aceptar los valores. Si bien las metas son básicas para darle un sentido a la vida, ellas tienen costos en esfuerzo, fatiga, desgaste, frustración, pero también en maduración, logros y satisfacción personal.

Cuando se tiene contacto con personas equilibradas, constructivas, honestas y constantes, es más probable que se desarrolle una personalidad sana, de actitudes positivas que permitan desarrollarse con mayores posibilidades de éxito, aumentando la autoestima.

Por su parte, Coopersmith (1996), señala que el proceso de formación de la autoestima se inicia a los seis meses del nacimiento, cuando el individuo comienza a distinguir su cuerpo como un todo absoluto diferente del ambiente que lo rodea. Explica que en este momento se comienza a elaborar el concepto de objeto, iniciando su concepto de sí mismo, a través de las experiencias y exploraciones de su cuerpo, del ambiente que le rodea y de las personas que están cerca de él.

Explica el autor que las experiencias continúan, y en este proceso de aprendizaje, el individuo consolida su propio concepto, distingue su nombre de los restantes y reacciona ante él. Entre los tres y cinco años, el individuo se torna egocéntrico, puesto que piensa que el mundo gira en torno a él y sus necesidades, lo que implica el desarrollo del concepto de posesión, relacionado con la autoestima.

Durante este período, las experiencias provistas por los padres y la forma de ejercer su autoridad, así como la manera como establecen las relaciones de independencia son esenciales para que el individuo adquiera las habilidades de interrelacionarse contribuyendo en la formación de la autoestima, por lo cual, los padres deberán ofrecer al individuo vivencias gratificantes que contribuyan con su ajuste personal y social para lograr beneficios a nivel de la autoestima.

En la edad de seis años, explica Coopersmith (1996), se inician las experiencias escolares y la interacción con otros individuos o grupos de pares, desarrolla la necesidad de compartir para adaptarse al medio ambiente, el cual es de suma importancia para el desarrollo de la apreciación de sí mismo a partir de los criterios que elaboran los individuos que le rodean. A los ocho y nueve años, ya el individuo tiene establece su propio nivel de autoapreciación y lo conserva relativamente estable en el tiempo.

Agrega Coopersmith (1996), que la primera infancia inicia y consolida las habilidades de socialización, ampliamente ligadas al desarrollo de la autoestima; puesto que muestra las oportunidades de comunicarse con otras

personas de manera directa y continua. Por tanto, si el ambiente que rodea al individuo es un mundo de paz y aceptación, seguramente el individuo conseguirá seguridad, integración y armonía interior, lo cual constituirá la base del desarrollo de la autoestima.

Explica el mismo autor que, la historia del sujeto en relación con el trato respetuoso que ha recibido, el status, las relaciones interpersonales, la comunicación y el afecto que recibe son elementos que connotan el proceso de formación de la autoestima y hacen que el individuo dirija sus percepciones de manera ajustada o desajustada caracterizando el comportamiento de esta variable.

Vernieri (2006) refiere en su investigación que el primer valor que un individuo se atribuye es el sentimiento de ser digno de amor, es la primera fuente de la autoestima y está basado en la relación de afecto que la persona establece con alguien muy significativo para él, todo individuo que se ha sentido amado, aunque no sea más que por una persona, puede creerse digno de amor, de estima y con valor propio.

Los niños aprenden a verse en los ojos de las personas que son importantes para ellos: sus padres, hermanos, profesores, amigos, por esta relación de afecto desarrollan un sentimiento de valor personal que se enriquece después con distintas retroalimentaciones (feedback) positivas del entorno; este feedback confirma al individuo sus fuerzas, sus cualidades y sus éxitos. Al recibir regularmente retroalimentaciones positivas, el niño interioriza la estima que tiene de sí mismo, la alimenta de forma intrínseca por medio de

su monólogo interior, por esa conversación que tiene consigo mismo y cuyo contenido puede ser positivo o negativo, así evoca sus aciertos y sus éxitos; en sus pensamientos se dice: “hice un favor a mamá” o “he resuelto un problema de matemáticas”. Gracias a este monólogo interior que constituye una especie de retroalimentación positiva personal emite un juicio favorable sobre su persona y alimenta su autoestima. Cuando un niño vive una prueba o sufre un fracaso su autoestima puede tambalearse o disminuir temporalmente hasta que este monólogo interior la reavive y restablezca.

Hacia los 7 a 8 años, continúa diciendo el autor, gracias al desarrollo de su pensamiento crítico, el niño se vuelve más sensible a sus propias evaluaciones que expresa verbalmente o en su monólogo interior, juzga sus competencias en las materias que valoran las personas significativas para él. Pude decirse “yo tengo esta cualidad, fuerza o talento para esto, pero, en cambio encuentro dificultades en esta y esta otra materia, vivo algunas limitaciones, pero a pesar de estas dificultades tengo un valor como persona”. Así es como efectúa una evaluación global de su valor personal y puede también estimar su valía en cada uno de los terrenos de su vida, sus propios criterios y el de las personas para él muy importantes; por estos mecanismos desarrolla una conciencia más clara de sí mismo y es capaz de transmitir su propia autoestima a otras personas, sus actos sus palabras y actitudes lo confirman.

La autoestima es pues la base de la autoafirmación, de la resolución de conflictos y de la integración de habilidades sociales, desde niño se aprende

a decir a sí mismo: “yo soy valioso como persona, con mis puntos fuertes, mis cualidades, mis aptitudes y mis dificultades, experimento necesidades, deseos, también tengo ideas, espero que estas se escuchen, se consideren y se respeten” debe ser capaz de expresar su opción personal y su identidad ante los miembros de su grupo. A grandes rasgos estos son los elementos que deben marcar su afirmación personal:

- . Lo que soy
- . En qué soy diferente
- . Lo que quiero
- . Lo que no quiero
- . Lo que siento
- . Lo que pienso
- . Lo que elijo
- . Lo que decido.

Al afirmarse de esta manera positiva manifiesta su autoestima, revela su valor personal; pero antes de llegar a afirmarse de este modo debe aceptarse en su ser y en su apariencia, si un niño logra desarrollar una buena autoestima e interiorizarla de una manera auténtica, le será más fácil hacerse respetar y rechazar las agresiones externas susceptibles de hacer vacilar el sentimiento positivo de sí mismo. Además, no dudará en pedir ayuda a los que le rodean para satisfacer sus necesidades, para expresar sus ideas o para protegerse, cuando un niño se acepta en su ser y en su apariencia, le es más fácil aceptar a los demás, puede afirmarse sin ser agresivo.

Steiner (2005), señalan que el punto de partida para que un niño disfrute de la vida, inicie y mantenga relaciones positivas con los demás, sea autónomo y capaz de aprender, se encuentra en la valía personal de sí mismo o autoestima. La comprensión que el individuo logra de sí mismo, por ejemplo, de que es sociable, eficiente y flexible, está en asociación con una o más emociones respecto de tales atributos.

A partir de una determinada edad (3 a 5 años), el niño recibe opiniones, apreciaciones y, por qué no decirlo, críticas, a veces destructivas o infundadas, acerca de su persona o de sus actuaciones. Su primer bosquejo de quién es él proviene, entonces, desde afuera, de la realidad intersubjetiva. No obstante, durante la infancia, los niños no pueden hacer la distinción de objetividad y subjetividad. Todo lo que oyen acerca de sí mismos y del mundo constituye realidad única. El juicio “este chico siempre ha sido enfermizo y torpe”, llega en forma definitiva, como una verdad irrefutable, más que como una apreciación rebatible.

Steiner (2005), agrega que la conformación de la autoestima se inicia con estos primeros esbozos que el niño recibe, principalmente, de las figuras de apego, las más significativas a su temprana edad. La opinión “niño maleducado” si es dicha por los padres en forma recurrente, indiscriminada y se acompaña de gestos que enfatizan la descalificación, tendrá una profunda resonancia en la identidad del pequeño.

En la composición de la valía personal o autoestima hay un aspecto fundamental que dice relación con los afectos o emociones. Resulta que el

menor se siente más o menos comfortable con la imagen de sí mismo. Puede agradarle, sentir miedo, experimentar rabia o entristecerlo, pero en definitiva y, sea cual sea, presentará automáticamente una respuesta emocional congruente con esa percepción de sí mismo. Tal es el componente de “valía”, “valoración” o “estimación” propia.

Los mismos autores revelan que en forma muy rudimentaria, el niño está consciente de poseer quiéralo o no, un determinado carácter o personalidad, y eso no pasa inadvertido, le provoca una sensación de mayor o menor discomfort. Inclusive, es más factible que él identifique muy claramente el desagrado que le provoca el saberse “tímido”, sin tener clara idea de qué significa exactamente eso. Sólo sabe que no le gusta o que es malo.

Sólo en la adolescencia, a partir de los 11 años aproximadamente, con la instauración del pensamiento formal, el joven podrá conceptualizar su sensación de placer o displacer, adoptando una actitud de distancia respecto de lo que experimenta, testeando la fidelidad de los rasgos que él mismo, sus padres o su familia le han conferido de su imagen personal.

El autor continúa explicando que siendo la identidad un tema central de esta etapa, el adolescente explorará quién es y querrá responderse en forma consciente a preguntas sobre su futuro y su lugar en el mundo. La crisis emergente tendrá un efecto devastador si el joven ha llegado hasta aquí con una deficiente o baja valoración personal. La obtención de una valoración positiva de sí mismo, que opera en forma automática e inconsciente, permite en el niño un desarrollo psicológico sano, en armonía con su medio

circundante y, en especial, en su relación con los demás. En la situación contraria, el adolescente no hallará un terreno propicio el concerniente a su afectividad para aprender, enriquecer sus relaciones y asumir mayores responsabilidades.

Por tanto, las personas más cercanas afectivamente al individuo (padres, familiares, profesores o amigos), son las que más influyen y potencian/dificultan la autoestima. Dependerá de los sentimientos y expectativas de la persona a la que se siente ligado afectivamente el individuo. Si los sentimientos son positivos, el niño recibirá un mensaje que le agradará, se sentirá bien, y como consecuencia, le ayudará a aumentar la autoestima. Si los sentimientos son negativos, la sensación que el individuo percibe le causará dolor y, en definitiva, provocará rechazo a su propia persona y, por tanto, el descenso de su autoestima.

En relación al autocontrol, el mismo autor expresa que los individuos aprenden a dirigir su propio comportamiento como parte fundamental del desarrollo. La mayoría de los padres están de acuerdo que una característica que más les importa es cómo el individuo regula su conducta.

El desarrollo del autocontrol parece estar relacionado con la autoestima tanto directa como indirectamente, puesto que algunos estudios han demostrado que los individuos con alta autoestima tienen fuertes sentimientos de eficacia personal y de control propio. Este proceso de desarrollo del autocontrol abarca tres pasos fundamentales: la automonitoreo o convertirse en propio observador, la autoevaluación o

valoración del comportamiento y el auto reforzamiento que abarca el sistema de recompensas; lo cual se produce a diferentes edades dependiendo de la capacidad y experiencias que tenga cada individuo. Steiner (2005).

Según Conger y Kagan (1982), existen cuatro factores relevantes que contribuyen al desarrollo de la autoestima:

1. Cantidad de respeto, aceptación e interés que un individuo recibe de las personas que son importantes para él, así nos evaluamos como somos evaluados.

2. La historia de triunfos y el estatus que se alcanza, generalmente los triunfos brindan reconocimiento.

3. El individuo obtiene autoestima únicamente en las áreas que personalmente le son significativas.

4. El control y defensa son capacidades individuales para prevenir un evento con consecuencias e implicaciones negativas de tal manera que disminuya su valor. Núñez (2015).

Según Martínez (2010), citado por Diego (2018) nos da a conocer el desarrollo de la autoestima en las diferentes etapas de la vida:

- **Autoestima en la infancia**

La formación de la autoestima empieza desde el proceso de la niñez, en donde se establece el primer vínculo con la madre o el padre; el niño va interiorizando diversas creencias acerca de lo que se desea de sí mismo, y al

llegar a la adultez consolida aquellos modelos del sistema familiar que satisfacen la autoestima. Es por eso, que la importancia de la formación de su autoestima a esta edad, le ayudará a ejecutar acciones, elecciones, proyectos y metas en su vida.

- **Autoestima en la adolescencia**

La adolescencia es una etapa de muchos cambios físicos y/o emocionales; en donde empieza a aparecer la conciencia de la identidad personal, se forma un auto concepto, se incrementa la necesidad de pertenecer y ser aceptado en un grupo; también se da los cambios emocionales bruscos, la irritabilidad e incomprensión, la necesidad de sentirse apoyado y respetado. Asimismo, necesita consolidar su identidad, ser aceptado, sentirse importante, busca la aceptación de su entorno familiar y social. Sin embargo, cuando no se siente reconocido por su grupo de amigos o por el sexo opuesto, desarrolla una baja autoestima. Además, el adolescente que posee una alta autoestima tendrá mayor confianza en sí mismo, se trazará metas realistas.

2.2.1.7 Autoestima y adolescencia

La autoestima de las personas adolescentes es un asunto de gran importancia, primero para sí mismo, segundo para su proceso educativo y, finalmente, para la educación como tal, en tanto personas educadas serán productivas para la sociedad; es el factor que puede definir, de manera

relevante en el alumnado, tanto su motivación académica, como un estado emocional favorable para el logro de un desempeño escolar redituable y un desarrollo educativo como sujeto individual y colectivo en aras de la plenitud.

Vernieri (2006) considera que la adolescencia es la etapa en la que se afianza la identidad, se entra en ella cargando una imagen de sí mismo que puede o no ser acorde con la realidad, más que nunca la escuela y la familia debe darle la oportunidad de reencontrarse y consolidarse a partir de una mirada objetiva y responsable que lo ayude a descubrir sus valores individuales, aceptarse con sus fortalezas y debilidades y tomar conciencia de que la posibilidad de cambio y de mejorar la calidad de vida están siempre a su alcance y dependen fundamentalmente de sus ganas y de su esfuerzo.

Cuanto más alta sea la estima que los adolescentes tienen por sí mismos:

- . Mejor es su calidad de vida
- . Más inclinados están en tratar a los demás con respeto y solidaridad
- . Más oportunidades tienen de establecer relaciones positivas y enriquecedoras
- . Más posibilidades tienen de responder positivamente a las exigencias escolares de ser creativos y autónomos.
- . Más preparados están para afrontar los peligros que los acechan
- . Menos posibilidades tiene de depender de personas y sustancias.

Cuanta más baja sea la estima que los adolescentes tienen por sí mismos, más expuestos están a padecer:

- . Angustia
- . Bajo rendimiento escolar
- . Enfermedades psicosomáticas
- . Inseguridad en sus actos
- . Mal uso o abuso del alcohol o las drogas
- . Miedo a la intimidad
- . Miedo al futuro
- . Procesos depresivos
- . Intentos de suicidios.

El autor sigue manifestando que si hay una etapa del desarrollo personal en la que la autoestima ocupa un lugar preponderante esa es la adolescencia, porque al darse la madurez biológica y la madurez psicológica del pensamiento y del yo que reclama su espacio, surge necesariamente la exigencia de esta fuente de seguridad existencial. El amor incondicional con que acompañamos al niño y al púber debe ahora integrarse con la conciencia personal del propio valor, es lo que brindará la fuerza a las alas del adolescente para despegar en su propio vuelo.

Es por eso que dice que uno de los valiosos y duraderos regalos que los padres y maestros pueden dejar a los adolescentes es un sentido positivo de sí mismos, sin él los jóvenes crecen negativos, dependientes, ansiosos, reservados, inferiores y más proclives a decir “sí” a las drogas y a

abandonar los estudios. Para ayudarlos a sentirse bien consigo mismos, hacer amistades, tratar a los demás con sensibilidad, celebrar la diversidad y aceptar los cambios y reforzar el rendimiento académico, se debe promover la adquisición de una autoestima desde la “cabeza”, inspiración desde el “corazón” y proyectos que se puedan realizar con las “manos”.

Izquierdo (2008) establece que la autoestima se desarrolla como una semilla en tierra, crecerá y se fortalecerá cada vez más si su entorno no se opone, los niños aprenderán a amar si se les demuestra cariño, los adolescentes amarán para que los amen, los adultos tendrán más amor para dar. Sánchez (2016).

Los adolescentes poco a poco demandan más autonomía e independencia por lo que se van separando más de su familia, aunque siguen necesitando el apoyo de sus padres, para conferir más importancia a su grupo de amigos. Pero el distanciamiento de los adolescentes del contexto familiar es únicamente parcial y se caracteriza por la disminución del tiempo que pasa con el resto de la familia y por la menor participación de los padres en la toma de decisiones de sus hijos.

2.2.1.8 Autoestima y Familia

Rosenberg, Uribe (2012) considera que el origen de la autoestima es la familia, si los hijos son educados con afecto y respeto será más probable que crezcan sintiéndose amados e importantes, pero, si los humillan, insultan o los tratan con agresiones será más probable que tengan autoestima baja, porque sentirán que no son importantes sino, torpes e inútiles.

Las principales influencias que pueden afectar de manera positiva o negativa a la autoestima son la escuela, la sociedad y la familia, pues es aquí donde las personas se inician en la adquisición de valores y costumbres, que sientan las bases de la personalidad.

Es muy esencial la relación que el adolescente tenga con quien le rodea puesto que en esta etapa se busca la pertenencia a un grupo específico, tener una buena autoestima es indispensable ya que si la persona se siente bien con ella misma lo exterioriza en su aspecto físico lo cual le abre las puertas para el futuro, pues transmite seguridad y los demás le tendrán confianza. Es fácil detectar si un hijo sufre algún fracaso ya que se sentirá incapaz, se criticará y se puede llegar a abandonar el objetivo y en consecuencia él tendrá un bloqueo en el aprendizaje, se le debe indicar que no debe darse por vencido sino seguir la lucha pues siempre habrán muchas oportunidades y seguramente serán mejores, aunque la frustración es parte del desarrollo emocional, se debe evitar convertirla en rabia, depresión o apatía, ya que esto lo llevará a tener alguna conducta autodestructiva, es mejor que vea esta experiencia como una nueva oportunidad de aprender. Sánchez (2016).

2.2.1.9 Autoestima y embarazo en la adolescencia

Núñez (2017) en su investigación manifiesta que la autoestima es importante en todas las épocas de la vida, pero lo es de manera especial en la época formativa de la infancia y de la adolescencia, en el hogar y en el aula, porque:

- Condiciona el aprendizaje. Alumnos que tienen una auto imagen positiva de sí mismo se hallan en mejor disposición para aprender.

- Facilita la superación de las dificultades personales. Una persona con autoestima alta, se siente con mayor capacidad para enfrentar los fracasos y los problemas que se le presentan.
- Determina la autonomía personal, si la persona tiene confianza en sí mismo, podrá tomar sus propias decisiones.
- Posibilita una relación social saludable; la persona que se siente segura de sí misma, puede relacionarse mejor.
- Es la clave del éxito o del fracaso para comprendernos y comprender a los demás, es requisito para una vida plena.
- Es la suma de confianza y el respeto por uno mismo.
- Es sentirse apto, capaz y valioso para resolver los problemas cotidianos.
- La autoestima favorece el sentido de la propia identidad, constituye un marco de referencia desde el que interpreta la realidad externa y las propias experiencias.
- Condiciona las expectativas y la motivación.
- Contribuye a la salud y al equilibrio psíquico.

Osorio (2014) aporta que Según la OMS es el período de la vida en el cual el individuo adquiere la capacidad reproductiva y transita los patrones psicológicos de la niñez a la adultez y consolida la independencia socioeconómica. El embarazo en las adolescentes trae consigo un elevado riesgo de complicaciones para la salud de la madre y de su hijo; dichas complicaciones deben ser conocidas por los profesionales de la salud, con el fin de detectar tempranamente riesgos y brindar cuidado oportuno y de calidad a las mujeres adolescentes embarazadas.

Ruiz (2013) complementa y menciona como factores de riesgo psicopatológico infantojuvenil las circunstancias de la concepción y el embarazo a lo siguiente:

- Embarazo en la adolescencia
- Hijos no deseados al final del embarazo
- Hijos concebidos en violaciones
- Embarazo de riesgo clínico
- Enfermedades graves de la madre o el feto
- Conductas y situaciones de riesgo prenatal: alcohol, drogas, problemas laborales o ambientales
- Consecuencias de medidas diagnósticas y terapéuticas.

2.2.2. Adolescencia

2.2.2.1 Definición

Rosenberg, citado por Moreno (2015) refiere en su obra que la adolescencia se caracteriza por ser un momento vital en el que suceden un gran número de cambios físicos y emocionales que afectan a todos los aspectos fundamentales de una persona, las transformaciones tienen tanta importancia que algunos autores hablan de este periodo como un segundo nacimiento. De hecho, a lo largo de estos años se modifica nuestra estructura corporal, nuestros pensamientos, nuestra identidad y las relaciones que mantenemos con la familia y la sociedad.

La definición de etapa de transición entre la infancia y la adultez implica en primer lugar a una madurez biológica entendido como la culminación del desarrollo físico y sexual, esta madurez está relacionada con la llegada de la pubertad y de hecho los cambios biológicos se utilizan como criterio de inicio de la adolescencia. Sin embargo, pubertad y adolescencia no son conceptos sinónimos; entendemos pubertad como el conjunto de transformaciones físicas que conducen a la madurez sexual, y por lo tanto a la capacidad de reproducirse. La adolescencia incluye además transformaciones psicológicas, sociales y culturales significativas.

En segundo lugar, podríamos apuntar a la madurez psicológica, caracterizada por la reorganización de la identidad, la construcción de esta nueva identidad que implica un nuevo concepto de uno mismo, la autonomía emocional, el compromiso de un conjunto de valores y la adopción de una actitud frente a la sociedad se extiende a lo largo de toda la adolescencia.

En tercer lugar, podríamos hablar de una madurez social vinculada al proceso de emancipación que permite que los jóvenes accedan a la condición de adultos, esta madurez social cuyos índices serían la independencia económica, la auto administración de los recursos, la autonomía personal y la formación de un hogar propio, marcaría el final de la adolescencia y juventud y el ingreso de pleno derecho en la categoría de persona adulta.

Si nos ceñimos a los varios aspectos relacionados con el concepto de madurez, las edades cronológicas que establecen los límites de la adolescencia son susceptibles de variaciones derivadas de las características individuales de cada persona o de las condiciones sociales, culturales e históricas en las que se desarrolla.

El número, la magnitud y la amplitud de los cambios que se suceden a lo largo de esta etapa proporcionan a la persona una nueva organización corporal, psicológica y social, hay que subrayar que las personas que experimentan este proceso no son criaturas que continúan viviendo en la infancia y esperan subir en el tren de la edad adulta. Tampoco los adolescentes son proyectos de futuras personas maduras, sino seres dotados de realidad que viven y se enfrentan con nuevas estructuras a nuevas situaciones, que igualmente resolverán con nuevas soluciones.

Por otro lado, el énfasis que hemos puesto en las transformaciones no nos debe hacer olvidar un hecho igualmente relevante: hay una continuidad importante entre la infancia y la adolescencia y entre esta y la edad adulta; llegada la juventud se sabrá qué infancia crearon la escuela, la familia y los medios de comunicación, al mismo tiempo una vez alcanzada la madurez, entenderemos la trascendencia de los proyectos que se gestaron en la adolescencia y la juventud.

En el aspecto psicológico las transiciones comparten una serie de características, en primer lugar, suponen una anticipación entusiasta hacia el futuro, este optimismo frente al cambio se acompaña de un

sentimiento de ansiedad por el futuro y un sentimiento de duelo por el estadio perdido. Al mismo tiempo las mudanzas que tienen lugar hacen necesario un reajuste psicológico importante, el hecho de transitar de un estado a otro produce una ambigüedad en la posición social.

El paso de la infancia a la adolescencia ejemplifica claramente estas características, por una parte, la alegría con que los niños acogen sus nuevas destrezas y libertades no se libra del deseo de retornar al estadio anterior de protección ni de la preocupación por cómo desarrollarán sus nuevos papeles. No saben cuándo toca ser niño y cuándo es preciso ser adolescentes y esta ambigüedad también la manifiestan los adultos próximos.

Se considera que esta primera transición la marca la biología con la llegada de la pubertad, no solo los cambios físicos sino también los neurológicos son fundamentales y muy significativos, pero no tiene menos relevancia que los cambios intelectuales, sociales y afectivos.

La segunda transición de la adolescencia a la edad adulta plantea más problemas respecto al modo de inicio y tiene una naturaleza más social que biológica, está atada al cambio de la escuela al mundo del trabajo, la independencia de la familia y el abandono del domicilio familiar.

Moraga, citado por Gallego (2005) indica que la adolescencia “es un cambio lento, tumultuoso en lo que se refiere a los deseos y las aspiraciones, los estados de ánimo y la estimativa de los valores que

produce una nueva concepción del mundo interior y del mundo exterior, que coloca al ser en una crisis humana, acuciante, profunda y larga”.
Aclara más y añade que la crisis de la adolescencia prosigue mucho tiempo después de la pubertad esté ya totalmente establecida. Los cambios de la adolescencia suelen comenzar antes que los de la pubertad y continúan después: son unos cambios que no se refieren solamente al cuerpo, sino al modo de existir, es una etapa con un gran desarrollo biológico, social, emocional y cognitivo.

Es una etapa con grandes variaciones en los deseos y aspiraciones, en ella manifiestan deseos de conocimientos concretos, de aceptación social, de poseer un cuerpo bello, de tener dinero, de sueños imposibles y de aspiraciones desmedidas. Con continuas variaciones en los estados de ánimo: alegría y nostalgia, entusiasmo y depresión o angustia, inestabilidad emocional, rebeldía, rabietas y sentimientos de incomprensión, son otros acompañantes en este estadio de la vida, en la que además uno cree que ya lo sabe todo y lo expresa apasionadamente. Por eso es importante la formación de estos cuatro aspectos muy importantes:

-Autoestima: es preciso cultivarla, darle valor a él y a sus cosas, aceptarlo, esto es lo que le dará una gran seguridad, tan necesaria en medio de sus vaivenes. Por eso darles señales claras evidentes de que son queridos por sí mismos, es una gran fuente de seguridad.

-Dominio de sí: educación de la voluntad.

-Autoridad: el adolescente tiene que apreciar claramente dónde está, en quién reside la autoridad que se ejerce como consecuencia de una tarea, de una misión o servicio y con una total coherencia por quienes la ejercen, si no ven esa coherencia, no serán válidos los múltiples mensajes que les damos.

-Confianza: hay que ayudarlo para que sepa confiar, el adolescente que no tiene una persona en quien confiar, puede ser un chico perdido o de extraña personalidad.

El comportamiento que muchas veces nos altera es la influencia de una serie de estímulos que se reciben, unos son voluntarios (actitud ante la tarea, habilidades que se poseen, interés) y otros son involuntarios (temperamento, motivación, normas preestablecidas en la comunidad). Comportamiento que está impulsado también por un gran eje interior que lo obliga a actuar continuamente, a veces de manera positiva o negativa.

Parolari (2005) en su obra afirma que, el crecimiento en la adolescencia va acompañado de una crisis de valores, trae consigo un conjunto especial de dificultades de adaptación a causa de los cambios que ocurren en todos los sentidos, la adolescencia está marcada por factores biológicos, psíquicos y sociales como detallaremos a continuación:

-Factores biopsicosociales: la principal característica de la adolescencia es la ruptura con el pasado, es el momento en el cual tomas conciencia de que los patrones adoptados y utilizados hasta este momento son los mismos que te transmiten tus padres sin que jamás hayan sido cuestionados. En el contacto

con la sociedad, de repente comienzas a percibir que existe una enorme gama de valores muchas veces contradictorios, lo que te lleva a pensar que los patrones anteriormente aceptados talvez no sean los más adecuados. Es entonces cuando en medio de este torbellino, sientes la necesidad de cuestionar esos valores, evaluándolos para asumir una nueva posición de acuerdo con la realidad.

A pesar de que la adolescencia es considerada un periodo crítico, es una fase muy bonita de preparación para la vida adulta y para una realización feliz. Es el tiempo del descubrimiento de un mundo lleno de novedades donde la curiosidad se satisface en la medida que se vencen los obstáculos, es el momento en que surgen los idealismos transformadores de la sociedad.

La primera vez que se vive el amor, te marcará para el resto de la vida, pues el primer amor nunca se olvida, es la fase también donde se adquiere la filosofía propia de la vida, de la toma de posición con relación al futuro, a los objetivos que se desea alcanzar y las actitudes a tomar. Surge la necesidad de la decisión profesional, la falta de información o las múltiples profesiones producen gran inseguridad y al momento de escoger una profesión depende de la voluntad de los padres. El entusiasmo adolescente con sus ideales de un mundo mejor es importante para la evolución social.

2.2.2.2 Factores de la adolescencia

Parolari en su obra considera que la adolescencia está caracterizada por los siguientes factores:

A.- Desarrollo físico:

a.- Pubertad: la primera señal de que estás llegando a la adolescencia es la pubertad, en esta fase comienza a presentarse una serie de alteraciones físicas, es el periodo de desarrollo humano en que las características sexuales secundarias, aparecen en forma gradual, aquí se alcanzan los rasgos definitivos propios de cada sexo. Esto se traduce en la maduración de los ovarios y de los testículos que comienzan a producir células germinativas (espermatozoides y óvulos) y el desarrollo de los órganos genitales externos, con características sexuales definidas. Su inicio es muy variable dependiendo de las diferencias raciales, hereditarias, climáticas e individuales, generalmente empieza a partir de los 12 años, el cuerpo va cambiando y al mismo tiempo el mundo se presenta de una forma diferente. Aún no te acostumbras a tu nuevo físico, llegas a perder la noción del espacio que ocupas y es por esto que sin querer no sabes qué hacer. Las facciones de tu rostro también se modifican, volviéndose primero más bruscas para afirmarse después en la vida adulta. Surge el acné, la piel se torna grasosa y brillante, por excesiva secreción de las glándulas sebáceas, todas estas alteraciones dependen de:

- La glándula hormonal somatotropina que estimula los órganos sexuales y disminuye su acción, cuando llegas a un desarrollo pleno.
- La hipófisis pequeña glándula situada en la base del cerebro y que comanda la vida.
- Los centros nerviosos del encéfalo que son los responsables de las hormonas.

Te sorprende el cambio en tu cuerpo, no puedes saber exactamente lo que sucede y se crea cierta ansiedad, pues no consigues imaginar con seguridad cómo lucirás al día siguiente.

En las niñas aparece la menarquía (primera menstruación), al comienzo no siempre es regular, algunas veces pasan seis meses o hasta un año antes de que aparezca una nueva menstruación, o de que comience el ciclo menstrual regular, que implica una ovulación cada mes. A veces la primera menstruación asusta y preocupa, en parte no saber qué es menstruar, por falta de información. No te asustes si tu primera menstruación tarda, hasta los 15 o 16 años es considerada normal, la ansiedad y la tensión pueden convertirse en un problema, retardando aún más la aparición y la regularidad del ciclo menstrual, el organismo se está preparando para que te conviertas en mujer y madre.

Se presentan los primeros indicios en la aparición de los senos, la distribución del vello en la región pélvica y axilar, hasta llegar a un completo desarrollo.

Para los muchachos es importante la aclaración sobre las poluciones nocturnas, que además de ser motivo de perturbación, son también motivo de burla por parte de los hermanos, no te aflijas por este hecho, es completamente normal, es una señal de tu crecimiento que te llevará a la formación sexual completa y te preparará para ser hombre y futuro padre. Hay preocupación en el cambio de voz, a veces optas por quedarte callado,

esto te causa susto, inseguridad y hasta vergüenza frente a la reacción que las personas puedan tener.

Es pésima la sensación de ser el blanco de las burlas, por parte de los compañeros, causando muchas veces, sentimientos de inseguridad y hasta de aislamiento, por eso no debemos burlarnos, concientízate que cuando te burlas, probablemente te estás defendiendo, estás dejando de auto aceptarte, reflexionar para poder enfrentar la pubertad y la adolescencia, además de las crisis futuras.

b.- Sexualidad: en razón del desarrollo biológico y de la madurez sexual en la pubertad, comienzas a sentir tu cuerpo más intensamente, haciéndose necesaria la descarga de esa energía contenida, la sensibilidad se manifiesta con una carga muy fuerte en las zonas erógenas, poco exploradas anteriormente, como consecuencia de las prohibiciones y de los castigos.

La primera posibilidad de satisfacer los deseos sexuales se da a través de la masturbación, muchas veces descubierta al azar cuando exploras tu propio cuerpo; por masturbación se entiende el acto de autosatisfacción sexual, si se exagera puede provocar problemas psicológicos respecto a los hábitos adquiridos, como también por la propia imaginación, porque la fantasía puede llevar a una satisfacción individual e incompleta. A medida que te relacionas más con el sexo opuesto, disminuye la frecuencia de las masturbaciones y te realizas plenamente en compañía del otro.

Para el adolescente el sexo opuesto es también una forma de auto descubrirse a través de la curiosidad que tiene respecto al otro, esta curiosidad se manifiesta a través de los juegos sexuales, que pueden ser peligrosos, porque no llegan a una relación completa y trae consecuencias graves, por el desconocimiento de lo que realmente está ocurriendo. El placer sexual no puede ser considerado únicamente como una reacción fisiológica de bienestar y satisfacción, es una vibración de la persona como un todo, con reacciones psicológicas, afectivas y espirituales, alcanzando su plenitud entre personas que se aman profundamente. Es este un buen motivo para que no te apresures a tener relaciones sexuales, pues estás pasando por un periodo de aprendizaje; de esta forma paso a paso en cada experiencia vas descubriendo cosas nuevas en ti, es un proceso maravilloso que se debe vivir a plenitud.

Hablar de evitar las relaciones sexuales, parece una actitud moralista o una prohibición religiosa que va más allá del límite y que impide tu libertad. No obstante, debe haber cierto control en este sentido, porque los estímulos y las provocaciones por medio de películas, revistas y propaganda pornográfica, son muy intensos y tienes que tener cuidado para no dejar que el instinto domine tu vida. El sexo es algo sublime, pero su exageración acaba por privarlo de todo sentido.

La sexualidad funciona según el mismo esquema de las otras emociones y pasiones: estímulo, respuesta e impulso, este esquema trabaja como una unidad, es involuntario y sigue una ley psicológica elemental. Un embarazo

inesperado, imprevisto, no planeado trae consecuencias graves y desastrosas en el proceso de liberación. Todo lo que sucede precozmente acaba por desempeñar un papel decisivo en la personalidad, la cual puede llegar a sufrir alteraciones significativas que te acompañarán toda la vida.

Aprende a asumir la responsabilidad de tus actos, debes estar consciente del hecho de que puedes quedar embarazada, la concepción debe ser un acto de realización plena, no única y exclusivamente el fruto de un momento. Como mujer embarazada, además de recibir asistencia médica y prenatal, debes vivir en un clima de serenidad, seguridad y afecto. En este periodo es importante que se creen lazos humanos profundos entre el padre y la criatura que va a nacer. La mayor grandeza de la mujer es la maternidad, pues a través de ella se le da vida a un nuevo ser, como tal debe ser enfrentada con extrema seriedad y responsabilidad, pues la vida de otros está en juego y existe la obligación de respetarla.

A veces por sentirte incomprendida o reprimida por los padres, ves el embarazo y el matrimonio como una salida, triste desengaño, se acaba de asumir responsabilidades superiores a tus fuerzas.

c.- Deportes: tu cuerpo está en pleno desarrollo lo que exige cuidados especiales como hacer ejercicio físico que debe ser diario, optar por algún tipo de deporte, teniendo claro que su práctica exige preparación y regularidad, en suma, disciplina. El deporte estimula el espíritu competitivo y es una fuente de esparcimiento, es importante para la liberación de la

energía y de tensiones. El deporte trae salud al cuerpo y a la mente, por medio de ello se logra el desarrollo orgánico y el control de emociones.

d.- Alimentación: durante la adolescencia se produce el aumento del apetito, comes demasiado y no puedes explicar la razón, sin embargo, es muy simple, tu cuerpo está creciendo y necesita reabastecerse energicamente para conseguir un pleno desarrollo. La alimentación en esta etapa es muy importante para el crecimiento corporal y requiere cierta composición cualitativa para que el organismo sea provisto adecuadamente, debe ser una alimentación racional y balanceada. El desarrollo físico y mental, la resistencia a las infecciones y a las dolencias están relacionadas con la alimentación.

B.- Crisis de la adolescencia: Todo crecimiento, toda maduración está precedida por una crisis que se expresa no sólo en el aspecto biológico sino también en el psicológico y social, se puede afirmar que el hombre progresa por medio de crisis sucesivas, el término crisis proviene del griego “crino” que quiere decir separar, distinguir, dividir. Por lo tanto, significa punto de separación, de división, de cambio de dirección; es el momento de cortar el cordón umbilical para encontrar tu propia dirección, el joven queda desorientado cuando no acepta los valores preestablecidos y aún no has tenido tiempo para construir tus propios valores, te sientes por tanto perdido.

La crisis es pues la manifestación más o menos intensa de un conflicto interno entre dos tendencias: la del pasado y la del futuro, es la presencia de una cosa nueva, de una ocasión de progreso, de maduración que no

reconocemos o no queremos aceptar de manera inmediata. Esto sucede porque existen dos tendencias opuestas en el ser humano: la de adaptación (aceptación) y la de evolución (avance), todo impulso por madurar o por crecer perturba el punto de equilibrio y crea un conflicto entre la fuerza evolutiva y la tendencia a la estabilidad.

La maduración interior es un “crecimiento” subjetivo, verdadero y propio, es el despertar gradual de la conciencia, tal crecimiento sucede en forma independiente del desarrollo biológico, sin embargo, éste también tiene sus crisis de carácter general, por ejemplo: la crisis de la adolescencia, la crisis es benéfica pues indica que dentro o fuera de ti se está produciendo madurez y progreso. Al enfrentar las dificultades, encontrarás la respuesta que se adapte mejor a tu personalidad, este periodo de cambios es por lo tanto normal, ya que todos pasamos por esa fase, que varía en duración y en intensidad de una persona a otra, unos tienen una adolescencia más larga y turbulenta, otros en cambio la atraviesan con mayor rapidez y suavidad.

C.- Personalidad: la transformación del niño en adulto no consiste solamente en el crecimiento del cuerpo y en el desarrollo sexual sino también en grandes modificaciones psicológicas que lo lleva a la madurez y definen su propia personalidad por ello es necesario abordar cada aspecto del yo individual para tener una mejor comprensión del asunto la armonía tan deseada en esta fase de la vida se ve tan comprometida, algunos alcanzan muy rápidamente un buen desarrollo físico y sexual, mientras que su desarrollo psíquico está muy lejos de la realidad o viceversa. Las

manifestaciones afectivas cambian, se adquiere mayor capacidad de especulación, se agudiza el espíritu crítico, evoluciona la sexualidad, surgen los problemas existenciales y la rebelión contra los valores establecidos por los educadores (padres y maestros). Todo esto es natural, pues se trata de que el joven cree una filosofía propia de la vida que esté de acuerdo con lo que él cree.

La confianza en los padres desaparece en forma repentina, pues sienten la necesidad de diferenciarse de ellos, al intentar adquirir seguridad en sí mismo, todo parece confundirlo.

No acepta lo que se le ha impuesto, pero tampoco tiene ideas propias, sin embargo, se deben aprovechar las experiencias acumuladas, en tanto que sean válidas, tomando en cuenta los pros y los contras, en cada caso. Indudablemente, esta evolución puede ser más tranquila si se acompaña de explicaciones sobre los cambios físicos y psicológicos. Se trata de prepararse para enfrentar las dificultades y prevenir los problemas que se puedan presentar. Es aconsejable tener en cuenta algunas actitudes de esta fase de la vida consideradas como disturbios de la conducta:

a.- Desobediencia: el adolescente no acepta recibir órdenes ni acepta ser mandado, se siente humillado y ultrajado cuando cada vez que sus mayores esperan de él obediencia, en su rebelión muchas veces responde: “¿piensan que soy un niño? ¿creen que me pueden mandar? Yo puedo responder por mí mismo, es mi vida”. La verdad es que no se acepta ni acepta a los demás. La actitud mental de ahora cuando desobedece es muy diferente de cuando

era niño, puesto que ahora no necesita esconder nada, al contrario reacciona ostensivamente a todo, es la afirmación de su yo, de su espacio, la que hace aparecer esa reacción. Frente a una solicitud deja transparentar su mala voluntad, odio, disgusto, haciendo énfasis en dejar bien claro que se considera víctima de una injusticia y que la orden impartida es completamente indigna de su persona. En su interior considera que ha sido un esclavo diciendo siempre sí a todo, dejando que otros abusaran de su autoridad y de su poder, por lo tanto, decide poner punto final a esa explotación y declarar su propia independencia.

En esta desobediencia se encuentra de un lado, la noción de que su propia fuerza y sus derechos, por ello es urgente demostrarles a los padres que merece su propio espacio, conquistándolo poco a poco con medidas y actitudes coherentes contigo mismo y con tu familia.

b.- Mentira: en la adolescencia se usa como medio para lograr algo que se quiere hacer o para sentir satisfacción en aquello en lo que no logras triunfar, utiliza la mentira sin darse cuenta que el objetivo falso va exigiendo cada vez más del mentiroso, porque nadie logra engañar a muchas personas durante mucho tiempo. La mentira es un arte muy difícil porque no puede existir en forma aislada, casi siempre lleva a un estado de tensión, porque necesita evitar que la verdad se haga patente. Además, debe hacer un gran esfuerzo para no olvidar las mentiras, lo que no es muy fácil y prepara mentiras nuevas para encubrir las fallas en las deducciones que puedan sacar los demás, considerar también el miedo persistente a ser descubierto y el

sentimiento de culpa por los problemas que tus mentiras puedan ocasionar a terceras personas.

Es también importante el desperdicio de tiempo para inventar mentiras y las respectivas justificaciones a las mismas, el desperdicio de inteligencia que se podría canalizar hacia la construcción de algo más benéfico para su propio provecho y para el de los demás. Concluyendo, todo mentiroso vive ansioso, tenso, desgastado intelectualmente y sin paz espiritual.

Hay quienes, por el contrario, adoptan una actitud opuesta defendiendo la sinceridad extrema, aunque produzca efectos desastrosos, para demostrar de que la mentira no compensa y que lo importante es ser auténtico. Vale la pena señalar que el respeto es la base de las buenas relaciones y que la autenticidad debe ser practicada desde la infancia, intentando buscarles soluciones a los problemas y no huyendo de ellos.

c.- Envidia: La vida familiar y social crea ocasiones para hacer comparaciones, de estas surge en distintos grados, la envidia, en la adolescencia es muy común la envidia, ves a los adultos y quieres ser como ellos, ves personas tranquilas y felices mientras te debates en medio de tempestades, entonces, cualquier cosa que el otro posea y tú no te evoca un sentimiento de carencia, de impotencia. La envidia que corroe el alma implica admiración, atracción, identificación, lucha, acompañada de sentimientos de hostilidad, inferioridad, aversión y celos, en una ambivalencia compleja que hace surgir las frustraciones, comúnmente el envidioso responsabiliza a los demás y siempre tiene reclamos que hacer a

los hermanos, a los familiares y a la sociedad. Exigen atención y satisfacción inmediatas, haciendo siempre comparaciones con lo que poseen los otros.

Esto sucede porque, muchas veces se desea lo que poseen los demás, por desconocer su propia capacidad y sus propios dotes, sin aceptarse y sin sentirse satisfecho de sí mismo.

La aparición de la adolescencia está marcada por el protagonismo de la sexualidad y Freud llegó a definirla como una segunda etapa edípica, no obstante, el periodo de latencia ha constituido una “barrera” aunque el primer objeto amoroso heterosexual pueda ser para el muchacho, una mujer madura (desplazamiento materno) y un hombre maduro para la chica (desplazamiento paterno), la superación de este segundo Edipo puede verse ligada a una cierta inversión del objeto sexual (“homosexualidad individual y grupal”, de chicos con chicos o de chicas con chicas) que liberan la heterosexualidad parental.

La adolescencia supone para Freud, el “logro de la primacía genital y la consumación del proceso de búsqueda no incestuosa del objeto”. La originalidad del planteamiento freudiano reside en otorgar preponderancia a la sexualidad como organizadora de la personalidad, tanto en la infancia como en la adolescencia. La sexualidad infantil será autoerótica y no genital, mientras que la adolescente será genital y objetal. Para Freud como buen biólogo, los factores importantes del desarrollo serán los biológicos-pulsionales y no los socio-cultural-ambientales. Aguirre (1994).

Gallego citado por Salazar (2016) define la adolescencia como un proceso donde el individuo pasa de ser niño a una edad madura, pero también se desarrolla la etapa de la pubertad, estos son cambios físicos, emocionales, sociales, cognitivos y conductuales. El joven va formando deseos, pero a la vez aspiraciones, aceptación social por lo que en ocasiones manifiesta pensamientos concretos, por ejemplo; desear un mejor cuerpo, tener dinero, cambios de estados de ánimos irritabilidad, depresión, felicidad, rebeldía.

Además, menciona que durante la formación de la adolescencia desarrolla el concepto de sí mismo, por lo que recomienda que los jóvenes puedan ser aceptados y valorados, esto ayudará a la seguridad, confianza para desarrollar actitudes positivas, capacidad al individuo hacer independiente.

Concluye que la adolescencia es una etapa difícil que atraviesa toda persona y que dependerá del apoyo que se le brinde al joven para que los cambios sean positivos.

Stassen citado por Salazar (2016) comenta los diferentes cambios físicos, emocionales y psicológicos que el adolescente atraviesa, afirma que este desarrollo es importante en el primer año de esta etapa ya que son los que le proporcionan al individuo rapidez y transformación en la vida. Argumenta que es común observar en la formación del joven la maduración de la sexualidad, presentando un vínculo con el autoconocimiento con la conciencia del proceso del crecimiento de ser niño a ser adolescente. Hace diferencia entre los cambios que se producen en el género, por ejemplo, la niña en la pubertad experimenta menarquia, crecimiento de mamas,

ensanchamiento de caderas, esto ocurre en las edades de 10 a 14 años, y en niños crecimiento de testículos, pene, transformación de la voz, espermaquia da inicio en las edades de 10 a 16 años.

Pero hay que tomar en cuenta que en el proceso de esta etapa se desarrollan varias hormonas que son las encargadas de la maduración sexual en el adolescente.

Concluye que en este periodo de cambios tanto físicos, hormonales, emocionales y psicológicos los jóvenes pueden presentar cambios de comportamiento en los que cabe mencionar; estrés, rebeldía, depresión e ir en busca de la independencia.

Páramo (2009) citado por Salazar (2016) expone que la transformación de la adolescencia es donde el joven buscará y desarrollará la identidad, a través de ello podrá iniciar con la toma de decisiones seleccionando para él la mejor opción. Asimismo, menciona que conlleva el crecimiento cognitivo, es decir tomará conciencia al momento de emitir juicio crítico y percibir el comportamiento, experiencias.

Concluye que el adolescente durante esta etapa adquiere inseguridades, miedos y dudas, a pesar de ello decide optar por lo que más desea, al conocer lo correcto e incorrecto.

Marcos (2013) define como adolescencia la madurez que alcanza el individuo en la transición de ser niño a ser adolescente, implica cambios físicos, emocionales, sociales, psicológicos y fisiológicos, donde el joven

experimenta aparición de vello púbico, en el hombre variación de la voz, crecimiento de bigote y barba, en la mujer la menarquia, engrosamiento de caderas, mamas. Asimismo, todos estos cambios van acompañados de los primeros estímulos y deseos sexuales. Salazar (2016).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define como adolescencia al “periodo de la vida en el cual el individuo adquiere la capacidad reproductiva, transitan los patrones psicológicos de la niñez a la adultez y consolida la independencia socioeconómica y fija sus límites entre los 11 y 19 años”. (Ñiquén 2015).

Mauricio Knobel describió el síndrome de la adolescencia normal como “la búsqueda de sí mismo y de la identidad, tendencia grupal, necesidad de fantaseo e intelectualización, crisis religiosa, desubicación temporal, evolución de la sexualidad desde el autoerotismo hacia la heterosexualidad, actividad social reivindicatoria, contradicciones sucesivas en la conducta, separación progresiva de los padres, fluctuaciones del humor”. Uribe (2012).

2.2.2.3. Etapas de la Adolescencia

Moreno (2015) refiere que el amplio intervalo temporal que corresponde a la adolescencia ha creado la necesidad de establecer subetapas, así suele hablarse de:

Adolescencia temprana: entre los 11 – 14 años, aquí se trata de una madurez bilógica, es decir, la culminación del desarrollo físico y sexual.

Adolescencia media: entre los 15 - 18 años, que apunta a una madurez psicológica caracterizada por la reorganización de la identidad, que implica un nuevo concepto de sí mismo, autonomía emocional, compromiso con un conjunto de valores, adopción de una actitud frente a la sociedad.

Adolescencia tardía o juventud: a partir de los 18 años, relacionada a una madurez social que se vincula al proceso de emancipación que permite que los jóvenes accedan a la condición de adultos ya que implicaría una independencia económica, autoadministración de los recursos, autonomía personal y la formación de un hogar propio; hoy si tomamos como criterio la emancipación económica y el hogar propio, el status de persona adulta puede lograrse después de los 30 años.

Aberastury y Knobel (Núñez, 2017)) han descrito una serie de síntomas y características que se presentan en forma normativa a lo largo de esta etapa vital.

Estas características que integran la adolescencia normal son las que siguen:

- Búsqueda de sí mismo y de la identidad.
- Tendencia a formar grupos.
- Necesidad de intelectualizar y fantasear.
- Crisis religiosa, que puede ir desde el ateísmo más intransigente hasta el misticismo más fervoroso.
- Evolución sexual manifiesta que va desde el auto erotismo hasta la heterosexualidad genital adulta.
- Actitud social reivindicadora.
- Contradicciones sucesivas en la conducta.

- Separación progresiva de los padres.
- Constantes fluctuaciones del humor y del estado de ánimo.

Issler, Ñiquen (2015) en su investigación considera que la adolescencia contempla las siguientes etapas:

Adolescencia temprana:

- Edad de 10 -13 años.
- Grandes cambios funcionales (menarquia).
- Pierde interés por los padres.
- Inicia amistad con individuos del mismo sexo.
- Aumentan fantasías y no controlan impulsos.
- Gran preocupación por su apariencia física.

Adolescencia media

- Edad de 14 a 16 años.
- Completa crecimiento y desarrollo somático.
- Máxima relación con sus amigos y máximo conflicto con sus padres.
- Inicio de actividad sexual.
- Se sienten invulnerables.
- Conductas omnipotentes generadoras de riesgos.

Adolescencia tardía

- Edad de 17 a 19 años.
- Aceptan su imagen corporal.
- Se acercan nuevamente a los padres.
- Se aleja de los amigos y se acerca más a la pareja.

2.2.2.4 Desarrollo durante la adolescencia

Ruiz (2013) menciona los siguientes aspectos de la dinámica del desarrollo durante la adolescencia:

❖ Desarrollo cognitivo

La adolescencia es una etapa en la que no solo existen cambios físicos, sino que de igual manera ocurren cambios en el ámbito intelectual que son importantes para entender el comportamiento de los jóvenes dentro de la sociedad y el ambiente familiar. “El pensamiento del adolescente comienza a manifestarse a la edad de 11 a 12 años y llega a equilibrarse a los 14 y 15 años”. A esta edad el adolescente es capaz de hacer proyectos para el futuro y razonar sobre las hipótesis, las cuales son verificadas a través de los hechos; a esto se llama razonamiento hipotético-deductivo.

Es evidente que este cambio en el pensamiento del adolescente le permite integrarse dentro de las relaciones sociales de los adultos y manejar ciertas operaciones intelectuales necesarias para el nivel escolar en que se encuentre. Los adolescentes estructuran y modifican sus esquemas mentales a través de la asimilación y acomodación de nuevos conocimientos para ajustarlos a esquemas ya establecidos y finalmente buscar el equilibrio.

Otro cambio cognitivo en los adolescentes es el relacionado con la inteligencia práctica, el adolescente a través de esta inteligencia se enfrenta y resuelve problemas de la vida diaria; por lo tanto, el desarrollo de este tipo

de inteligencia está determinada por las oportunidades que ofrece la cultura para aprender y practicar ciertas habilidades. Almenara-De Gouveia (2002).

❖ Desarrollo social

“En los adolescentes uno de los cambios más importantes dentro del desarrollo social, es la búsqueda de su propia identidad”, en esta etapa los jóvenes empiezan a cuestionarse sobre sus experiencias y a descubrir que ciertos papeles que desempeñan no son propios.

Esta formación de la identidad implica una cierta separación de la familia, para la mayoría de los adolescentes el grupo de amigos de la misma edad les sirve de apoyo y les ayuda a sentir cierta autonomía.

Para los adolescentes sus amigos son un apoyo y estos aprueban sus patrones de comportamiento, opiniones y decisiones, pero por otro lado no toleran sus críticas.

La relación con los amigos en el desarrollo de los adolescentes es sumamente importante, ya que el adolescente le da mayor o menor importancia al grupo de amigos en la medida en qué tan estrechas sean sus relaciones familiares. Los que carecen de dichos vínculos familiares generalmente necesitan más del grupo de amigos para elevar su autoestima y permitirse actuar fuera de los parámetros establecidos por la sociedad, por lo tanto, esta presión del grupo tiene gran influencia en el comportamiento del adolescente.

Estos grupos de amigos al inicio son numerosos y están conformados por personas de un mismo sexo, con el tiempo estas amistades se disuelven para luego conformar grupos mixtos que nuevamente se van desintegrando hasta formar solamente una pareja. Poco a poco el adolescente logra una identidad estable que le permite experimentar relaciones de amistad más maduras y duraderas.

❖ Desarrollo moral

Piaget (1974) “sostiene que la moral consiste en un sistema de reglas y la esencia para el desarrollo del ser humano, hay que buscarla en el respeto a esas normas; es la base del logro de la autonomía, así como de la integración social”.

Los adolescentes consideran, entienden y comienzan a respetar las reglas como una ley, ya que las consideran útiles para ellos y para los demás, de esta manera pasa de una moral heterónoma impuesta por el medio, a una moral autónoma, en la cual internaliza las reglas y las adapta estableciendo las suyas.

❖ Desarrollo sexual

En la adolescencia comienza a aparecer las características sexuales primarias y secundarias. La primera fase de la adolescencia ocurre en los varones entre los 10 y 15 años de edad donde comienzan a aumentar el tamaño de los testículos, crece el escroto cuya piel se enrojece y se vuelve más áspera, luego crece el pene en longitud y circunferencia y el vello

púbico es suave. En las niñas ocurre entre los 9 y 14 años de edad, donde comienza a desarrollarse las caderas a causa del ensanchamiento de la pelvis y la acumulación de grasa subcutánea. Se eleva la areola que rodea el pezón originando una pequeña protuberancia y de igual forma que en los varones el vello púbico es suave y escaso.

En la fase media de la adolescencia, entre los 11 y 18 años en los varones, el vello púbico se vuelve pigmentado, más rizado y abundante, formando un triángulo invertido que se extiende hasta el ombligo, el vello axilar aparece después del púbico, el pene y los testículos siguen creciendo, el escroto aumenta de tamaño y se hace pigmentado y rugoso. En esta fase ocurre la maduración de la próstata y las vesículas seminales, por lo que ocurren eyaculaciones espontáneas o inducidas, la voz del joven comienza a cambiar a medida que se dilata la laringe.

En las niñas esta fase media ocurre a los 10 y 16 años. Los labios de la vagina se agrandan. La secreción vaginal se vuelve ácida, el pecho y el pezón se elevan, al igual que los varones el vello púbico se vuelve más pigmentado y rizado formando un triángulo invertido, aparece la menarquía, y con ello la posibilidad de un embarazo.

En la última fase de la adolescencia que va desde los 14 y 20 años la voz se vuelve más profunda, la eyaculación contiene número adecuado de espermatozoides móviles para la fertilidad.

En las mujeres esta última fase ocurre a los 13 y 18 años de edad, el vello púbico está plenamente desarrollado, los pechos logran forma adulta, la menstruación se regula. Almenara- De Gouveia (2002).

2.2.3. Embarazo

2.2.3.1 Definición

Desde el momento de la fecundación del óvulo hasta el día del parto (280 días aproximadamente o entre 37 a 42 semanas) la mujer atraviesa un periodo llamado embarazo o gestación. Un buen comienzo para comprender el trabajo corporal con embarazadas, es empezar por interpretar los cambios que una futura madre experimenta en todo su ser y esos cambios no se hacen esperar demasiado. Cambia su cuerpo por dentro, por fuera, su espacio físico, su peso, su temperatura, su seguridad, su emotividad, en definitiva, su dinámica corporal.

El embarazo se divide comúnmente en tres periodos o trimestres:

- Primer trimestre: desde el inicio hasta la semana 12 de gestación.
- Segundo trimestre: desde la semana 13 hasta la semana 26 de gestación.
- Tercer trimestre: desde la semana 27 hasta la 40 semana de gestación o parto.

Valera (2009) define que el embarazo es una parte del proceso de reproducción humano que comienza con la fecundación del óvulo por el espermatozoide en la mujer, es conocido también como gestación o estado de gravidez. El embarazo es una secuencia de eventos que ocurren normalmente durante la gestación y generalmente influyen en la

fertilización, la implantación, crecimiento del embrión, crecimiento fetal finalizando con el nacimiento.

Comprende todos los procesos de crecimiento y desarrollo del feto en el interior del útero materno, así como los importantes cambios fisiológicos, metabólicos e incluso morfológicos que se producen en la mujer. Por ello considera muy importante que la adolescente embarazada acepte y sepa llevar lo mejor posible estos cambios, porque de ello depende que se convierta en una experiencia irrepetible cuyo fruto es la creación de una nueva vida.

Según Menacho (Armendáriz y Medel, 2010) las principales causas o razones que existen en la sociedad y que influyen en el embarazo en las adolescentes son:

- Inicio precoz de las relaciones sexuales: cuando aún no existe la madurez emocional necesaria para implementar una adecuada prevención.
- Familia disfuncional: la ausencia de los padres genera carencias afectivas que la joven no sabe resolver, impulsándola a tener relaciones sexuales que tienen mucho más de sometimiento para recibir afecto de un genuino vínculo de amor.
- Pensamientos mágicos: propios en esta etapa de la vida, que las llevan a creer que no se embarazarán sino lo desean.
- Fantasías de esterilidad: comienzan sus relaciones sexuales sin cuidado y como no se embarazan por casualidad, piensan que son estériles.
- Falta o distorsión de la información.

- Controversias en su sistema de valores y el de sus padres, cuando en la familia hay una severa censura sobre las relaciones sexuales entre los adolescentes, con frecuencia por rebeldía y a la vez como una forma de negarse a sí mismos que tienen relaciones, no implementan medidas anticonceptivas.

- Factores socioculturales: la evidencia del cambio de costumbres, derivado de una nueva libertad sexual, se da por igual en los diferentes niveles socioeconómicos.

- La falta de una adecuada educación sobre sexualidad y el uso correcto de los métodos anticonceptivos.

También refieren que las principales consecuencias que afronta una adolescente embarazada son:

- El abandono de los estudios al confirmarse el embarazo o al momento de criar al hijo, limitando las oportunidades futuras de buenos empleos y sus posibilidades de realización personal, le será muy difícil lograr empleos permanentes con beneficios sociales.

- La relación de pareja de menor duración y más inestable suele significarse por la presencia del hijo, ya que muchas se formalizan forzosamente por la situación.

- En estratos sociales de mediano o alto poder adquisitivo, la adolescente embarazada suele ser objeto de discriminación por su grupo de pertenencia. Las adolescentes pueden ser obligadas a buscar una salida fácil y ponen en riesgo su vida como, por ejemplo, el aborto.

2.2.3.2 Factores que predisponen el embarazo en adolescentes

El embarazo precoz es visto como un problema de falta de información sobre los métodos anticonceptivos y la concepción, pero esto no es suficiente para explicar el por qué las jóvenes adolescentes quedan embarazadas.

Resulta difícil determinar cuáles son las causas de los embarazos en la adolescencia, pero sí se ha podido determinar factores que influyen y forman parte del contexto en donde ocurren estas situaciones con más frecuencia.

Según Rojas (2017) en su investigación ha considerado los siguientes factores que predisponen el embarazo en adolescentes:

Individuales

En lo que se refiere a los factores individuales observamos que la repitencia escolar fue altamente significativa en el inicio de actividad sexual. Los estudiantes con un porcentaje de calificaciones más bajas serán significativamente más proclives a iniciar su actividad sexual que sus pares que tenían un promedio de calificaciones de estudio más elevado.

Biológicos

Menarquía: la edad de la pubertad entre los 12 a 13 años permite que las jóvenes sean fértiles, sumado al resultado de las investigaciones que reportan que el uso de anticonceptivos en esta edad, en América Latina sigue siendo bajo, exponiéndose al riesgo de embarazarse a temprana edad. El periodo entre el inicio de la pubertad y la independencia económica va en

aumento en nuestra sociedad, lo que permite una mayor posibilidad de relaciones prematrimoniales.

Psicosociales

El embarazo en las adolescentes muy pocas veces es casual y menos aun conscientemente buscado, obedece a una serie de causas entre ellas: psicológicas, familiares y socioculturales.

Los factores que inciden en la ocurrencia de los embarazos adolescentes muy tempranos son diversos y complejos. Entre ellos cabe destacar el inicio de cada vez más temprana de las relaciones sexuales y liberación sexual al que están expuestos los adolescentes a través de los medios de comunicación y entornos sociales, la insuficiente educación sexual y falta de políticas de salud sexual y reproductiva.

Además, cabe señalar el particular peso que tienen las relaciones no consentidas, el abuso sexual y las agresiones sexuales como factor causal del embarazo en adolescentes.

Existen innumerables evidencias que dan cuenta de que la fecundidad adolescente está influenciada por la familia y los grupos sociales de pertenencia. Familias con ambos padres biológicos presentes, ofrecerían un ámbito protector; los y las adolescentes provenientes de estas familias tendrían una probabilidad menor de adoptar conductas de riesgo, es decir, de tener relaciones sexuales sin protección y, por lo tanto, de quedar embarazadas o embarazar a su pareja.

La relación entre estructura familiar y conductas reproductivas de las y los adolescentes está estudiada sobre todo en países desarrollados. Se ha

encontrado que las mujeres adolescentes que no conviven con la madre ni con el padre registran la mayor frecuencia de conductas de riesgo es decir la falta de uso de métodos anticonceptivos en la primera relación sexual es tres veces más frecuente que la se registra en las adolescentes que viven con ambos progenitores.

Psicológicas

Durante la etapa temprana del desarrollo cognitivo de la adolescencia, los jóvenes no son capaces de entender todas las consecuencias de la iniciación de la actividad sexual precoz. El egocentrismo en esta edad les hace asumir que a ellas no les va a pasar, pues eso sólo les ocurre a otras; la necesidad de probar su fecundidad estando influenciadas por fantasías de infertilidad, puede ser un factor muy poderoso. Dentro de las causas psicológicas se mencionan:

1. Desean tener un hijo para reconstruir la ternura materna o para construir la que no han tenido.
2. Para conseguir un marido que las acompañe y las ayude a sobrevivir económicamente.
3. Para castigar a los padres por su incomprensión.
4. Para irse de un hogar disfuncional, huir de un ambiente difícil.
5. Agradar al novio.

2.2.3.3 Psicología durante el embarazo:

Hoffman (2006) indica que el embarazo viene como un deseo que se cumple, pero no siempre, esta realidad explica algunos altibajos del humor en la gestante, quien a veces tarda un tiempo en hacerse a la idea del cambio en su vida. Por eso también es bueno que un embarazo lleve 9 meses, las vocaciones personales, las necesidades materiales hacen que un embarazo también sea una interrupción, algo que se deja a cambio del bebé que viene. Después están los temores que se mezclan con las ilusiones ¿Saldrá bien? ¿Tendrá todo? son preguntas que acompañan las imágenes de lo que la madre vea como su hijo o hija.

Su futuro, la felicidad que se le desea, se mezclan también con los miedos al sufrimiento, lo incierto del porvenir se mezclan con las esperanzas, se mezcla la duda sobre sus posibilidades, sus condiciones, las del mundo del futuro.

Las futuras mamás ya sueñan con sus futuros bebés y sus hijos desde los años previos, incluso en la infancia de ellas, es la preparación para la tarea que empieza jugando y después charlando con las amigas primero y con el novio después.

Cuando el bebé ya se encuentra en la barriga, hay diferentes momentos, al principio sólo algunas mamás descubren los cambios, otras tardan un poco más, finalmente el pantalón ya no cierra.

Pero la primera certeza que sorprende de verdad es la patadita ¿Qué insolencia es esa? Hay una voluntad dentro de una que no es la propia que se expresa como y cuando quiere, esa revelación hace que la madre se pregunte más cosas sobre el nuevo ser ya un poco independiente. ¿Puede

ocurrir que, entre los dos, mamá y bebé ya exista alguna comunicación? Muchas mamás creen que sí y algunos científicos también. Por ejemplo, probaron que los bebés distinguen la voz de la madre de la voz del padre y de las otras personas, que las mamás alegres con “buena onda”, tienen bebés más contentos que las mamás tristes, deprimidas o muy preocupadas.

Para conocer a este pequeño intruso la ciencia médica lo hace a través de algunos aparatos por ejemplo a través de una ecografía tenemos hasta la imagen con sus movimientos y sus comportamientos, es posible ver lo que hace el feto de pocos meses: se chupa el dedo pulgar, pateo, se mueve, da vueltas, escuchar sus latidos, verlo en una pantalla, sentir sus patadas se suma a las sensaciones de peso, el abdomen crece, los cambios corporales en las mamás, la restricción en la movilidad, son todas formas de la presencia del nuevo ser.

Se va dibujando así la nueva persona, le damos un nombre, le atribuimos un sexo, un futuro, nos vamos encariñando con él o ella, se inicia una relación que va a durar para toda la vida.

Son tantas las interrogantes de una madre, ellas no tienen las respuestas a la mayoría de los problemas durante el embarazo, las llevan en el corazón, las mamás pasan por un estado especial que casi parece una enfermedad ¿Por qué enfermedad? Se les nota retraídas, prestan menos atención al mundo exterior, pero a la vez desarrollan una enorme sensibilidad que les permite comunicarse sin palabras, con ese ser en gestación. Lenguaje de mamá-bebé es un “idioma” que para aprenderlo hay que pasar por el embarazo.

III. HIPÓTESIS:

3.1 Hipótesis General:

- La autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016, es baja.

3.2 Hipótesis Específicas:

- La autoestima según la edad de 14 a 16 años y de 17 a 19 años de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016, es baja.
- La autoestima según el grado de instrucción primaria, secundaria, superior no universitario y superior universitario de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016, es alta.
- La autoestima según el número de hijos de 0 a 1 y de 2 a más de las adolescentes embarazadas del Asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016, es baja.

IV. METODOLOGÍA

4.1 Diseño de la investigación

La presente investigación es no experimental, porque la variable de estudio no es manipulada, de corte transversal, es decir, se recolectarán los datos en un solo momento y tiempo único, teniendo como propósito describir la variable y analizar su incidencia en interrelación en un momento dado. (Hernández, Fernández y Baptista 2010).

Esquema del diseño no experimental de la investigación es:



Dónde:

M = Muestra: 25 adolescentes embarazadas.

X₁ = Variable de estudio: Autoestima

O₁ = Resultados de la medición de la variable: Autoestima alta, media o baja.

4.2 Población y muestra

4.2.1 La población: estuvo conformada por todas las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea.

4.2.2 La muestra de estudio: estuvo constituida por 25 adolescentes embarazadas de 14 a 19 años de edad del asentamiento humano Pachitea.

Criterios de Inclusión

- Embarazadas comprendidas entre los 14-19 años de edad.

- Aceptar participar voluntariamente del estudio firmando el consentimiento informado.
- Adolescentes embarazadas que evidencien facultades físicas y mentales para brindar información.
- Las que respondan todos los ítems del instrumento aplicado.

Criterios de exclusión

- Adolescentes embarazadas que no hayan contestado la totalidad de los ítems del test de la escala de autoestima de Rosenberg modificada (1965)

4.3 Definición y operacionalización de las variables

4.3.1 Definición conceptual:

Autoestima: Rosemberg (Diego, 2016) manifiesta que la autoestima es aquella valoración que tenemos de nosotros mismos, de nuestra manera de ser, de quienes somos. Asimismo, es la estimación que el adolescente hace del conjunto de rasgos corporales, mentales y/o espirituales los cuales establecen nuestra propia personalidad. La autoestima es aquella actitud hacia sí mismo, es decir la manera de pensar, amar y sentir; además es aquella disposición permanente según el cual nos enfrentamos con nosotros mismos siendo el contexto primordial por el cual implantamos nuestras experiencias y/o vivencias en función a nuestro yo personal; todo esto se adquiere y se genera como aquel resultado de las vivencias y experiencias de cada persona.

4.3.2 Definición operacional

NIVEL DE AUTOESTIMA DE LAS ADOLESCENTES EMBARAZADAS
DEL ASENTAMIENTO HUMANO PACHITEA, PIURA.

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG
INTERPRETACIÓN
A Muy de acuerdo
B De acuerdo
C En desacuerdo
D Muy en desacuerdo
De los ítems 1 al 5, las respuestas A - D se puntúan de 4 a 1
De los ítems del 6 al 10, las respuestas A - D se puntúan de 1 a 4
De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada. Considerada como autoestima normal.
De 26 a 29 puntos: Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla.
Menos de 25 puntos: Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

4.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos

4.4.1 Técnica: La técnica que se utilizó para la evaluación de la variable fue la encuesta.

4.4.2 Instrumento: El instrumento que se utilizará es la Escala de Evaluación de Rosenberg modificada (1965).

A.-Ficha técnica.

Nombre: Escala de Autoestima de Rosenberg.

Autor: Morris Rosenberg (Estados Unidos).

Año: Primera versión en 1965.

Objetivo: Evaluar el nivel de autoconfianza y satisfacción personal y también el autodesprecio o devaluación.

Población: a partir de 13 años

Tiempo de aplicación: 8 min. Aprox.

Tipo de instrumento: Psicométrico unidimensional.

Número de ítems: 10

B.- Descripción del Instrumento:

Es un instrumento psicométrico que consta de diez ítems de los cuales los cinco primeros están enunciados en forma positiva y los otros cinco se han enunciado en forma negativa, con cuatro opciones de respuesta, desde Muy de acuerdo (4) a Muy en desacuerdo (1); a mayor puntuación, mayor autoestima. Actualmente se utiliza la versión modificada para determinar la autoestima en hombres y mujeres de todas las edades.

C.- Validez y confiabilidad.

Fue utilizado por primera vez con 5,024 estudiantes adolescentes del nivel secundario (3° y 4°) en 10 escuelas de New York en 1965.

Investigaciones realizadas por Allik (2005) en 53 países garantizan que en 48 de ellos se presentaron altos índices de validez y confiabilidad de acuerdo a la consistencia interna de 0,8. Diego (2016).

Baremaciones en poblaciones argentinas, Diego (2016).

Percentil	Grupo General (Gongora y Casullo, 2009)	Grupo clínico (Gongora y Casullo, 2009)	Grupo adolescentes (Góngora, Fernández y Castro, 2010)
95	40	38	39
90	39	37	39
75	38	35	37
50	36	30	34
25	33	26	30
10	30	21	27
5	28	19	24

D.- Administración

Esta escala se puede administrar en jóvenes y adultos en forma rápida durante 8 minutos, consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa.

Interpretación:

De los ítems 1 al 5, las respuestas A - D se puntúan de 4 a 1.

De los ítems del 6 al 10, las respuestas A - D se puntúan de 1 a 4

De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada. Considerada como autoestima normal.

El individuo tiene plena confianza en sí mismo y satisfacción personal.

De 26 a 29 puntos: Autoestima media. Suficiente autoconfianza y satisfacción personal.

Menos de 25 puntos: Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima, el individuo presenta autodesprecio y autodevaluación.

4.5 Plan de análisis

De acuerdo a la naturaleza de la investigación para el análisis de los datos se utilizó las técnicas de análisis estadístico descriptivo, como son uso de tablas de distribución de categoría, frecuencia, porcentaje y figuras o gráfico de barras.

El procesamiento de la información se realizó utilizando el programa informático Microsoft Office Excel 2010.

4.6 Matriz de consistencia

NIVEL DE AUTOESTIMA DE LAS ADOLESCENTES EMBARAZADAS DEL
ASENTAMIENTO HUMANO PACHITEA, PIURA, 2016

PROBLEMA	VARIABLE	INDICADORES	OBJETIVOS	HIPOTESIS	TECNICAS
¿Cuál es la autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016?	Autoestima.	. Edad: 14-16 años 17-19 años . Grado de instrucción: Primaria Secundaria Superior no universitario Superior universitario Número de hijos: 0-1 2 a más.	Objetivo general Determinar la autoestima prevalente de las adolescentes gestantes del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016. Objetivos Específicos: -Determinar la autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas según la edad de 14-16 y de 17-19 años. Determinar la autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas según el grado de instrucción:	General: La autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del a.h. Pachitea es baja. Específicas -La autoestima según la edad de las adolescentes Embarazadas es baja. -La autoestima según el grado de instrucción de las adolescentes embarazadas es alta. -La autoestima según el número de hijos de las adolescentes embarazadas es baja.	Técnica: Encuesta. Instrumento: Escala de autoestima de Rosenberg.

			<p>primaria, secundaria, snu, su.</p> <p>Determinar la autoestima prevalente según el número de hijos de 0-1 y de 2 a más.</p>		
				<p>Metodología</p> <p>Tipo y Nivel de la investigación</p> <p>El tipo de estudio fue cuantitativo, de nivel descriptivo</p> <p>Diseño</p> <p>No experimental, de corte transversal.</p> <p>Población</p> <p>Adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura.</p>	

				Muestra: 25 adolescentes embarazadas.	
--	--	--	--	--	--

4.7 Principios éticos

En el presente estudio se ha considerado los principios éticos necesarios para su realización, sugeridos por el comité de ética y el reglamento de ética de la universidad, ello se evidencia a través de documentos tales como el consentimiento informado, solicitado a las adolescentes embarazadas participantes del estudio, además de la declaración jurada de no plagium y originalidad.

V. RESULTADOS

5.1. Resultados

TABLA I

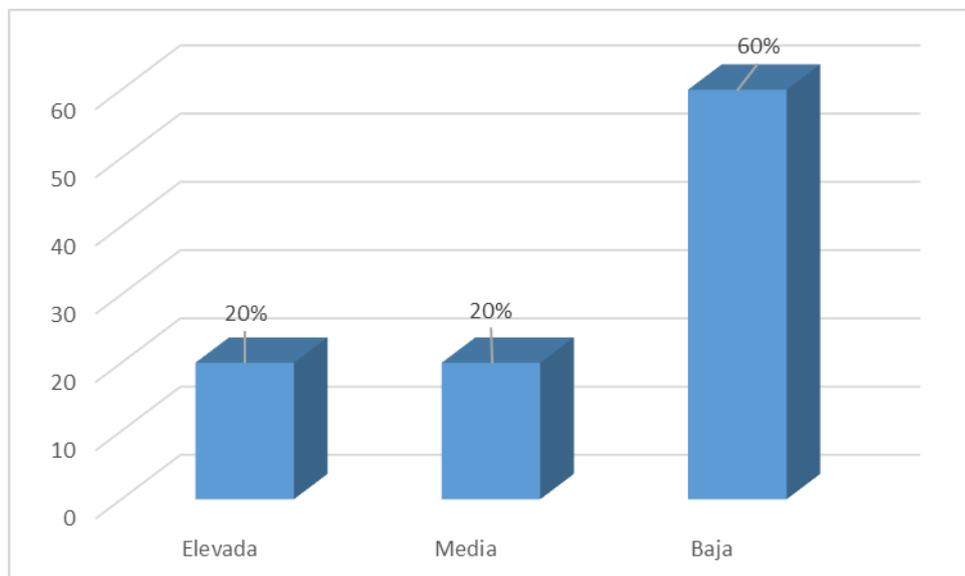
*Autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano
Pachitea, Piura, 2016*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje %
Elevada	5	20
Media	5	20
Baja	15	60
TOTAL	25	100

Fuente: Escala de Autoestima de Rosemberg modificada (1965)

FIGURA 1

Autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016



Fuente: Escala de Autoestima de Rosemberg modificada (1965)

Descripción: En la tabla I y figura 1 se observa en las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea que el 20% presentan autoestima elevada, también el 20% de ellas tiene autoestima media, mientras que el 60% tiene autoestima baja.

TABLA II

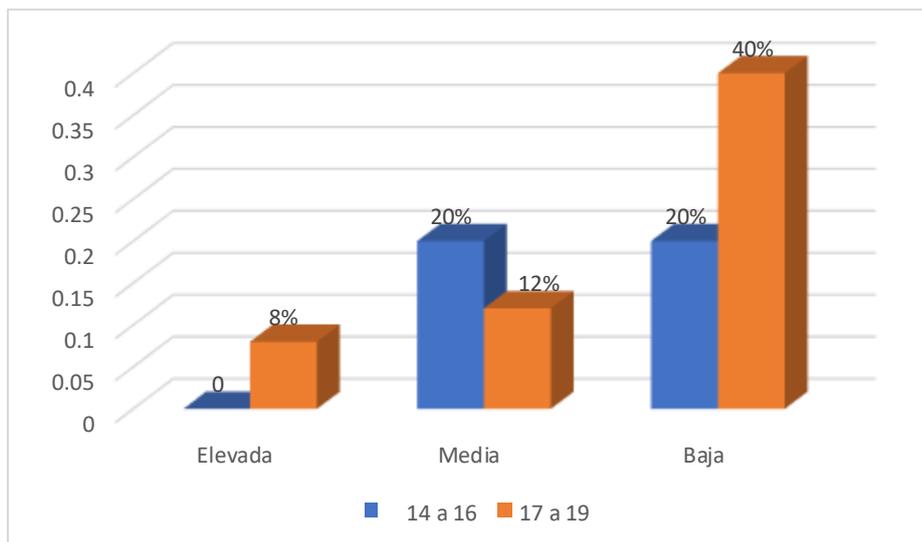
Autoestima según la edad de 14-16 años y de 17-19 años de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016

Categoría	EDAD			
	14 – 16		17 – 19	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Elevada	–	–	2	8%
Media	5	20%	3	12%
Baja	5	20%	10	40%
TOTAL	10	40%	15	60%

Fuente: Escala de Autoestima de Rosemberg modificada (1965)

FIGURA 2.

Autoestima según la edad de 14-16 años y de 17-19 años de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016



Fuente: Escala de Autoestima de Rosemberg modificada (1965)

Descripción: En la tabla II y figura 2 podemos observar en las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea que el 20% del grupo de edad de 14 a 16 años tienen autoestima media, el 20% tiene autoestima baja. Mientras que para el grupo de 17 a 19 años el 8% tiene autoestima elevada, el 12% tiene autoestima media y el 40% tiene autoestima baja.

TABLA III

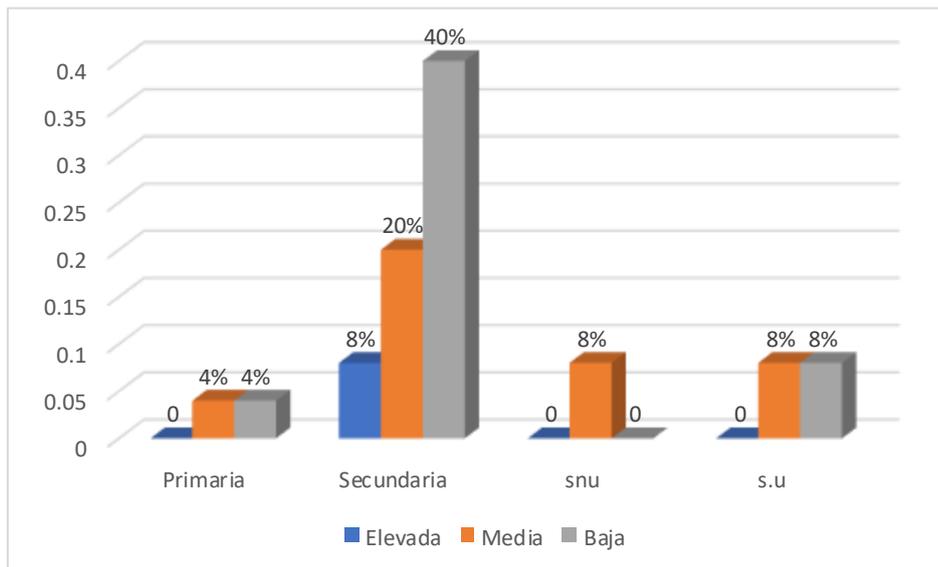
Autoestima según el grado de instrucción primaria, secundaria, superior no universitario y superior universitario de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016

Categoría	GRADO DE INSTRUCCIÓN							
	Primaria		Secundaria		Superior no universitario		Superior universitario	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Elevada	0	0%	2	8%	0	0%	0	0%
Media	1	4%	5	20%	2	8%	2	8%
Baja	1	4%	10	40%	0	0%	2	8%
TOTAL	2	8%	17	68%	2	8%	4	16%

Fuente: Escala de Autoestima de Rosemberg modificada (1965)

FIGURA 3

Autoestima según el grado de instrucción de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016



Fuente: Escala de Autoestima de Rosemberg modificada (1965)

Descripción: En la tabla III y figura 3 se muestra en las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea que el 4% con nivel primaria tienen autoestima media, también el 4% de ellas tiene autoestima baja. El 8% con nivel secundaria tiene autoestima elevada, el 20% tiene autoestima media y el 40% tiene autoestima baja. En el nivel superior no universitario el 8% tiene autoestima media. Mientras que para el nivel superior universitario el 8% de ellas tienen autoestima media y también el 8% tiene autoestima baja.

TABLA IV

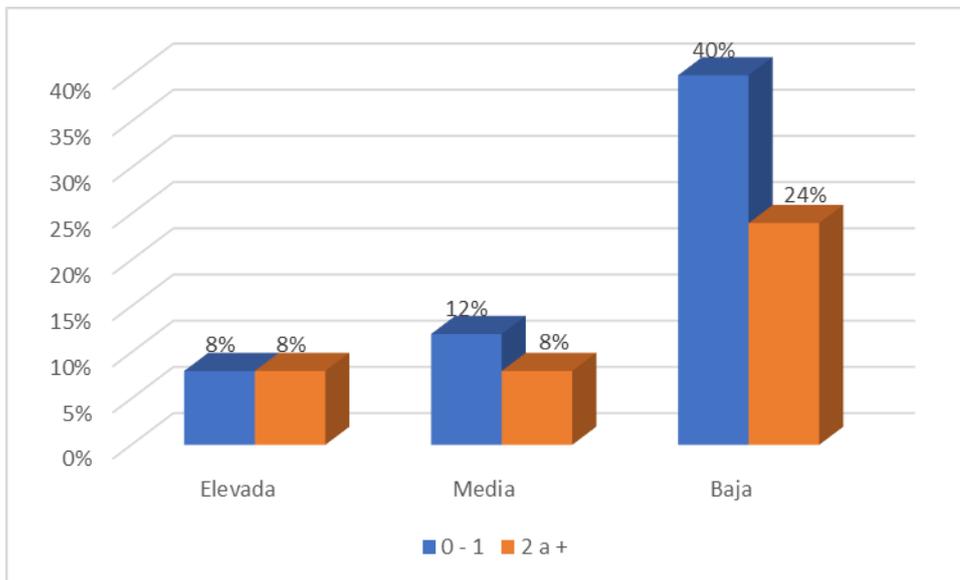
Autoestima según el número de hijos de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016

Categoría	Número de hijos			
	0 – 1		2 a +	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Elevada	2	8%	2	8%
Media	3	12%	2	8%
Baja	10	40%	6	24%
TOTAL	15	60%	10	40%

Fuente: Escala de Autoestima de Rosemberg modificada (1965)

FIGURA 4

Autoestima según el número de hijos de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016



Fuente: Escala de Autoestima de Rosemberg modificada (1965)

Descripción: En la tabla IV y figura 4 se puede observar en las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea que el 8% de las que tiene 0 a 1 hijo tiene autoestima elevada, el 12% de ellas tiene autoestima media y el 40% tiene autoestima baja. En tanto que en el grupo de 2 a más hijos el 8% tienen autoestima elevada, el 8% tienen autoestima media y el 24% tienen autoestima baja.

5.2. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Una vez aplicado el instrumento de recolección de la información, se procedió a realizar el análisis de los mismo para cumplir con el objetivo general de nuestra investigación que es determinar la autoestima prevalente en las adolescentes

embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016, así se indicó que la autoestima prevalente en esta población de estudio es baja.

En forma similar el estudio que realizó Jiménez, Juárez y Sánchez (2010) con la finalidad de conocer el nivel de autoestima y depresión en las mujeres adolescentes de 11-19 años durante el embarazo que acudieron a consulta de ginecobstetricia de un hospital del Estado de México, se indicó que la edad media de las 45 adolescentes embarazadas fue de 17 años y la mayoría de ellas tenían autoestima baja.

Diego, (2016) realizó un estudio para describir la autoestima en 50 adolescentes gestantes de 14-19 años de los puestos de salud de Chimbote, como resultado de la investigación se obtuvo que la mayoría de estas adolescentes gestantes también presentaron autoestima baja y que según Rosenberg son personas que tienen autodesprecio y devaluación sobre sí mismos.

Mientras que Ceballos, Camargo, Jiménez y Requena (2011) realizaron una investigación con el objetivo de determinar el nivel de Autoestima y los factores sociodemográficos en 22 adolescentes de 11 a 18 años en estado de embarazo de la ciudad de Santa Marta (Colombia) que indicaron que la mayoría reflejaron una autoestima media.

Quispe D. (2015) realizó un estudio para determinar los factores psicosociales, culturales y familiares asociados a la autoestima de 80 adolescentes embarazadas entre 14 a 19 años del Hospital Regional Manuel Núñez Butrón de Puno. En los resultados se observaron que la mayoría de las adolescentes embarazadas tienen una autoestima media.

Ñiquen (2015) realizó una investigación para determinar la relación entre clima social familiar y el nivel de autoestima de las adolescentes embarazadas de 14-19 años que se atienden en el Hospital Tomás Lafora, como resultado de obtuvo que la mayoría de la población de estudio tiene autoestima media, es decir son personas con suficiente autovaloración o satisfacción personal.

Sin embargo, el estudio que realizó Moreno (2014) con la finalidad de determinar el apoyo familiar y nivel de autoestima en embarazadas adolescentes de 11 a 19 años de edad en la unidad de medicina familiar número 64 del Instituto Mexicano del Seguro Social de Tequesquihuac, indicó según los resultados que la mayoría de las 105 adolescentes embarazadas mostraron tener una autoestima alta lo que indica que son personas con plena confianza en sí mismas y muestran satisfacción personal.

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

Se acepta:

- La autoestima prevalente de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016, es baja.
- La autoestima según la edad de 14 a 16 años y de 17 a 19 años de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016, es baja.
- La autoestima según el número de hijos de 0 a 1 y de 2 a más de las adolescentes embarazadas del Asentamiento humano Pachitea, Piura, 2016, es baja.

Se rechaza:

- La autoestima según el grado de instrucción primaria, secundaria, superior no universitario y superior universitario de las adolescentes embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016, es alta.

VI. CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

- El 60% de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea tienen una autoestima baja.
- El 40% de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, según la edad de 17 a 19 años tienen una autoestima baja.
- El 40% de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea, según el grado de instrucción secundaria tienen una autoestima baja.
- El 40% de las adolescentes embarazadas del asentamiento humano Pachitea según el número de 0 a 1 hijo tienen una autoestima baja.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

Teniendo en cuenta que la mayoría de las participantes del estudio mantienen autoestima baja, en tal sentido se recomienda:

- ❖ Realizar charlas y talleres en las instituciones educativas de la localidad dirigidos a los adolescentes que abordando temas importantes como la autoestima y la educación sexual.
- ❖ Realizar orientación y consejería a las adolescentes embarazadas que les permita fortalecer su autoestima y puedan enfrentar la maternidad a tan temprana edad.

- ❖ Promover en las familias de las adolescentes embarazadas el soporte emocional adecuado que les permita llevar el embarazo en las mejores condiciones posibles.
- ❖ Concientizar a las adolescentes a fin de que el embarazo no sea un impedimento en buscar su autorrealización.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almenara, S. De Gouveia, E. La Familia como Factor Determinante en la Comunicación Respecto al Embarazo Precoz y sus Consecuencias. (2002). Caracas. Recuperado de biblioteca2.ucab.edu.ve/anexos/biblioteca/marc/texto/AAP8231.pdf
- Alonso, A. Factor individual: Autoestima. (2003). Salamanca. Recuperado de: www.enfermeríasalamanca.com/trabajos_salud_laboral/seguridad/Autoestima/PDF
- Armendáriz, O. A. y Medel, P. (2010). Propuesta de intervención para prevenir el embarazo en adolescentes en México. Synthesis. Recuperado de www.uach.mx/.../propuesta_de_intervencion_para_prevenir_el_embarazo_en_adolesc
- Beauregard A, Bouffard R, Duclos G. Autoestima: Para Quererse Más y Relacionarse Mejor". (2005). Madrid. Narcea, S.A de Ediciones. Recuperado de <http://books-google.com.pe/books?isbn=1586140841>
- Branden, N. (2011). El poder de la autoestima. Barcelona. Editorial Paidós. Recuperado de <http://books.google.com.pe/books?isbn=8449322480>

Ceballos, O.G. Camargo, G. K. Jiménez, S. I. y Requena, M. K. (2011).

Nivel de autoestima en adolescentes embarazadas en la comuna 5 de Santa Marta Colombia. Revista de Psicología de la Universidad de Antioquía.

Recuperado de

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4865236.pdf>

Diego, I. (2016). Autoestima en adolescentes gestantes de los puestos de salud,

Chimbote. (Tesis de pregrado). Recuperado de

<http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000044955>

Feldman, J. Autoestima ¿Cómo desarrollarla? (2005). Madrid. Narcea, S.A de

Ediciones. Recuperado de

<http://books.google.com.pe/books?isbn=8427713118>

Gallego, Julio. Educar en la Adolescencia. (2006). Madrid. Ediciones Paraninfo.

Recuperado de

<http://books.google.com.pe/books?isbn=8497325915>

González, N. López, A. (2001). La Autoestima: Medición y Estrategias de

Intervención a Través de una Experiencia en la Reconstrucción del Ser.

México. Recuperado de

<http://books.google.com.pe/books?isbn=968835712x>

- Granda, C. (2011). Relación Entre el Clima Social 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. (Tesis pregrado). Recuperado de <http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000027685>
- Hoffman, M. Los árboles no crecen tirando de las hojas. (2006). Buenos Aires. Editorial del Nuevo Extremo S.A. Recuperado de <http://books.google.com.pe/books?isbn=9871068387>
- Izquierdo, C. Crecer en la Autoestima. (2008). Perú. Editorial Paulinas. Recuperado de <http://books.google.com.pe/books?isbn=9972050408>
- Moreno, A. (2015). La Adolescencia. Recuperado de https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=4735114#goto_toc
- Moreno, P. (2013). Apoyo familiar y nivel de autoestima en embarazadas adolescentes de 11 a 19 años de edad en la unidad de medicina familiar número 64 del Instituto Mexicano del Seguro Social. (Tesis de pregrado). Recuperado de ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/14506/411453.pdf?sequence=1
- Núñez, F. (2015). Nivel de autoestima en las alumnas de primero a quinto grado de secundaria de la I.E “Micaela Bastidas” AA.HH. Micaela Bastidas, Piura. (Tesis de pregrado). Recuperado de

<http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000044629>

Ñiquen, C. (2015). Clima social familiar y nivel de autoestima en adolescentes embarazadas del Hospital Tomás Lafora, Guadalupe. (Tesis de pregrado). Recuperado de cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3304/1/Pezua_vm.pdf

Osorio, R. (2013). Factores que se asocian al embarazo en adolescentes atendidas en el Hospital de apoyo María Auxiliadora- Lima. (Tesis de pregrado). Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3570/1/Osorio_ar.pdf

Parolari, F. Psicología de la Adolescencia: Despertar para la vida. (2005). Brasil. Recuperado de <http://booksgoogle.com.pe/books?isbn=9586078019>

Pasache, C. (2016). Factores que Predisponen el Embarazo Precoz y Percepción de las Adolescentes Embarazadas sobre la Atención Brindada por el Profesional de Obstetricia en el Control Prenatal del Establecimiento de Salud I-1 Ocoto Alto del Distrito de Tambogrande, Piura. (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000043150>

Quispe, G. (2014). Factores Psicosociales, Culturales y Familiares Asociados a la Autoestima de Madres Adolescentes en el Hospital Regional Manuel Núñez Butrón, Puno. (Tesis de pregrado). Recuperado de repositorio.uancv.edu.pe/handle/UANCV/795

Ramos, H. Sotelo, N. (2011). La Autoestima en el Desarrollo de los Adolescentes: Taller de Autoestima Aplicado en el Ex Convento de Culhuacán. México. Tesis pregrado. Recuperado de 200.23.113.51/pdf/28048.pdf

Ruiz, Lázaro. Psicología del adolescente y su entorno. (2013). Madrid. Recuperado de <http://www.sietediasmedicos.com>

Salazar, G. (2016). Autoconcepto en Adolescentes a Consecuencia de Embarazo No Planificado. Estudio realizado con adolescentes de 12 a 16 años. Guatemala. (Tesis pregrado). Recuperado de <https://kipdf.com/.../universidad-rafael-landivar-facultad-de-humanidades-licenciatura>.

Sánchez, S. (2016). Autoestima y Conductas Autodestructivas en Adolescentes. Guatemala. (Tesis pregrado). Recuperado de recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Sanchez-Sindy.pdf

Sparisci, V. Representación de la Autoestima y la Personalidad en protagonistas de

anuncios audiovisuales de automóviles. (2013). Recuperado de
imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC113919.pdf

Steiner, D. (2005). La teoría de la autoestima en el proceso terapéutico para el
desarrollo del ser humano. (Tesis de pregrado). Recuperado de
http://www.tauniversity.org/sites/default/files/tesis/tesis_daniela_steiner.pdf

Uribe, M. (2011). Relación que existe entre el nivel de autoestima y el tipo
de dinámica familiar de adolescentes del Centro Educativo Leoncio Prado, San
Juan de Miraflores. (Tesis de pregrado). Recuperado de
cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/1030

Valera López, J. (2009). El embarazo en la adolescencia. Recuperado de
<https://books.google.com.pe/books?isbn=9972339467>

Vernieri, María. (2006). Adolescencia y Autoestima. Buenos Aires. Recuperado de
<http://books.google.com.pe/books?isbn=9505077874>

ANEXOS

DECLARACIÓN JURADA

Yo; Myriam Ruiz Valladolid estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, identificado(a) con DNI 02825443

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor de la tesis titulada: AUTOESTIMA PREVALENTE DE LAS ADOLESCENTES EMBARAZADAS DEL ASENTAMIENTO HUMANO PACHITEA, PIURA, 2016. La misma que presentó para optar el título de Licenciada en Psicología.

2. La tesis es un documento original y he respetado a los autores de las fuentes usadas, según las normas APA (6° Edición). Es decir, no he incurrido en fraude científico, plagio o vicios de autoría.

3. Los datos presentados en los resultados son reales, por lo que he contribuido directamente al contenido intelectual de este manuscrito, a la génesis y análisis de sus datos.

Por lo antes declarado, asumo frente a LA UNIVERSIDAD y/o a terceros de cualquier responsabilidad, aún las pecuniarias, con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido de la tesis, así como por los derechos sobre la obra y/o invención presentada, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Chimbote, 08 de Julio del 2018

MYRIAM RUIZ VALLADOLID

DNI N°02825443



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Mediante la firma de este documento, doy mi consentimiento para participar de manera voluntaria en la presente investigación titulada Autoestima de las Adolescentes Embarazadas del Asentamiento Humano Pachitea, Piura, 2016. Considero que los resultados de este estudio serán de beneficio y no perjudicial, la participación consiste en responder un cuestionario y permitir alcanzar los objetivos de la investigación, así mismo se me informó que los datos que se proporcionen serán confidenciales, identificándolos sólo cuando los resultados lo requieran y también que puedo dejar de participar en esta investigación en el momento que yo lo considere conveniente.

La alumna Myriam Ruiz Valladolid, me ha explicado que es la responsable de la investigación y que la está realizando como parte de la elaboración de su tesis.

Firma de la Participante

Firma de la Investigadora



INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

DATOS GENERALES

Edad

- 14 años a 16 años
- 17 años a 19 años

Grado de instrucción

- Primaria
- Secundaria
- Superior no Universitario
- Superior Universitario

Número de hijos

- 0 a 1
- 2 a +

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG

Instrucciones:

A continuación, encontrará una lista de afirmaciones en torno a los sentimientos o pensamientos que tiene sobre usted. Marque con una X la respuesta que más lo identifica.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

ITEMS	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente				
4. Tengo una actitud positiva hacia mí misma.				
5. En general estoy satisfecho de mí misma.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgullosa.				
7. En general, me inclino a pensar que soy una fracasada.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí misma				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				
TOTAL				