



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

AUTOESTIMA PREVALENTE EN BOMBEROS DE
HUARAZ, 2019

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO
EN PSICOLOGÍA

AUTOR:

JHOEL MESILEMIT NUÑEZ HARO
ORCID: 0000-0001-8086-8528

ASESOR:

WILLY VALLE SALVATIERRA
ORCID: 0000-0002-7869-8117

CHIMBOTE – PERÚ

2019

EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

Jhoel Mesilemit Nuñez Haro

ORCID: 0000-0001-8086-8528

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

Perú

ASESOR

Valle Salvatierra, Willy

ORCID: 0000-0002-7869-8117

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de La Salud,

Escuela Profesional de Psicología, Chimbote, Perú

JURADO

Millones Alba, Erica

ORCID ID 0000-0002-3999-5987

Salazar Roldan, Verónica del Rosillo

ORCID ID 0000-0002-3781-8434

Álvarez Silva, Verónica

ORCID ID 0000-0002-2405-0523

HOJA DE FIRMA DEL JURADO

Mgtr. ERICA MILLONES ALBA

Presidenta

Mgtr. VERÓNICA DEL ROSILLO SALAZAR ROLDAN

Miembro

Mgtr. VERÓNICA ÁLVAREZ SILVA

Miembro

Mgtr. WILLY VALLE SALVATIERRA

Asesor

DEDICATORIA

A Dios todo poderoso quien es la fuente inagotable de mis fortalezas y mi guía en éste camino llamado “vida”.

A mis padres Amancio y Delaia: Por ser mis primeros maestros, por darme su amor y su confianza, a ellos por darme la vida y valiosas enseñanzas que han contribuido en toda mi formación profesional y estar ahí en cada momento de tristezas y alegrías conmigo.

A mi esposa ashley y hermanos Reinel, Yonatan y Melany: Por brindare su confianza, presencia y compañía ya que son mi fuente de fortaleza para alcanzar mi propósito soñado.

AGRADECIMIENTO

A la ULADECH Católica por promover y aplicar estratégicamente: La Investigación Formativa y la Formación Investigativa “soportes” básicos en la formación de futuros profesionales.

Agradezco a mi esposa e hija que siempre están dándome su apoyo y fortaleza y así poder ser un gran profesional de ejemplo tanto para mi familia y amigos.

Agradecer a los bomberos de Huaraz, por brindarme la confianza y la información necesaria para poder realizar el presente trabajo de investigación.

RESUMEN

Esta investigación se realizó con el objetivo describir el nivel de autoestima prevalente en los bomberos de Huaraz, 2019. El estudio fue de tipo observacional, transversal, prospectivo y nivel descriptivo, con un diseño epidemiológico. La población estuvo constituida por 25 bomberos que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. La técnica que se utilizó fue la encuesta para nuestra caracterización de variables y la escala de autoestima de Rosenberg como instrumento para evaluar nuestra variable de interés. Los resultados que obtuvimos son: que de total evaluados 172% de bomberos se ubicaron en un nivel alto de autoestima, 28% de bomberos se ubicaron en el nivel medio de autoestima y a sí, no se observó bomberos ubicándose en el nivel alto de autoestima. En conclusión, la mayoría de los evaluados tienen una alta autoestima.

Palabras claves: Autoestima, Bomberos, Encuesta

ABSTRAC

This research was carried out with the objective of describing the level of self-esteem prevalent in the firefighters of Huaraz, 2019. The study was of observational, transversal, prospective and descriptive level, with an epidemiological design. The population consisted of 25 firefighters who met the inclusion and exclusion criteria. The technique that was used was the survey for our characterization of variables and Rosenberg's self-esteem scale as an instrument to evaluate our variable of interest. The results that we obtained are: that of the total evaluated 172% of firefighters were located in a high level of self-esteem, 28% of firefighters were located in the average level of self-esteem and yes, no firefighters were located at the high level of self-esteem. In conclusion most of the evaluated have a high self-esteem.

Keywords: Self-esteem, Firemen, Survey

CONTENIDO

EQUIPO DE TRABAJO	ii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
I. INTRODUCCIÓN.....	12
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	17
2.1. Antecedentes	18
2.2. Bases teórica de la investigación.	20
2.2.1. Autoestima	20
2.2.1.1. Definición	20
2.2.1.2. Formación y desarrollo de la autoestima.....	22
2.2.1.3. Componentes de la autoestima	23
2.2.1.4. Tipos de autoestima.....	26
2.2.1.5. Importancia de la autoestima.....	30
III. METODOLOGÍA	33
3.1. Tipo de investigación.	34
3.2. Nivel de la investigación.....	34
3.3. Diseño de la investigación.....	34
3.4. El universo, población y muestra.	34
3.5. Definición y operacionalización de variables	35
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	36
3.6.1. Técnicas:.....	36
3.6.2. Instrumentos:	36

3.7. Plan de análisis.....	39
3.8. Matriz de consistencia.....	40
3.9 Principios éticos.	41
IV. RESULTADOS	42
4.1. Resultados.	43
4.2. Análisis de resultado	49
V. CONCLUSIONES	51
5.2. Conclusiones	52
5.2. Recomendaciones.....	52
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.	53
ANEXOS	56

Índice de tablas

Tabla 1	Nivel de autoestima prevalente en bomberos de Huaraz, 2019.....	44
Tabla 2	Sexo de los bomberos de Huaraz.....	45
Tabla 3	Carga familiar de los bomberos de Huaraz.....	46
Tabla 4	Tiempo de servicio de los bomberos de Huaraz.....	47
Tabla 5	Estado civil de los bomberos de Huaraz.....	48
Tabla 6	Edad y número de hijos promedio de los bomberos de Huaraz.....	49

Índice de gráficos

Figura 1. Grafico circular de la distribución porcentual del nivel de autoestima prevalente en bomberos de Huaraz 2019	44
Figura 2. Grafico circular del sexo de los bomberos de Huaraz.....	45
Tabla 3. Carga familiar de los bomberos de Huaraz.....	46
Figura 4: grafico circular del tiempo de servicio de los bomberos de Huaraz.....	47
Figura 5. Grafico circular del estado civil de los bomberos de Huaraz.....	48

I. INTRODUCCIÒN

La pobreza es un factor problemático que afecta a un buen considerable número de familias, comunidades o naciones enteras. Ya que la pobreza es la carencia de recursos necesarios para satisfacer las necesidades de una población o grupo de personas específicas, sin tampoco tener la capacidad y oportunidad de como producir esos recursos necesarios. Sin duda la pobreza arrastra consigo una serie de consecuencias que han sido perjudiciales para los países en desarrollo. La misma puede crear condiciones o conductas inapropiadas que conllevan a problemas culturales y educacionales, así como de problemas de salud, conflictos delictivos, narcotráfico, terrorismo, entre otros. Aun especificando la pobreza dentro de la familia trae consigo muchísimas dificultades como: depresión en los padres, frustración en el papa, mala alimentación de los hijos, mala educación, maltrato infantil, sentimientos de inferioridad y bajo nivel de autoestima. Existen numerosas causas que han dado inicio a la pobreza. En algunos casos este término se centra únicamente en los individuos y en otros casos se alinea a las condiciones económicas de una sociedad.

Según las cifras de la pobreza, más de mil millones de personas pudieron escapar de las garras de la pobreza extrema; sobrevivir con menos de 1.90 dólares al día, entre 1990 y 2013. Sin embargo, a pesar de los avances que vemos, el mundo sigue estando lejos de erradicarla totalmente, sobre todo en la África subsahariana, en donde millones de personas siguen siendo víctimas de la pobreza extrema sin redes de ayuda.

Aproximadamente 767 millones de personas actualmente viven en pobreza extrema en el mundo, con menos de 1.90 dólares al día. El 19.5% de niños son afectados por la pobreza. En 2013, casi 1 de cada cinco niños en países en desarrollo vivía en hogares extremadamente pobres, en comparación con 9.2% de los adultos, de acuerdo con un estudio de la Unesco y el Banco Mundial. 389 millones de personas en la África subsahariana viven en pobreza extrema. Esta

región alberga a la mitad de los más pobres del mundo.

Según la Encuesta Nacional de Hogares (Enaho), realizada por el INEI, la tasa de pobreza se elevó un punto porcentual el año pasado, al pasar del 20,7% al 21,7% de la población. Este resultado implica que el 21,7% de la población del país subsiste gastando menos de S/338 mensuales, monto que, según la metodología del INEI, permite cubrir las necesidades básicas alimenticias y no alimenticias. En áreas rurales, la pobreza subió a 44,4% (0,6 puntos más que en el 2016), mientras en las urbanas el incremento fue de 1,2 puntos porcentuales, con lo que esta condición afectó al 15,1% de la población. La zona con mayor deterioro en el país fue Lima, donde la pobreza escaló desde 11% hasta 13,3% el año pasado, alcanzando a 180.000 personas adicionales. Esto representa la mitad del incremento en el ámbito nacional.

De acuerdo a las conclusiones del informe elaborado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), nuestra región se encuentra en el tercer grupo de departamentos con más niveles de pobreza, con un rango que va entre el 23,0% al 26,2%, cifra mayor al 21,7% de pobreza nacional. Áncash, se encuentra dentro del grupo 3 de regiones que tienen un nivel de pobreza que va entre el 23,0 % y 26,2%. Junto con Áncash, se encuentran las regiones Cusco, Junín, La Libertad, Piura y San Martín. En el caso de niveles de pobreza extrema, Áncash, se encuentra en el grupo 4 de regiones con mayores indicadores de esta situación. Nuestro departamento está ubicado entre el 2,9% y 4,4 % de niveles de pobreza extrema, junto con las regiones Cusco, La Libertad, San Martín y Ucayali. Es decir, nos encontramos por debajo del nivel nacional de pobreza extrema. Dentro de este grupo se encuentra nuestro variable de estudio constituido

por los bomberos, donde el problema de autoestima actualmente existe.

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

¿Cuál es el nivel de Autoestima prevalente en los bomberos de Huaraz, 2019?

De ahí nos planteamos el siguiente objetivo general Describir el nivel de autoestima prevalente en los bomberos de Huaraz, 2019. Y de forma específica:

- Describir el sexo de los bomberos de Huaraz -2019
- Determinar la carga familiar de los bomberos de Huaraz - 2019
- Describir el tiempo de servicio de los bomberos de Huaraz - 2019
- Determinar el estado civil de los bomberos de Huaraz - 2019
- Determinar la edad y número de hijos promedio de los bomberos de Huaraz - 2019

Esta investigación cobra mucha relevancia porque tiene importantes aportes metodológicos, teóricos y prácticos. Metodológico porque los datos y los resultados serán cuantificados con la estadística descriptiva, se utilizarán instrumentos confiables. Teórico, porque la investigación tiene fundamentos teóricos y abre una plataforma de debate entre los diversos autores. Practico, porque los resultados serán de mucha ayuda para la sociedad, que servirán de antecedentes para las posteriores investigaciones. Ya que, se centra en un aspecto importante como lo que es la autoestima de los bomberos, medir y conocer el nivel de autoestima que nos permitirán tomar acciones como de seguir investigando para mejorar la autoestima

de otros bomberos y población en general. Conocer cómo influye en su autoestima servirá de modelo para resaltar la importancia de crear entornos familiares adecuados que favorezcan una adecuada autoestima en cada uno de los bomberos y mejorar el trabajo en entorno a ellos.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes

Salguero y Moyano (2017). En su investigación “Autoestima en el servicio de emergencias públicas y sus consecuencias socio-económicas en los bomberos, Ambato - Ecuador, estudio descriptivo y cuantitativo” llegó a la siguiente conclusión: La expectativa en la autoestima de las personas que trabajan en dicho servicio, esto contribuye o no en la saturación del sistema y el estrés. La investigación de las consecuencias económicas que dejan la mala utilización de este sistema de llamadas en el gran Mendoza. Esto visualiza los factores y el impacto de este problema el 60% de las personas que trabajan en el sistema sufren de una baja autoestima variadas por tantas llamadas en la línea 911 que no tiene una utilidad adecuada ya que es gratuita reciben llamadas inadecuadas de cualquier teléfono, celular, fijo o teléfono público, es un sistema organizado ya que las llamadas solo son para prestar ayuda (médica, policial, bomberos, etc.) a quien lo necesite, por lo que es de gran importancia tomar conciencia de su correcta utilización para beneficio de toda la población. En conclusión, se puede dar evidencia que en la ciudad de Ambato Ecuador aún existe altos casos de autoestima baja no solo sufren el personal de bomberos que lleva a un índice de desigualdad y una baja autoestima por amenazas de personas que llaman a la línea para solo poder afectar o insultar, por eso el 90% de la población no se encuentra segura ante un incendio que se puede presentar a cualquier momento y los bomberos no están seguros si es real o mentira.

Gastelumendi (2010) realizó un estudio exploratorio denominado “La relación entre los estilos y estrategias de afrontamiento, y autoestima” con una muestra de 41 voluntarios de la institución latinoamericana de lucha contra la

pobreza en la ciudad de Lima. En este estudio se obtuvieron resultados alentadores con relación a las motivaciones para realizar el voluntariado y su nivel de autoestima. Los jóvenes voluntarios se encontró que *el deseo de ayudar a otros y su nivel de autoestima es de* (87.8%) alto, seguido con un nivel bajo de no salir del lugar donde viven e ir a otros lugares y autoestima baja (58.5%), eran sus principales razones para participar en estas actividades. Además de ello, se recogieron algunos datos sobre su involucramiento con la institución, destacando que el 63.3% de los participantes tenían al menos 1 año como miembro de la institución, y que el 70.7% de todos los voluntarios dedicaba como mínimo 2 veces por semana. El tiempo y constancia dedicados a esta actividad evidencia un involucramiento relevante y la mayoría tenían hijos, carga familiares.

2.2. Bases teórica de la investigación.

2.2.1. Autoestima

2.2.1.1. Definición

Según los estudios realizados, C. Es una forma de pensar positivamente o negativamente, una motivación o desmotivación para experimentar diferentes perspectivas de la vida, de enfrentar retos o dejarlos a lado, de sentir y actuar qué implica que nosotros nos aceptemos, respetemos, confiemos y creer en nosotros mismos. Así, para Polaino, A. (2000). “El término “autoestima” es la traducción del concepto “self-esteem” que inicialmente se introdujo en el ámbito de la psicología social y de la personalidad. Como tal concepto denota la íntima valoración que una persona hace de sí misma. De aquí su estrecha vinculación con otros términos afines (self-concept, “self-efficacy”, etc.), sin que apenas se haya logrado delimitar, con el rigor necesario, lo que cada uno de ellos significan”. Del mismo modo, Loli, A. & López, E. (1998). Nos da un panorama de quien vendría a ser la autoestima

La autoestima es un fenómeno psíquico inherente al ser humano y forma parte de él desde que el hombre es hombre. Sin embargo fue Aristóteles quien usó el término para referirse al "amor a sí mismo" y fue William James que estudió el desdoblamiento del "yo", en "yo-conocedor" y "yo-conocido", involucrando en algún grado la autoestima, dando nacimiento a un fenómeno psíquico que más tarde sería la clave del éxito personal. A mitad del presente siglo, con la aparición de la psicología humanista, la autoestima adquiere relevancia predominante gracias a la contribución de Carl Rogers. Precisamente la teoría psicoterapéutica de

Rogers se centra en la persona sobre la base de la auto estima Encuentra que la raíz de los problemas de muchas personas es que se desprecian y se consideran seres sin valor e indignos de ser amados. Goethe decía, “... La peor desgracia es en el que un hombre pueda pesar mal de sí mismo.

De acuerdo a las definiciones ofrecidas por estos autores, la autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad.

Cabe resaltar que la autoestima no es innata, al nacer adquirimos y con el paso del tiempo podemos desarrollar. Por su parte Pereira (2011), “La autoestima es un sentimiento de valoración y aceptación de la propia manera de ser, se desarrolla desde la infancia, a partir de su interacción con las demás. Se basa en todo el pensamiento, sentimientos que nosotros mismos hemos ido recogiendo, asimilando e interactuando durante nuestra vida” (p. 19). Al igual que Pérez, Y. (2013). “La autoestima no es algo estático y permanente ni tampoco es algo con lo que se nace. La autoestima va cambiando a lo largo del tiempo, según nuestras experiencias, nuestro entorno, nuestra actividad, etc. Y es por tanto algo moldeable y que puede modificarse en cualquier momento”. Es necesario mencionar que la autoestima se va construyendo a partir de las personas que nos rodean, de las experiencias, vivencias, siendo la más importante para su adquisición, la infancia y la adolescencia. Es el resultado de la historia de cada persona a través de una larga y permanente secuencia de interacciones con los otros. Por lo tanto, puede crecer, desarrollarse y fortalecerse, y en ocasiones puede devaluarse en forma situacional por fracasos específicos en ciertas áreas determinadas.

2.2.1.2. Formación y desarrollo de la autoestima

Ya mencionamos con anterioridad que la autoestima no es innata, al contrario se forma y se desarrolla a través de los tiempos que pasan. Generalmente la autoestima empieza en la infancia y adolescencia porque forma parte de la madurez de la persona, pues es un indicador fundamental en su desarrollo. Para Calle, R. (2013). “La formación de la autoestima es un proceso que comienza en la infancia. Durante nuestra vida, se va desarrollando y va cambiando. Como ya comentábamos en anteriores entradas, es muy importante para el desarrollo de los menores, y por supuesto, para su autoestima, que en su familia predomine un estilo educativo democrático, en el que además de proporcionarles mucho cariño y atención a sus necesidades, existan límites y normas para controlar su conducta”. Al igual que Alonso (2003). “la persona no nace con un concepto de lo que ella es, sino que éste se va formando y desarrollando progresivamente en la medida en que se relaciona con el ambiente, mediante la internalización de las experiencias físicas, psicológicas, y sociales que se obtienen durante el desarrollo. Es decir, la autoestima es algo que se aprende y, como todo lo aprendido, es susceptible de cambio a lo largo de toda la vida”

No cabe duda recalcar que durante la formación y desarrollo de la autoestima, la familia juega un papel esencial en primer momento, debido a que la familia es la primera institución educadora del niño, es allí donde aprende los principios y valores humanos. Posteriormente el colegio, que también aporta en su formación personal y finalmente la sociedad, donde los amistades, medios de comunicación y/o trabajo influyen para bien o para mal. Naranjo, M. (2007). Afirma que “La autoestima se desarrolla a partir de la interacción humana, mediante la cual las personas se

consideran importantes una para las otras. El yo evoluciona por medio de pequeños logros, los reconocimientos y el éxito” por otro lado Alonso (2003) afirma que “el autoestima viene principalmente” por dos aspectos: Por el autoconocimiento que tenga uno mismo de sí, es decir, el conjunto de datos que tiene el individuo con respecto a su ser y sobre lo que no se aplica un juicio de valor. Por los ideales a los que espera llegar, es decir, como a la persona le gustaría o desearía ser. Esto se ve fuertemente influenciado por la cultura en la que se insertó”.

Haciendo un pequeño análisis de la definición realizado por el autor, podemos afirmar que la autoestima comienza formarse desde el momento en que nos damos cuenta de nuestra valía personal, es por ello creemos que cuando nace el ser humano comienza a formar su autoconcepto. Dando el inicio de observar y analizar su propio cuerpo, y la persona se da cuenta que el cuerpo está formado por extremidades como brazos, piernas, y una cabeza y diversas partes del ser humano. El ser humano va comprobando que no todos los seres humanos son iguales sino de distintas formas que forman en la sociedad mediante rechazos o aceptaciones entre seres humanos. Que por lo tanto mediante la sociedad en niño comienza a tener pensamientos entre si será rechazado o aceptado en la sociedad.

2.2.1.3. Componentes de la autoestima

Según las investigaciones la autoestima tiene tres componentes básicos. Un componente es definido como un elemento importante que debe actuar en sintonía con el resto de elementos para garantizar un funcionamiento adecuado. De la misma manera sucede con la autoestima. Sus componentes están íntimamente relacionados y cualquier déficit de sintonía en alguno de ellos puede generar algún conflicto en la

autoestima. Según Martínez (2010), citado por Panesso, K. & Arango, M. (2017).

Los componentes son los siguientes:

Componente afectivo: es la respuesta afectiva que se percibe de sí mismo.

Componente conductual: se refiere a las intenciones que se tienen al momento de actuar, acorde a las opiniones que se tengan de sí y lo que se esté dispuesto a realizar.

Componente cognitivo: este involucra las representaciones, creencias, ideas y descripciones que se hacen de sí mismo en los diferentes ámbitos de su vida.

Por su parte Roa, (2013). Nos dice que son tres componentes que se interrelacionan que al modificar uno de ellos llevara consigo pequeñas alteraciones en los otros.

Componente cognitivo. Se forma en el conjunto de habilidades sobre uno mismo, que cada ser humano se forma cerca de su propia persona, y variara con su madurez psicológica y su capacidad y percepción de su formación, mediante el autoconcepto ocupara un espacio privilegiado, crecimiento y consolidación de su autoestima y en algunas dimensiones que el mismo ira desarrollando, e ira acompañado por la autoimagen o representación mental que cada persona tiene de uno mismo en los futuros inspiración y expectativas. Un autoconcepto está lleno de autoimagen del espacio y tiempo en el que se encuentra cada humano, con cada esfuerzo que ira basado en sus creencias entendidas como convicciones de sí mismo.

Componente afectivo. Son sentimiento de valor y aceptaciones, que podemos tener cada individuo, puede presentarse de diversas formas como positivas

o negativas según como este nuestro autoestima “hay demasiadas cosas que me gusta de mí mismo” o “nada me sale bien soy incapaz de asarlo” implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, dándonos ánimos uno mismo podemos construir un juicio de valores ante uno mismo con nuestras cualidades como persona. Será una respuesta buena para nuestra sensibilidad y emocional. Mediante valores que cada uno percibe de sí mismo; será el corazón de la autoestima, la valoración, sentimiento, admiración, desprecio, afecto, gozo, y dolor a lo más profundo de uno mismo.

Componente conductual. Se conllevara mediante tenciones, intenciones y decisiones de como actuara, y será un proceso de manera coherente. Es la autoafirmación que será hacia el mismo yo y buscara de ser considerado y reconocido por los demás, y tratara de esforzarse en alcanzar su respeto ante los demás y sobre el mismo.

Navarro, (2009) menciona tres componentes de la autoestima que son:

Cognitivo: Hace referencia a las opiniones, ideas, creencias, percepción y procesamiento de la información. Es el concepto que se tiene de la propia personalidad y de la conducta.

Afectivo: Tiene un componente valorativo, lleva al reconocimiento de lo que en nosotros hay de positivo y de negativo, implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, que siente la persona de sí misma.

Conductual: Se refiere al modo de actuar, a la intención y actuación que hace la persona por sí misma, es decir, cómo nos enfrentamos con nosotros mismos.

2.2.1.4. Tipos de autoestima.

La autoestima es de lo más influyente para el bienestar personal y una clave para relacionarnos con el entorno que nos rodea de una manera positiva. Ya que hay diferentes tipos de autoestima, consideremos a continuación los tipos de autoestima que ha sido mencionado por los siguientes investigadores:

Nahikari, (2009) plantea que existen diferentes niveles de autoestima: alto, medio y bajo; según los cuales adoptaremos unas posturas u otras y tendremos unas actitudes concretas en el día a día y en todos los ámbitos que pasamos a revisar. A continuación, expone de la siguiente las características que tienen las personas en los diferentes niveles de autoestima alto y bajo:

Tener un nivel alto de autoestima supone básicamente: Reconocer el valor de la autoestima para el desarrollo personal. Propiciar el aprecio por uno mismo/a, con nuestras fortalezas y debilidades. Defender el propio derecho a ser respetado/a, feliz y tenido/a en cuenta. Reconocer a las personas que fortalecen nuestra autoestima, diferenciándolas de aquellas que la destruyen. Determinar la forma de aceptar y/o modificar nuestras debilidades.

Tener un nivel bajo de autoestima supone básicamente: No creer en su potencial personal, profesional y relacional. Buscar culpables a sus problemas. Sentirse frustrado, angustiado... Evadir sus responsabilidades. Sentirse incompetente. Sentirse inseguro/a y desdichado/a. Pensar que no vale como persona, sin que importe lo que opinen los demás.

Molina, D. (2017). Considera cinco tipos de autoestima entre ellos tenemos.

Autoestima alta. Los seres humanos que poseen este tipo de autoestima poseen la capacidad de relacionarse bien y positivo en su vida diaria. No tendrá la necesidad de defenderse, y ayudar su imagen. Es un individuo capaz de mostrarse tal y como es sin temor a ser rechazado, ya que él tiene su propia opiniones de valoraciones de le mismo.

Autoestima alta inestable. Los seres humanos con una autoestima alta se caracterizan por tener una buena aceptación, pero siempre abra desanimaciones y será incapaz de mantenerlo. Es como andar con constante temor que algo pasara, tener bajas en el autoestima significa tener alguna experiencia negativas anteriores de la infancia. Se frustraran ante alguna idea de llegar al fracaso y ser vistos mal. Ante una rivalidad de que puede ser que alguien le gane se verá amenazado. Por lo cual tendrá a ser un poco agresivo o pasivo para cuidar su autoestima, ya que se verá amenazado a perderlo.

Autoestima baja. Tener una autoestima baja, los sucesos y estímulos externos no alteraran la autoestima de la persona, mediante experiencias negativas o positivas, siempre se aferraran en tener una autoestima baja ya que no se animaran a sí mismos.

Autoestima baja inestable. Se caracteriza por una sensibilidad y influencia de personas que lo sufren, en algunos momentos tratan de aumentar su autoestima, pero no llegan a lograrlo en el tiempo, y llegan a deprimirse ante una autoestima baja y la presión de la sociedad, su autoestima de las personas dependerán de algunos estímulos que perciban, ante una opinión de los demás y opiniones de su logro. Será influenciado por la sociedad y factores totalmente extremos.

Autoestima exagerada. En este nivel de autoestima se encuentra caracterizado por una autoestima por debajo, que son personas incapaces de aceptar opiniones de los demás, ellos piensan que solo su propia opinión cuenta de nadie mas, son incapaces de auto realizarse o hacerse responsables de algo, este tipo de persona con autoestima muy baja se echaran la culpa de lo que le salga mal o pase algo, optaran por comportarse agresivamente, y será exageradamente toxica para los demás.

Por su parte Alonso (2003), clasifica las características de la autoestima en dos grupos, que son:

Rasgos que caracterizan a una persona con autoestima positiva.

- Sentirse bien y satisfecho consigo mismo.
- Se aman, se aceptan y valoran con las virtudes que nacieron.
- No ay límites ni disminución de valor como ser humano, se siente muy amados como son y se sienten importante su cuidado de si mismo.
- Con su entorno se llevan bien aceptándolos y valorándolos tal y como son los demás
- No es necesario mostrarse superior ante las demás personas
- En la forma de hablar su actitud los gestos, reflejan de sentirse vivos.
- Hablan serenamente de sus logros y fracaso directos y honestamente, porque ay una relación de amistad con lo que hacen.
- Amabilidad mostrando y recibiendo afectividades. Recibir amor y cariño venidos ante los demás.
- Agradecidos por establecer amistades de buena dependencia, hablando de

forma clara y suave con los demás.

- Siente la necesidad de ser independiente.
- Hace caso ante cualquier orientación y acepta sus errores.
- Alegría demostrada mediante su físico y gestos.
- Honestidad moderada de ellos mismos por los demás.
- Emociones de gozar los humores de la vida.
- Mente abierta y curiosa hacia las ideas, experiencias posibles de una vida nueva.
- Valoraciones y resistencias para afrontar peligros ante fracasos.
- Afrontan todo tipo de fracasos de uno mismo y no volver a repetirlos.
- Pocas preocupaciones por lo pasado o por el futuro.
- Capaz de mantener una buena armonía y dignidad ante el estrés

Rasgos que caracterizan a una persona con autoestima negativa

- estar seguros que ellos no tienen todo lo positivo para sentirse orgullosos, son capaces de ver sus defectos pero sienten que ellos están bien.
- no saben quién en verdad son, no reconocen sus capacidades o habilidades que les haga digno que son queridos ante ellos mismos y por sus alrededores.
- problemas en aceptar y estimar a los demás como son, siempre están en la expectativa de querer cambiar a los demás para sus propios fines.

- Incapaz ante persona entusiasmadas con el respeto a la vida
- Tratar de encontrar seguridad de lo conocido, limitan riesgos, desinterés por superarse.
- Reacciones de crítica ante un error que puede suceder de una persona.

- Poca resistencia frente a diversidades que se lo puede presentar.
- Poco interés en sentirse satisfecho de su vida.

Por lo acuerdo a los autores mencionados, la autoestima; o llamada autoestima positiva es deseable para la persona logre sentirse bien en la vida, capaz de valerse por sí mismo y tener capacidades, que pueda llevarse en una forma resolutiva. La autoestima media supone una cierta inestabilidad. En algunos aspectos las personas con autoestima media son capaces y valiosas. Con una percepción que puede cambiar a lado contrario que puede ser o sentirse inútil en factores variados. Y por lo contrario la autoestima baja en la incapacidad e inseguridad y fracasos que conllevan a una persona con este tipo de autoestima que llevara al fracaso la felicidad y estabilidad emocional. Lo bueno de mantenerse en una autoestima alta. Es tener bien en claro que puede mejorar o bajar si la estabilidad emocional es relevante.

2.2.1.5. Importancia de la autoestima.

La autoestima llega ser una llave ante el éxito o el fracaso, para comprenderse y comprender a los demás. La autoestima es de suma importancia porque cuando las personas viven, se sienten bien, son eficaces y productivas respondiendo adecuadamente a los demás. Las respuestas hacia sí mismo son saludables, de una manera positiva que les permite crecer y cambiar, sobre todo de mejorar algunas deficiencias, entre otras cualidades positivas más. Sin embargo cuando la autoestima es baja o negativa, nuestras capacidades de hacer frente a cualquier tipo de problemas de la vida, cambios o adversidades disminuyen y nos volvemos susceptibles a experimentar tristeza, angustia y preocupaciones que la felicidad. Según como se encuentre la autoestima, ésta será responsable de muchos fracasos o éxitos, ya que

éstos están intrínsecamente ligados. Branden, (1990) define:

“Tener una autoestima baja es sentirse inútil para la vida; equivocado, no con respecto a tal o cual asunto, sino equivocado como persona. Tener un término medio de autoestima es fluctuar entre sentirse apto e inútil, acertado y equivocado como persona, y manifestar estas incoherencias en la conducta, actuar a veces con sensatez, a veces tontamente, reforzando así la inseguridad. Tener una alta autoestima es sentirse confiadamente apto para la vida, es decir, capaz y valioso, en el sentido que acabo de indicar” (p. 16).

No hay duda de que la autoestima es sumamente muy importante, porque influye en todas las facetas de nuestra vida y es imprescindible para nuestro desarrollo integral. Según Calle, R. (2013). “La autoestima es la base sobre la que se fundamenta parte de nuestra personalidad. Una autoestima positiva ayuda a la persona a tener confianza y seguridad en sí misma, a aumentar su autonomía y a mejorar las relaciones con los demás. También hace que contemos con más recursos personales para afrontar momentos difíciles de nuestra vida. Es decir, la autoestima funcionaría como una “vacuna” que hace menor el sufrimiento psicológico ante críticas, rechazo, fracasos, pérdidas o cualquier otro acontecimiento negativo; o como un "colchón" que amortigua los "golpes" que nos va dando los años”.

Conocer lo importante que es la autoestima que se base de una capacidad de responder algo activo y positivo ante una oportunidad que se presenten en todo los ámbitos. La autoestima nos ayuda a sentirnos mucho mejor con nosotros mismos, lo que influye en nuestro comportamiento. Por lo tanto, una buena autoestima puede ayudarnos a: Conseguir querernos tal y como somos. Estar bien con nosotros mismos

y los demás. Conocer nuestros puntos fuertes y nuestros puntos débiles. Sobre todo, afrontamos el mundo con una visión totalmente positiva.

¿Qué Es Un Bombero?

Según Julián Pérez y Ana Gardey (2017) Un bombero es aquella que se encuentra capacitado y formado para la extinción de incendios como también para asistir a víctimas en cualquier otro tipo de desastre como son los terremotos, inundaciones y entre otros, la existencia de los bomberos es una cuestión de importancia en todas las comunidades del mundo dado que es muy habitual que por accidente o negligencia de las personas se produzcan incendios. Ser un bombero implica de mucho amor de servir al prójimo, sentirse elogiado por las buenas acciones que realiza, los cuerpos de bomberos están organizados por la administración pública y pueden ser voluntarios que les nazca de corazón servir al prójimo, que lo hacen sin recibir nada a cambio mediante la motivación interpersonal.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo de investigación.

El presente estudio fue de tipo observacional, porque no hubo ninguna manipulación de la variable, porque los datos recogidos fueron a propósito del estudio que llevaremos (Supo, 2014).

El presente estudio también fue transversal porque se evaluó a la misma persona con el mismo instrumento y descriptivo por que el análisis estadístico será univariable (Supo, 2014).

3.2. Nivel de la investigación.

El presente estudio fue de nivel descriptivo porque se conoció la autoestima prevalente de los bomberos de la ciudad de Huaraz (Supo, 2014).

3.3. Diseño de la investigación.

El diseño de la investigación fue epidemiológico porque los datos a recoger fueron a propósito del investigador con el mismo instrumento a las mismas personas en una sola ocasión sin manipular la variable y haciendo el uso del análisis estadístico univariado (Supo, 2014).

3.4. El universo, población y muestra.

El universo estuvo conformado por los bomberos. La población estuvieron constituidos por todo los bomberos de la ciudad de Huaraz que cumplan con los

criterios de elegibilidad.

Criterios de Inclusión

- Bomberos de la ciudad de Huaraz.
- Bomberos residentes en la ciudad Huaraz.
- Bomberos de ambos sexos

Criterios de Exclusión

- Bomberos que presenten dificultades en el desarrollo de su instrumento de recolección.

Por lo que la población hizo un total $N = 25$

El muestreo fue no probabilístico, de tipo conveniencia, por lo que la muestra estuvo constituido por los bomberos que participen de las reuniones de trabajo en donde se les aplique el instrumento de evaluación.

Llegando a determinar una muestra de $n = 25$

3.5. Definición y operacionalización de variables

VARIABLES DE CARACTERIZACIÓN	DIMENSIONES / INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE
Edad e hijos	Autodeterminación	Años Numero	Numeral, continua, razón
Carga familiar	Autodeterminación	si no	Categórica, nominal, dicotómica
Sexo	Autodeterminación	Femenino Masculino	Categórica, nominal,

			politómica
Tiempo de servicio	Autodeterminación	Menos de un año, Más de un año	Categoría, nominal, dicotómica
Estado civil	Autodeterminación	Soltero Casado Divorciado	Nominal, Continua, Razón.
VARIABLE DE INTERÉS	DIMENSIONES / INDICADORES	VALORES FINALES	TIPOS DE VARIABLE
Autoestima	No tiene dimensiones	Alta Media baja	Categoría, ordinal, politómica

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

3.6.1. Técnicas:

La técnica que se utilizó para la evaluación de la variable de caracterización fue la encuesta, que consistió en recojo de la información a través de un material escrito y psicométrico para nuestro variable de interés, que consistió en recojo de información a través de un material escrito con propiedades métricas.

3.6.2. Instrumentos:

El instrumento que se utilizó para recolectar datos sobre la variable de estudio, fue la escala de autoestima de Rosenberg.

Escala de Autoestima de Rosenberg

Ficha técnica

Autor: Morris Rosenberg

Año: 1989

Nombre: Escala de Autoestima de Rosenberg (EA-Rosenberg)

Objetivo: Evaluar el sentimiento de satisfacción que una persona tienen consigo misma. La autoestima refleja la relación entre la autoimagen real y la autoimagen ideal.

Áreas/Factores: Un solo factor

Población: a partir de 13 años

Tiempo de aplicación: 5 min. Aprox.

Tipo de instrumento: escala.

Número de ítems: 10

Descripción: La escala consta de 10 ítems con 4 opciones de respuesta: desde Muy de acuerdo (4) a Muy en desacuerdo (1). Consta de 5 ítems directos y 5 inversos (Ítems inversos: 3, 5, 8, 9 y 10). Para controlar la aquiescencia y la tendencia a responder afirmativamente. (Rosenberg, 1965).

Normas de aplicación: La persona evaluada responde los 10 ítems en una escala tipo Likert de 4 puntos (de Muy de acuerdo a Muy en desacuerdo).

Corrección e interpretación: La puntuación se obtiene sumando la puntuación directa de los ítems 1, 2, 4, 6, 7 y la puntuación invertida de los ítems 3, 5, 8, 9 y 10. La puntuación final oscila entre 10 y 40. Las puntuaciones mayores son indicadoras de una autoestima más alta.

Baremos en poblaciones argentinas:

Percentil	Grupo General (Gongora y Casullo, 2009)	Grupo clínico (Gongora y Casullo, 2009)	Grupo adolescentes (Góngora, Fernandez 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

Validez y confiabilidad en nuestro contexto:

La muestra original para el que se desarrolló la escala en la década de 1960 constaba de 5.024 estudiantes de secundaria y adultos mayores de 10 escuelas seleccionadas al azar en el estado de Nueva York y se anotó como una escala de Guttman. La escala tiene generalmente una alta fiabilidad: correlaciones test-retest están típicamente en el intervalo de 0,82 a 0,88, y alfa de Cronbach para diversas muestras están en el rango de 0,77 a 0,88 (ver Blascovich y Tomaka, 1993 y Rosenberg, 1986 para más detalles). Los estudios han demostrado tanto una estructura de dos factores (confianza en sí mismo y autodesprecio) como escala unidimensional y ara obtener las normas para una muestra similar a la suya, debe buscar en la literatura académica para encontrar la investigación con muestras similares.

Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). La EAR ha sido traducida y validada en distintos países e idiomas: francés, alemán, japonés, portugués, español, etc.

Recientemente, Schmitt y Allik (2005) realizaron un estudio multicultural, administrando la EAR en 53 naciones, en 48 de las cuales se presenta una confiabilidad sobre 0,75. En Perú se halló un Cronbach alpha de .78

Grupo población general argentina, alfa de Cronbach .70 (Gongora y Casullo, 2009)

Grupo población clínica argentina, alfa de Cronbach .78 (Gongora y Casullo, 2009)

Grupo adolescentes argentinos alfa de Cronbach .79 (Góngora, Fernandez y Castro, 2010)

La comprensión de las puntuaciones de la Escala de autoestima de Rosenberg:

Autoestima es baja. Piensa que al sentirse de esta manera está poniéndose trabas de sí mismo, lo que no le ayuda a conseguir sus metas. Intenta ver su lado positivo y recordar que el primer paso para que los demás le valoren, es que él mismo se encuentre atractivo su forma de ser.

Autoestima media. El resultado indica que tiene suficiente confianza en sí mismo. Eso le permite afrontar la vida con cierto equilibrio, imprescindible para asumir las dificultades del camino.

Autoestima alta, incluso excesiva. Cree plenamente en sí mismo y en su trabajo; esto le da bastante fuerza. Sin embargo, quererse excesivamente a sí mismo y poco a los demás puede resultar contraproducente, ya que puede conducir a tener conflictos y ser rechazado.

3.7. Plan de análisis.

De acuerdo a la naturaleza de la investigación del nivel descriptivo se utilizó el análisis estadístico univariado, propio de la estadística descriptiva, presentando los resultados a través de tablas de frecuencia. El procesamiento de los datos se realizó a través del software estadístico SPSS v1.2.0 y Microsoft Excel 2013.

3.8. Matriz de consistencia.

Enunciado	Objetivos	Variable(s)	Dimensiones / Indicadores	Metodología
<p>¿Cuál es el nivel de Autoestima prevalente en los bomberos de Huaraz, 2019?</p>	<p>General:</p>			
	<p>Determinar el nivel de autoestima en los bomberos de Huaraz – 2019</p>			<p>Tipo: El presente estudio será de tipo observacional, transversal y descriptivo</p>
	<p>Específicos:</p>			
	<p>-Describir la edad de cada uno de los bomberos de Huaraz</p>			<p>Nivel: Descriptivo</p>
	<p>-Determinar la carga familiar de los bomberos de Huaraz</p>			<p>Diseño: Epidemiológico</p>
	<p>-Determinar el grado de instrucción que tengan los bomberos de Huaraz</p>	<p>Autoestima</p>	<p>Unidimensional</p>	<p>El universo: Bomberos</p>
	<p>-Determinar el grado de instrucción que tengan los bomberos de Huaraz</p>			<p>Población: Bomberos de Huaraz</p>
	<p>-Describir el tiempo de servicio de los bomberos de Huaraz</p>			<p>Técnicas: Encuesta y psicometrico</p>
	<p>-Determinar la satisfacción de ser bomberos de Huaraz</p>			<p>Instrumentos: Escala de autoestima de Rosenberg.</p>

3.9 Principios éticos.

Se consideró los principios éticos compuestos por la Uladech Católica que son:

El consentimiento informado, el cual será firmado antes de la aplicación del proyecto, dicho consentimiento será dado en el caso de ser adulto el mismo autorizara su participación, en el caso de ser menor de edad, el que autoriza es el padre de familia o tutor, en ambos casos aceptan la participación en realizar la encuesta:

Otros de los principios éticos que considera la Uladech Católica, es la confidencialidad no se va a difundir personalización ni tampoco la identidad de los participantes en su reemplazo utilizaremos un código o numeración.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados.

Tabla 1

Nivel de autoestima prevalente en bomberos de Huaraz, 2019

Niveles	Puntuación	Fr	%
Alta	30 – 40	18	72
Media	20 – 29	7	28
Baja	0 – 19	0	0
TOTAL		25	100

Fuente. Escala de autoestima de Rosenberg

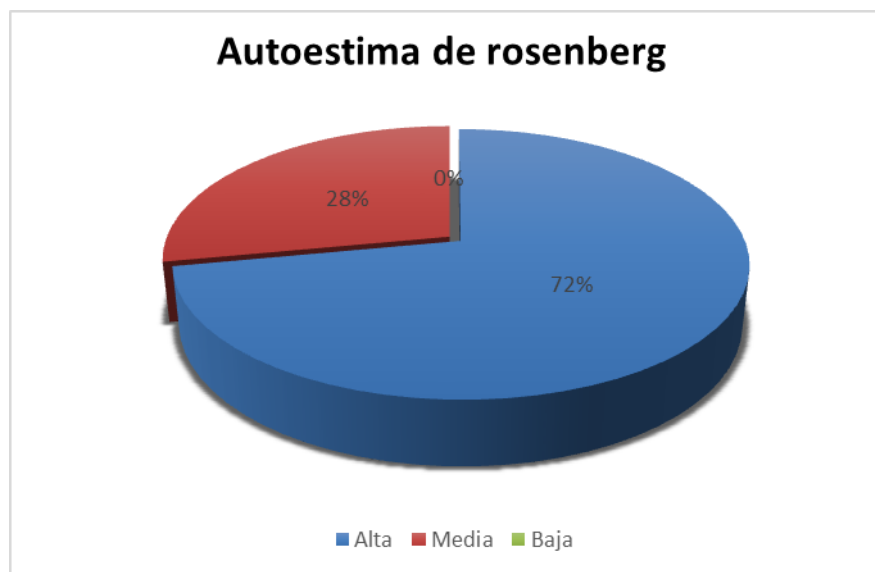


Figura 1. Grafico circular de la distribución porcentual del nivel de autoestima prevalente en bomberos de Huaraz 2019

Descripción: de la población estudiada la mayoría de los bomberos presenta un nivel de autoestima alta.

Tabla 2

Sexo de los bomberos de Huaraz

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	5	20
Masculino	20	80
Total	25	100

Fuente: instrumento de recolección de datos

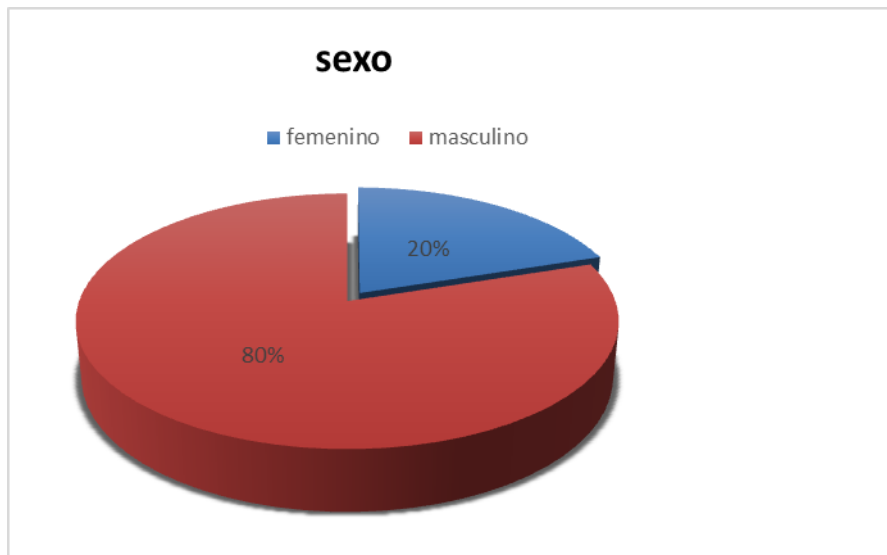


Figura 2. Grafico circular del sexo de los bomberos de Huaraz

Descripción: de la población estudiada la mayoría de los bomberos es de sexo masculino

Tabla 3

Carga familiar de los bomberos de Huaraz

Carga familiar	Frecuencia	Porcentaje
Sí	19	76
No	6	24
Total	25	100

Fuente: instrumento de recolección de datos

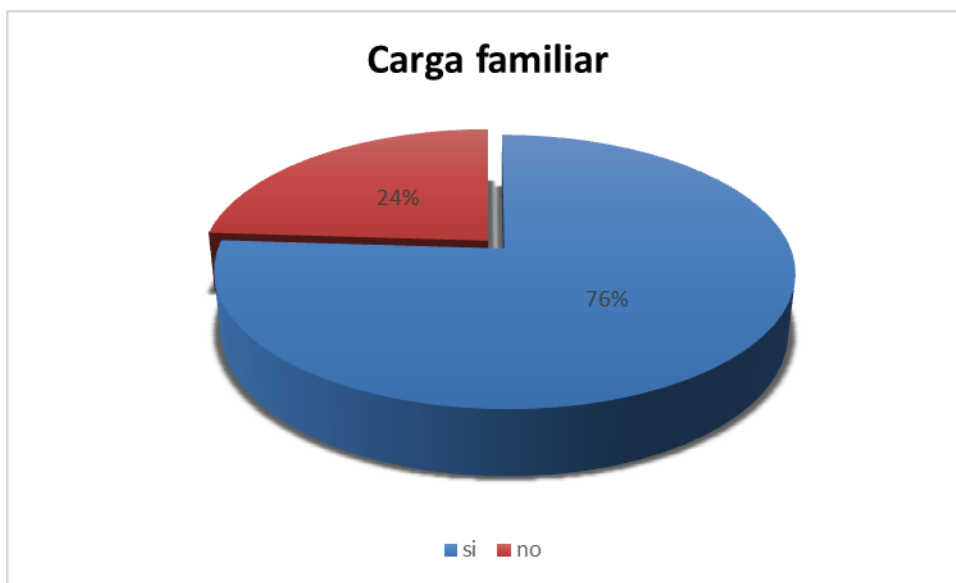


Figura 3. Grafico circular de la carga familiar de los bomberos de Huaraz

Descripción: de la población estudiada la mayoría de los bomberos tienen carga familiar

Tabal 4

Tiempo de servicio de los bomberos de Huaraz

Tiempo de servicio	Frecuencia	Porcentaje
Menos de un año	3	12
Más de un año	22	88
Total	25	100

Fuente: instrumento de recolección de datos



Figura 4: grafico circular del tiempo de servicio de los bomberos de Huaraz

Descripción: de la población estudiada la mayoría de los bomberos tienen más de un año de servicio

Tabla 5

Estado civil de los bomberos de Huaraz

Estado civil	Frecuencia	Porcentaje
Soltero	6	24
Casado	19	76
Divorciado	0	0
Total		100

Fuente: instrumento de recolección de datos

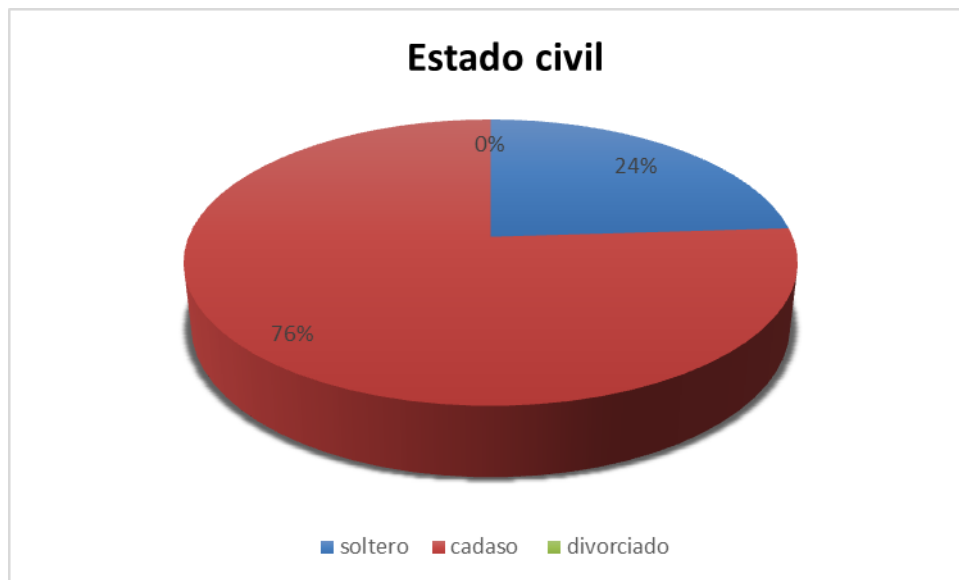


Figura 5. Gráfico circular del estado civil de los bomberos de Huaraz

Descripción: de la población estudiada la mayoría de los bomberos son casados

Tabla 6

Edad y número de hijos promedio de los bomberos de Huaraz

Variable	Media
Edad	35
Número de hijos	2

Fuente: instrumento de recolección de datos

Descripción: de la población estudiada la mayoría presenta una edad media de 35 años y 2 hijos en promedio.

4.2. Análisis de resultado

El presente estudio tuvo como objetivo describir el nivel de autoestima de los bomberos de Huaraz, 2019, en el que se halló que la mayoría de los bomberos presentan un nivel alto de autoestima, lo que significa que las personas con alta autoestima poseen la capacidad de relacionarse bien y positivo en su vida diaria, es un individuo capaz de mostrarse tal y como es sin temor a ser rechazado, ya que él tiene su propia opiniones de valoraciones de el mismo (Molina, 2017). A sí mismo, tener un nivel alto de autoestima es propiciar el aprecio por uno mismo/a, con nuestra fortalezas y debilidades, defender el propio derecho a ser respetado/a, feliz y tenido/a en cuenta, reconocer a las personas que fortalecen nuestra autoestima, diferenciándolas de aquellas que la destruyen, determinar la forma de aceptar y/o modificar nuestras debilidades (Nahikari, 2009). El resultado que obtuvimos se puede parecer a lo investigado por Salguero y Moyano, (2017) quien realizó un estudio sobre la autoestima en el servicio de emergencias públicas y sus consecuencias socio-económicas en los bomberos, Ambato - Ecuador, encontró que la mayor parte de personas que trabajan en este sistema presentaron una autoestima baja. Por su puesto es una población muy diferente a nuestra población estudia, sin embargo en caso de los bomberos también se encontró una baja autoestima. Nuestros resultados, nivel alto de autoestima, puede darse a que los bomberos se sienten bien consigo mismo, se sienten bien ayudando a los demás, participando en este grupo donde sus objetivos son solamente ayudar cuando lo necesitan una ayuda. Cuando reciben elogios por sus labores o cuando son reconocidos, cuando son amables con los demás y los demás con ellos, pues se siente bien y poseen una autoestima adecuada Alonso (2003).

Como variable de caracterización de nuestra población encontramos que la mayoría de los bomberos son de sexo masculino, casados, con carga familiar, que trabajan más de un año de servicio, en tanto que su edad promedio fue de 35 años y dos hijos en promedio.

V. CONCLUSIONES

5.2. Conclusiones

La autoestima prevalente en bomberos de Huaraz, 2019, es alta.

Respecto a la variable de caracterización de nuestra población encontramos que la mayoría de los bomberos son de sexo masculino, casados, con carga familiar, que trabajan más de un año de servicio, en tanto que su edad promedio fue de 35 años y dos hijos en promedio.

5.2. Recomendaciones

A futuros investigadores interesados, se les recomienda realizar estudios en el que se considere una mayor población o un muestreo de tipo probabilístico para tener un conocimiento más válido de la investigación realizada. Asimismo se pueden incluir en los estudios variables como satisfacción laboral, tipo de familia según su composición, entre otras.

Teniendo en cuenta que la mayoría de participantes del estudio presentan una autoestima de nivel alto, se recomienda al personal de bomberos seguir capacitando y animando a mas voluntarios inscritos que el acto de voluntariado es de corazón y un nivel de armonía en grupo y siempre tener esa armonía que conllevan a tener un buen autoestima de ser un bombero del Perú.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Aldana, K. (2012). *Programa de apoyo a la autoestima para niños y niñas víctimas de bullying*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Guatemala. Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/42/Aldana-Karla.pdf>
- Alonso, A. (2003). Factor individual: La autoestima. Recuperado de http://www.enfermeriasalamanca.com/TRABAJOS_SALUD_LABORAL/SEGURIDAD/AUTOESTIMA.PDF
- Branden, N. (1990). *Como mejorar su autoestima*. España: Paidós Ibérica. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=psvHFOqRuhkC&printsec=frontcover&dq=com80o+mejorar+su+autoestima&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjLx8fYzvfOAhWLKx4KHVhFCMEQ6AEIGjAA#v=onepage&q=como%20mejorar%20su%20autoestima&f=false>
- Calle, R. (2013, 3 de Marzo). ¿Cómo se forma la autoestima y por qué es tan importante? [Web log post]. Recuperado de <http://pinceladasdepsicologia.blogspot.com/2013/03/como-se-forma-la-autoestima-y-por-que.html>
- Flores, M. (2015). *Habilidades sociales –Autoestima en el Desempeño docente de las instituciones educativas del distrito de Independencia- 2015* (Tesis de doctorado). Universidad de Cesar Vallejo, Perú. Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/4844>
- Gastelumendi (2010) estudio exploratorio denominado “La relación entre los estilos y estrategias de afrontamiento, y autoestima”
- Grández, M., Salazar, V., Tucto, G. & Matute, E. (2011). Efecto de un programa de habilidades sociales: autoestima, asertividad y resiliencia en los adolescentes del Colegio Secundario San Juan Bautista. *Conoc. amaz.* 3(1): 67-75. Recuperado de <http://revistas.unapiquitos.edu.pe/index.php/Conocimientoamazonico/article/view/79>
- Julián Pérez Porto y Ana Gardey. Publicado: 2016. Actualizado: 2017. Definicion.de: Definición de bombero (<https://definicion.de/bombero/>)
- Lachira, L. (2014). *Risoterapia: intervención de enfermería en el incremento de la autoestima en adultos mayores del Club "Mis Años Felices", 2013*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Recuperado de <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/3534>

- Loli, A. & López, E. (1998). Autoestima y valores en la calidad y la excelencia. *IPSI Revista de Investigación en Psicología*, 1(1), 89-117. Recuperado de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/4584/3663>
- Molina, D. (2017). Tipos de autoestima, ¿Cómo te valoras?. Recuperado de <https://www.psicologoemocionalonline.com/tipos-de-autoestima/>
- Nahikari, (2009, 7 de Abril). Los niveles de autoestima. [Web log spot]. Recuperado de <http://psicologiyamente.blogspot.com/2009/04/los-niveles-de-autoestima.html>
- Naranjo, M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 7(3), 1-27. Recuperado de <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/aie/article/view/9296/17752>
- Navarro, M. (2009). Autoconocimiento y autoestima, *Federación de enseñanza de CC.OO. de Audacia*, s.v(5), 1 – 9. Recuperado de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6409.pdf>
- Ortiz, O. (2012). *Aplicación del Programa Galatea para aumentar la autoestima de adolescentes becados por la Fundación Francisco F. León y Roberto Fong que han sido víctimas de maltrato físico y psicológico*. (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Guatemala. Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/42/Ortiz-Odra.pdf>
- Panesso, K. & Arango, M. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista Psyconex: Psicología, psicoanálisis y conexiones*, 9(14), 1 – 9. Recuperado de <https://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/Psyconex/article/view/328507/20785325>
- Pereira del Valle, M. (2011). *Desarrollo personal y autoestima. Guía práctica para construir una personalidad atractiva*. Bogotá, Colombia: Ediciones de la U.
- Pérez, Y. (2013, 12 de Noviembre). ¿Qué es la autoestima? [Mensaje de blog]. Recuperado de <http://www.eclipsesoluciones.es/blog/2013/11/la-autoestima/>
- Polaino, A. (2000). Una introducción a la psicopatología de la autoestima. *Revista Complutense de Educación*, 11(1), 105-136. Recuperado de <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/RCED0000120105A>
- Ranero Villatoro, M. (2014). *Propuesta de programa cognitivo conductual de*

autoestima para niños de 7 a 10 años víctimas de maltrato intrafamiliar. (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Guatemala de la Asunción. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2014/05/42/Ranero-Maria.pdf>

Roa, A. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *EDETANIA* 44, s.v(s.n), 241-257. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4596298.pdf>

Salinas de Zegarra, R. & Zegarra Franco, V. (2002). Influencia del programa educativo sobre autoestima en los estudiantes del 1º año de ciencias de la salud: UNJBG-2002. *Ciencia & Desarrollo*, 8(s/n). 63 – 64. Recuperado de <http://www.unjbg.edu.pe/coin2/pdf/01010801104.pdf>

Salguero y Moyano (2017). “Autoestima en el servicio de emergencias públicas y sus consecuencias socio-económicas en los bomberos, Ambato - Ecuador, estudio descriptivo y cuantitativo:

Soriano Ayala, E. & Franco Justo, C. (2010). Mejora de la autoestima y de la competencia emocional en adolescentes inmigrantes sudamericanos residentes en España a través de un programa psicoeducativo de Mindfulness (conciencia plena). *Revista de Investigación Educativa*, 28 (2), 297-312. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2833/283321930005.pdf>

ANEXOS



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



CONSENTIMIENTO INFORMADO

30 de Julio de 2017

Estimado.....

La Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote apoya la práctica de obtener el consentimiento informado de, y proteger a, los sujetos humanos que participen en investigación.

La siguiente información tiene por objeto ayudarle a decidir si aceptará participar en el presente estudio. Usted está en libertad de retirarse del estudio en cualquier momento.

Para tal efecto se le pedirá que responda a la ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG. Nos gustaría que usted participara de esta investigación, pero tal participación es estrictamente voluntaria. Les aseguramos que su nombre no se mencionará en los hallazgos de la investigación. La información sólo se identificara mediante un código numérico.

Si le gustaría tener información adicional acerca del estudio antes o después que finalice, puede ponerse en contacto con cualquiera de nosotros por teléfono o por correo.

Agradecemos su atención y apreciamos su interés y cooperación.

Atentamente,

Ps. Willy Valle Salvatierra
Docente tutor de Investigación
wvalles28@gmail.com

Cuestionario de recolección de datos.

Edad e Hijos: _____

Carga familiar: SI () NO () **sexo:** _____

Tiempo de servicio: Menos de un año () Más de un año ()

Estado civil: Soltero () Casado () Divorciado ()

Escala de autoestima de Rosemberg – Modificada

A continuación se presenta una lista de opiniones que las personas tienen frecuentemente sobre sí mismas. Señale si usted está de acuerdo o no con estas opiniones respecto a usted mismo(a). Para responder marque con un aspa ("X") en la columna (TA, A, I, D, TD) considerando la siguiente clave:

<i>TA</i>	<i>A</i>	<i>I</i>	<i>D</i>	<i>TD</i>
<i>Totalmente de Acuerdo</i>	<i>De acuerdo</i>	<i>Indiferente</i>	<i>En desacuerdo</i>	<i>Totalmente en desacuerdo</i>

		TA	A	I	D	TD
01.	Creo que tengo buenas cualidades					
02.	Desearía respetarme a mí mismo					
03.	Creo que soy una persona válida al menos en un plano de igualdad con los demás					
04.	Tengo pocas cosas de las que pueda sentirme orgulloso					
05.	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo					
06.	A veces me siento realmente inútil					
07.	En conjunto me inclino a pensar que soy un fracaso					
08.	Soy capaz de hacer las cosas al menos tan bien como la mayoría de la gente					
09.	A veces pienso que valgo realmente poco					
10.	A grandes rasgos, estoy satisfecho conmigo mismo					

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																	
N°	Actividades	2019				2019 - 01				2019				2019			
		2019-02				2019 - 01				2019-02				2019-01			
		Abril				Mayo				Junio				Julio			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración del Proyecto	X	X	X													
2	Revisión del proyecto por el jurado de investigación			X													
3	Aprobación del proyecto por el Jurado de Investigación			X													
4	Exposición del proyecto al Jurado de Investigación			X													
5	Mejora del marco teórico y metodológico				X	X	X										
6	Elaboración y validación del instrumento de recolección de datos						X	X	X								
7	Elaboración del consentimiento informado (*)								X	X							
8	Recolección de datos									X	X						
9	Presentación de resultados										X	X					
10	Análisis e Interpretación de los resultados											X	X				
11	Redacción del informe preliminar												X	X			
12	Revisión del informe final de la tesis por el Jurado de Investigación													X	X		
13	Aprobación del informe final de la tesis por el Jurado de Investigación														X	X	
14	Presentación de ponencia en jornadas de investigación															X	X
15	Redacción de artículo científico															X	X

PRESUPUESTO

Presupuesto desembolsable (Estudiante)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S./)
Suministros (*)			
Impresiones	0.30	150	45.00
Fotocopias	0.05	300	20.00
Empastado	30.00	1	30.00
Papel bond A-4 (600 hojas)	0.05	600	30.00
Lapiceros	0.30	30	9.00
Servicios			
Uso de Turnitin	50.00	2	100.00
Sub total			234.00
Gastos de viaje			
Pasajes para recolectar información	5	20	20.00
Subtotal			
Total de presupuesto desembolsable			254.00
Presupuesto no desembolsable (Universidad)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S./)
Servicios			
Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital – LAD)	20.00	4	80.00
Búsqueda de información en base de datos	45.00	2	90.00
Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University – MOIC).	40.00	4	160.00
Publicación de artículo en repositorio institucional	60.00	1	60.00
Sub total			
Recurso humano			
Asesoría personalizada (5 horas por semana)			
Subtotal			390.00
Total de presupuesto no desembolsable			624.00
Total (S./)			878.00