

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**“NIVEL DE AUTOESTIMA EN EL PERSONAL DE LA I.E
JOSÉ ANTONIO ENCINAS LOMA NEGRA, LA ARENA-
PIURA 2017”**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA:

PASACHE UBILLUS KIARA STEPHANY

ORCID: 0000-0001-8458-5939

ASESOR:

VALLE RÍOS SERGIO ENRIQUE

ORCID: 0000-0003-0878-6397

PIURA- PERÚ

2020

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Pasache Ubillus Kiara Stephany

ORCID: 0000-0001-8458-5939

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,

Piura, Perú

ASESOR

Valle Ríos Sergio Enrique

ORCID: 0000-0003-0878-6397

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

JURADO

Quintanilla Castro, María Cristina.

ORCID: 0000-0001-9677-3152

Camero Morales, Marco Antonio.

ORCID: 0001-7975-6529

Castillo Sánchez, Julieta Milagros.

ORCID: 0000-0002-8156-3862

JURADO EVALUADOR DE TESIS Y ASESOR

Dra. Quintanilla Castro María Cristina

Presidente

Mgtr. Camero Morales Marco Antonio

Miembro

Dra. Castillo Sánchez Julieta Milagros

Miembro

Mgtr. Valle Ríos Sergio Enrique

Asesor

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por brindarme la fortaleza necesaria en los momentos difíciles, porque está presente en mi vida cuidándome y guiándome.

A mis Docentes

Por haber compartido a lo largo de estos años sus conocimientos, su tiempo y dedicación.

A mi Asesor

Mgtr. Sergio E. Valle Ríos; por su constante asesoría, tiempo y paciencia, por haber compartido sus conocimientos para la elaboración de la presente investigación.

DEDICATORIA

A mi madre

Por todo el esfuerzo que hizo para educarme. Me ha enseñado el valor del trabajo, la honestidad y el respeto hacia uno mismo. Porque gracias a ella estoy cumpliendo mi principal sueño y anhelo desde niña que es ser Psicóloga.

A mi mamá Norma

Por ser mi segunda mamá un ejemplo de mujer y ser humano, solidaria y trabajadora por alegrar mi niñez con sus hermosos cuentos infantiles.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación ha tenido como finalidad determinar el nivel de autoestima en el personal de la institución educativa José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017. Esta investigación es de tipo Cuantitativo, nivel Descriptivo, el diseño de la investigación es no experimental de corte transversal – transeccional. La población y muestra está conformada por 46 miembros del personal de la I.E José Antonio Encinas, para la recopilación de los datos se utilizó la técnica de la encuesta así mismo, el instrumento empleado fue el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith versión Adultos el cual tiene tres subescalas: sí mismo, social, y hogar. El personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra obtuvo un 82% en el nivel alto de autoestima, en la subescala de sí mismo 83% nivel alto, en la subescala social 65% medio alto, en la subescala hogar 89% nivel medio alto. Se concluye que el personal de esta institución educativa posee el NIVEL ALTO de autoestima. En la subescala de sí mismo se encuentra en el nivel alto, en la subescala social se encuentran en un nivel medio alto y en la subescala hogar se encuentran en un nivel medio alto.

Palabras Clave: Autoestima- Adultez

ABSTRACT

The purpose of this research work has been to determine the level of self-esteem in the staff of the José Antonio Encinas Loma Negra educational institution, La Arena- Piura 2017. This research is of Quantitative type, Descriptive level, the research design is not experimental cross-sectional - transectional. The population and sample is made up of 46 members of the staff of the EI José Antonio Encinas, for the data collection the survey technique was used as well, the instrument used was the Stanley Coopersmith Self-Esteem Inventory Adult version which has Three subscales: self, social, and home. EI personnel José Antonio Encinas Loma Negra obtained 82% in the high level of self-esteem, in the subscale itself 83% high level, in the social subscale 65% medium high, in the household subscale 89% medium high level. It is concluded that the staff of this educational institution has the HIGH LEVEL of self-esteem. In the subscale of itself it is in the high level, in the social subscale they are in a medium high level and in the home subscale they are in a medium high level.

Keywords: Self-esteem- Adulthood

Índice de Contenido

Equipo de Trabajo.....	ii
Jurado Evaluador de Tesis y Asesor	iii
Agradecimiento.....	iv
Dedicatoria.....	v
Resumen.....	vi
Abstract	vii
Índice de Contenido	viii
Índice de Tablas	ix
Índice de Figuras.....	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	5
III. METODOLOGÍA.....	48
3.1 Diseño de la Investigación.....	48
3.2 Población y Muestra	48
3.3 Técnica e Instrumento.....	48
3.4 Definición y Operacionalización de la Variable.....	50
3.5 Plan de Análisis	51
3.6 Matriz de Consistencia	52
3.7 Principios Éticos	53
IV. RESULTADOS	54
4.1 Resultados.....	54
4.2 Análisis de Resultados	58
V. CONCLUSIONES	61
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....	62
REFERENCIAS.....	63
ANEXOS.....	68

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA I	54
----------------------	----

Nivel de Autoestima en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.

TABLA II	55
-----------------------	----

Nivel de Autoestima en la subescala Si Mismo en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.

TABLA III	56
------------------------	----

Nivel de Autoestima en la Subescala Social en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena – Piura 2017.

TABLA IV	57
-----------------------	----

Nivel de Autoestima en la Subescala Hogar en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena – Piura 2017.

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 01	54
Nivel de Autoestima en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.	
FIGURA 02	55
Nivel de Autoestima en la subescala Si Mismo en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.	
FIGURA 03	56
Nivel de Autoestima en la subescala Social en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena-Piura 2017.	
FIGURA 04	57
Nivel de Autoestima en la subescala Hogar en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena-Piura 2017.	

I. INTRODUCCIÓN

El presente estudio titulado “Nivel de Autoestima en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra- La Arena, Piura 2017”, se desarrolla con la finalidad de determinar el nivel de autoestima del personal de esta institución. Tomando la definición de autoestima según el autor Cooper Smith (1969), autoestima es la evaluación que la persona realiza y que habitualmente mantiene en relación a sí misma; expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica hasta qué punto la persona se considera capaz, importante, con éxito y digna. La autoestima es un juicio personal de valor que se expresa en actitudes de la persona hacia sí misma. Según la OCDE (2016) las habilidades sociales y emociones, como la perseverancia, sociabilidad y la autoestima han demostrado tener influencias sobre numerosas mediciones de logros sociales, incluyendo una mejor salud, un mejor bienestar subjetivo y menores posibilidades de tener problemas de conducta. Según el INEI en el año 2010 en el Perú la población total es de 29 millones 132 mil peruanos, nos indica que la población de adultos varía entre el 50% de la población, la cual se ven afectados por distintos factores ambientales que traen como consecuencia problemas psicológicos y físicos, una variable de mayor importancia es el autoestima. Gallo, G. (2018) titular de la dirección de trabajo de Piura señalo que la población ‘nini’ jóvenes entre 18 y 30 años que no estudian ni trabajan tienen problemas de autoestima y falta de interés por lo cual no ejercen una profesión. La institución educativa del caserío de Loma Negra cuenta con 46 personas trabajando en ella cada uno con distintos cargos entre los cuales se encuentra el director, profesorado, y personal administrativo, según refiere el director de esta institución los miembros del personal cumplen con sus labores sin embargo en

ocasiones éstas no alcanzan a ser del todo exitosas y satisfactorias, él refiere que dicho desempeño podría estar siendo afectado por los distintos problemas que puedan tener los miembros del personal en el ámbito familiar, ya que debido a sus largas jornadas de trabajo se privan de compartir gratos momentos con sus familias. Debido a la situación problemática descrita anteriormente, se planteó la siguiente pregunta: ¿Cuál es el nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma negra, La Arena- Piura 2017? Para realizar esta investigación se plantearon los siguientes objetivos:

Determinar el nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.

Identificar el nivel de autoestima en la subescala sí mismo en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.

Identificar el nivel de autoestima en la subescala social en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.

Identificar el nivel de autoestima en la subescala hogar en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.

A lo largo de los años se han realizado trabajos orientados a investigar acerca de la autoestima en la adultez uno de los cuales hago referencia:

A nivel internacional, tenemos el trabajo de Miranda (2015), titulado “La Autoestima y su relación con el estrés laboral del personal administrativo del gobierno autónomo descentralizado municipal del cantón Palora”. Los resultados obtenidos muestran que el nivel de autoestima no está relacionado con el estrés laboral de la población estudiada. A nivel nacional, tenemos el trabajo de Ramírez (2016) titulado “Relación

entre autoestima y la depresión en los padres que asisten a la asociación ayúdanos a ayudar a familiares y personas con discapacidad del distrito de Corrales - Tumbes, 2015” se llegó a la conclusión que la autoestima y depresión tienen relación elocuente. A nivel regional, Meléndez (2018) llevo a cabo la investigación “Nivel de Autoestima en los pobladores de 20 a 50 años de edad del centro poblado Palambra, distrito de Canchaque, provincia de Huancabamba, Piura 2017” en el cual se encontró que los evaluados se encuentran en el NIVEL MEDIO ALTO de autoestima, en lo que respecta a las Sub escalas de Autoestima, se encontró que en la sub escala de Sí Mismo se encuentran en el nivel Medio Alto, en la sub escala Social, se encuentran en el nivel Medio Bajo y por último en la sub escala Hogar se encuentran en el nivel Medio Bajo. Este trabajo de investigación se respalda de forma oportuna ya que los niveles de la autoestima son un tema relevante en nuestra sociedad, la persona con autoestima alta será capaz de aceptarse así mismo, desarrollándose a nivel personal, laboral, social y familiar con capacidad para resolver las dificultades y sin sabores que se le presenten. Por el contrario una persona con autoestima baja no alcanzara un buen desarrollo dentro de los ámbitos de su vida, lo que lo hará vivir desdichado e insatisfecho. Está investigación además es de suma importancia ya que es la primera que se realiza con la finalidad de conocer el nivel de autoestima que poseen los miembros del personal de esta institución. Permitiendo a las principales autoridades de la institución establecer estrategias de mejora en el nivel de autoestima de sus colaboradores en caso se requieran. Este trabajo es de tipo cuantitativo de nivel descriptivo no experimental y de corte transversal, se empleó la técnica de la encuesta y como instrumento la escala de Autoestima del autor Cooper Smith adaptado para adultos, dicha escala permitió

obtener el nivel de autoestima general del personal y además el nivel de autoestima en las subescalas sí mismo, social y hogar respectivamente. Los resultados obtenidos a lo largo de esta investigación demuestran que el nivel de autoestima que posee el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra es ALTO así mismo en las subescala sí mismo poseen un nivel de autoestima Alto, en la subescala social poseen un nivel de autoestima MEDIO ALTO, y en la subescala hogar poseen un nivel de autoestima MEDIO ALTO. Este trabajo concluye que el nivel de autoestima del personal de esta institución educativa es ALTO. A continuación se detalla el contenido del presente trabajo de investigación el cual se inicia con:

Capítulo I: en el cual se encuentra la introducción, el planteamiento de la investigación, enunciado del problema, objetivos de la investigación, justificación de la investigación.

Capitulo II: Revisión de la literatura, en este capítulo se podrá encontrar los antecedentes de la variable de investigación, a nivel internacional, nacional y regional, seguido de las bases teóricas de la investigación.

Capitulo III: Metodología, en este capítulo se detalla la metodología de la investigación, el tipo, nivel y diseño, la población y muestra, técnica e instrumento utilizado, definición y operacionalización, plan de análisis y principios éticos de la misma.

Capítulo IV: se encuentran los resultados, con sus respectivas tablas, figuras e interpretaciones, análisis de resultados.

Capítulo V: encontraremos las conclusiones a las que se llegó gracias al desarrollo de esta investigación.

Se concluye con Aspectos complementarios, Referencias bibliográficas y Anexos.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 Antecedentes de la Investigación

Antecedentes Internacionales

Miranda, N. (2015) realizó una investigación denominada “La Autoestima y su relación con el estrés laboral del personal administrativo del gobierno autónomo descentralizado municipal del cantón Palora” fue llevada a cabo en el cantón Palora, provincia de Morona Santiago, en la cual se estudió la relación de la Autoestima con el Estrés Laboral. La población con la que se trabajó fue de cuarenta y seis empleados del área administrativa del Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del cantón Palora. Se aplicó a todos los colaboradores la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Estrés Laboral de la OIT-OMS. Se realizó el análisis de los resultados a través de la utilización de tablas y gráficos estadísticos y el chi cuadrado para medir el grado de relación entre las variables “Autoestima” y “Estrés Laboral”. Los resultados obtenidos muestran que el nivel de Autoestima no está relacionado con el Estrés Laboral de la población estudiada, por esta razón, en el presente trabajo la propuesta de solución está enfocada en la prevención del estrés laboral, esto con el objetivo de potencializar el normal desenvolvimiento diario en su trabajo y un manejo adecuado del estrés para así evitar la aparición de problemas familiares, laborales y enfermedades psicofisiológicas.

Akgunduz, Y. (2015), llevo a cabo una investigación titulada: “La influencia de la autoestima y el estrés en el desempeño laboral en empresas hoteleras”, en la Universidad de Mersin, Mersin, Turquía.

El objetivo fue explorar la influencia de la autoestima y el estrés de rol en el desempeño laboral en empresas hoteleras turcas. La muestra fue de 280 empleados y se empleó un cuestionario con 52 ítems que median el estrés, desempeño laboral y autoestima. Los resultados revelaron que la ambigüedad de rol previsiblemente afectadas era el rendimiento en el trabajo en un grado significativo. El conflicto de roles tiene un efecto negativo sobre el rendimiento laboral. La sobrecarga de rol influye positivamente en el rendimiento laboral. La autoestima tuvo un fuerte efecto sobre el desempeño del trabajo. Se concluyó que el rendimiento laboral y la autoestima se correlacionaron de forma significativa y positiva, mientras que el desempeño laboral se correlacionó de forma significativa y negativa con la ambigüedad y conflicto de roles.

Mansouri, S y Tajrobehkar, M. (2015) en Irán realizaron un estudio llamado “Studying the Role of Self-awareness and Self-esteem in Predicting Job Satisfaction and Job Performance of Teachers of Elementary Schools in the City of Kerman”, con el objetivo de examinar el papel de conocimiento de sí mismo y la autoestima en la predicción de la satisfacción laboral y el desempeño laboral de los profesores. La muestra fue de 258 maestros y el instrumento permitió medir: conocimiento de sí mismo, autoestima, satisfacción y realización en el trabajo. Los resultados describieron que: la relación entre todas las variables son significativas

($r=.01$), la correlación entre la conciencia de sí mismo y la autoestima igual a ($r=.49$), la auto-conciencia y la satisfacción en el trabajo igual a ($r=.48$) y autoconciencia y rendimiento en el trabajo igual a ($r=.49$). Además, el coeficiente de correlación entre la autoestima y la satisfacción en el trabajo fue ($r=.52$), la autoestima y el rendimiento en el trabajo fue ($r=.45$) y la satisfacción en el trabajo y el rendimiento en el trabajo fue ($r=.34$). Concluyeron entonces que la autoestima y la conciencia de sí mismo juegan un papel en la predicción el desempeño laboral y de la satisfacción laboral.

Antecedentes Nacionales

Ramírez, E. (2016) investigo acerca de la “Relación entre autoestima y la depresión en los padres que asisten a la asociación ayúdanos a ayudar a familiares y personas con discapacidad del distrito de Corrales - Tumbes, 2015” la cual tiene como objetivo Determinar la relación de la autoestima y la depresión en los padres de la “Asociación Ayúdanos a Ayudar a Familiares y Personas con Discapacidad” del Distrito de Corrales - Tumbes, 2015. El estudio fue de tipo descriptivo correlacional de corte transversal. El muestreo no probabilístico de tipo intencional, estuvo conformada por 100 padres de la asociación; se aplicó la Escala de Autoestima de Coopersmith y la Escala de Depresión de Zung. Para comprobar las diversas hipótesis planteadas se aplicó el examen no paramétrico de Tau-c de Kendal, la problemática tiene impacto principalmente en todos los padres que participan en la asociación Ayúdanos a Ayudar a Familiares y Personas con Discapacidad, focalizándose en las áreas socio familiar y social

debido a que la morada de estas personas con discapacidad del distrito de Corrales no son favorables debido al escaso poder adquisitivo; la mayoría de las familias les resulta complicado admitir su condición mental y física, experimentando diversas emociones y sentimientos de desesperanza, vacío, dolor, furia, vergüenza y tristeza. Los resultados hacen evidenciar que un 35% de los padres que asisten a la asociación Ayúdanos a ayudar a Familiares y Personas con Discapacidad se ubican en el nivel alto de Autoestima, un 37% poseen un nivel alto en la dimensión de sí mismo, un 61% de dimensión social y un 65% de dimensión familiar están ubicados en un nivel medio bajo de la autoestima por último el 93% de padres poseen un nivel de rango normal de depresión. De acuerdo a los resultados se afirma la existencia de relación significativa entre la Autoestima y Depresión de los padres que asisten a la Asociación Ayudanos a Ayudar a Familiares y Personas con Discapacidad del distrito de Corrales-Tumbes, 2015.

Ocaña, Y. (2015) realizo una investigación titulada “Autoestima y desempeño docente en las instituciones educativas del distrito de Comas, en el año 2014” la cual tiene como objetivo Determina la relación de las variables autoestima y desempeño docente. Es un estudio sustantivo de nivel descriptivo correlacional y de diseño no experimental transversal, cuya población está conformada por 3896 docentes del nivel secundario del distrito de Comas, y una muestra probabilística estratificada por unidades de costeo de 363 docentes. Aplica los instrumentos de autoestima, cuyos componentes son: autoestima general, autoestima social, autoestima familiar y autoestima escolar y desempeño docente, cuyos

componentes son: dominio I, en la preparación para el aprendizaje de los estudiantes; dominio II, en la enseñanza para el aprendizaje de los estudiantes; dominio III, en la participación en la gestión de la escuela articulada a la comunidad y dominio IV, desarrollo de la profesionalidad y la identidad docente, cuya validación de contenido ha sido realizada por doctores expertos en la temática. Las conclusiones indican que la autoestima se relaciona directa y significativamente con el desempeño docente de las instituciones educativas del distrito de Comas, según la correlación de Phi y la V de Cramer de 0,152, representando este resultado como muy bajo con una significancia estadística de $p=0,002$.

Inca, L. (2017) llevo a cabo una investigación titulada “Niveles de autoestima en los trabajadores de la empresa Grupo Cabal” estudia los niveles de autoestima de los trabajadores de la empresa Grupo Cabal. El trabajo determina a la autoestima, como el afecto que atesoramos sobre nosotros mismos, el aspecto en que cada uno se valora a sí mismo, se caracteriza respecto a su apariencia, a sus competencias, a su conducta, se cimienta en todos las ideas, sentimientos, sensaciones y hábitos que sobre nosotros mismos hemos asimilado durante nuestra existencia. Determinarnos tipo y diseño de la investigación de tipo descriptivo transversal, hemos trabajado con un muestrario de 50 trabajadores, de los cuales 35 son varones y 15 son mujeres, se utilizó el test de Autoestima de Stanley Coopersmith, los resultados obtenidos, entre hombres y mujeres, se evidencia al factor social más

debilitado y los factores que salieron más satisfactorios son el factor familia y factor sí mismo.

Antecedentes Regionales

Meléndez, E. (2018) realizó una investigación titulada “Nivel de Autoestima en los pobladores de 20 a 50 años de edad del centro poblado Palambla, distrito de Canchaque, provincia de Huancabamba, Piura 2017” tuvo como finalidad determinar el nivel de Autoestima en los pobladores de 20 a 50 años del Centro Poblado Palambla, Distrito de Canchaque, Provincia de Huancabamba, Piura 2017. Es un estudio de tipo Cuantitativo del nivel descriptivo de corte transeccional, así mismo la población muestral fue de 159 pobladores, por ende se utilizó como instrumento el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos, tiene como sub escalas: Sí mismo, Social y Hogar. Y al ser procesados los resultados se encontró que los evaluados se encuentran en el NIVEL MEDIO ALTO de autoestima. Así mismo en lo que respecta a las Sub escalas de Autoestima, se encontró que en la sub escala de Sí Mismo se encuentran en el nivel Medio Alto, en la sub escala Social, se encuentran en el nivel Medio Bajo y por último en la sub escala Hogar se encuentran en el nivel Medio Bajo.

Tineo, D. (2015) realizó una investigación denominada “Clima social familiar y la autoestima del personal administrativo de la municipalidad de villa vicús. Chulucanas – Piura, 2013” Este estudio se realizó con la finalidad de determinar la relación existente entre el clima Social Familiar y la Autoestima del personal

administrativo de la municipalidad de Villa Vicús - Chulucanas Piura-2013. El estudio fue de tipo descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 80 trabajadores administrativos. El tipo de muestreo fue no probabilístico por conveniencia donde se ha considerado criterios de inclusión y exclusión. Se utilizó la escala del Clima Social Familiar y el inventario de Autoestima de Coopersmith. Los datos fueron analizados mediante el coeficiente de correlación de Pearson. Entre los resultados se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables en mención. Sin embargo al realizar el análisis entre la dimensión Relaciones del Clima Social Familiar y la Autoestima se encontró que si existe relación estadísticamente significativa.

Seminario, E. (2018) realizo la investigación denominada “Nivel de autoestima en trabajadores del centro de salud Ayabaca - Piura 2018” La investigación fue desarrollada bajo un diseño no experimental, de tipo cuantitativo, de nivel descriptivo, y de corte transversal. La población estuvo formada por todos los trabajadores del Centro de Salud Ayabaca, y la muestra por 20 de los miembros trabajadores del Centro de Salud Ayabaca. Para la recolección de los datos se utilizó como instrumento la Escala de Autoestima de Coopersmith para adultos, que consta de 25 ítems. El resultado de la investigación nos muestra que los trabajadores del Centro de Salud Ayabaca presentan una autoestima medio alto a nivel general; En la sub escala si mismo con un 55% presentan un nivel medio alto, en la sub escala social con un 45% presentan un nivel medio alto y en la sub escala hogar con un 60% presentan un nivel medio alto. En conclusión, el nivel de

autoestima de los trabajadores del Centro de Salud Ayabaca – Piura 2018, es un nivel medio alto, que nos indica que colaboradores del Centro de Salud Ayabaca, en su mayoría son personas optimistas pero que en su interior sienten inseguridad de su valía personal, según las generalidades de nuestro instrumento.

2.2 Bases Teóricas

Autoestima

Definiciones

Según Coopersmith (1967) citado por Andrés, V y Andrés, F (2016), nuestra autoestima depende de cómo nos evaluamos a nosotros mismos y a nuestras características. Este juicio de valor personal lo expresamos a través de las actitudes que tenemos con nosotros mismos y con los otros.

Coopersmith, Stanley (1969) citado por Tineo, D. (2015), considera a la autoestima como la parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos, constituida por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí mismo en 1981, Coopersmith corrobora sus definiciones afirmando que la autoestima es como la evaluación que una persona realiza y mantiene comúnmente sobre sí mismo, se expresa a través de sus actitudes de aprobación y desaprobación, indicando el grado en que cada persona se considere capaz, significativa, competente y exitosa. Añade además que no está sujeta a cambios transitorios, sino más bien es estable al tiempo aceptando que en determinados momentos se dan ciertos cambios, expresado en las actitudes que toma sobre sí mismo.

La autoestima es una estructura cognitiva de experiencia evaluativa real o 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 ser refiere al valor que creemos que otros nos dan. (González y López 2001).

Oñate (1989) citado por González y López. (2001); adquirimos la imagen de nosotros mismos en contraste a como veamos a los demás, o a partir de lo que dicen que somos. El sí mismo tiene su origen en la interacción social y por lo tanto también su nivel de autoestima.

Según los estudios llevados a cabo, en los últimos años por parte de psicólogos, sociólogos y educadores, podemos entender la autoestima como la toma de conciencia de la valía, importancia y responsabilidad con nosotros mismos y con nuestras relaciones sociales. Desde esta perspectiva se ha determinado que una elevada autoestima puede considerarse el elemento clave para la formación personal, el éxito, la vida de relación, la autorrealización y la felicidad de los individuos. La autoestima es una forma de apertura a los demás, responsabilizándose de las propias acciones y relaciones, a la concienciación positiva de sí mismo en cuanto persona y responsabilidad de las propias acciones y relaciones. (Voli, F., 2010).

La autoestima tiene dos aspectos que se interrelacionan: impone sentido de eficiencia y de valor personal. Además, es la suma integrada de la autoconfianza y el auto respeto; es la convicción de que se es competente y digno. (Posada, Gómez, y Ramírez, 2005).

La autoestima es un estado mental. Es la manera como usted se siente y lo que piensa respecto a usted mismo y los demás, y se puede medir por la manera cómo actúa. La autoestima también se puede definir como su sistema interno de creencias y la manera como experimenta externamente la vida. (Barreto, N., 2006).

Alcántara J. (1993), citado por Tineo, D. (2015), define a la Autoestima como una actitud básica hacia uno mismo, es la forma habitual de pensar, amar y comportarse consigo. Es la disposición formalmente según la cual nos enfrentamos con nosotros mismos, sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias refiriéndoles a nuestro "yo personal".

Revisando las definiciones anteriores podemos concluir que:

La autoestima es la valoración que designa una persona acerca de sí mismo reconociendo las distintas cualidades que podría poseer, la cual puede encontrarse en niveles bajos y altos en cada persona, a su vez la autoestima va a influenciar en la forma en la cual el sujeto se desenvuelva en su entorno de alguna manera poseer un nivel de autoestima alto hará del sujeto un ser seguro, hábil, capaz y constante en sus proyectos y metas que se proponga. Por otro lado, poseer un nivel bajo de autoestima tendrá una influencia negativa en el desarrollo de la persona haciendo de ella un ser tímido, temeroso, incapaz de proponerse nuevas metas que lo lleven a desarrollarse a nivel profesional y personal.

Características de la Autoestima

Las personas se comportan de diferente manera dependiendo del nivel de autoestima que tengan, pues se ha visto que una autoestima saludable se correlaciona con la racionalidad, el realismo y la intuición, con la creatividad, independencia, flexibilidad y la capacidad para aceptar los cambios, con el deseo de admitir los errores, con la benevolencia y la disposición a cooperar. En cambio, la autoestima baja se correlaciona con: irracionalidad, rigidez, el miedo a lo nuevo y a lo desconocido, con la conformidad o rebeldía poco apropiada, con estar a la defensiva, la sumisión o el comportamiento reprimido. Así, cuando más saludable sea la autoestima, más se inclinará la persona a tratar a los demás con respeto, benevolencia, buena voluntad y justicia (Branden, N., 1998).

Baron (1985) citado por González y López. (2001); recomiendan ver los factores internos y externos que regulan el aumento y disminución de la autoestima.

Las personas reflejan en su actuar diario el nivel de autoestima que poseen, aquella persona que actúa con entusiasmo y positivismo evidencia un nivel alto de autoestima por el contrario alguien que actúa guiada por el rencor, la venganza y una serie de sentimientos negativos evidencia un nivel de autoestima bajo de autoestima.

Coopersmith (1996), citado por Bereche y Osoreo (2015), afirma que existen diversas características de la autoestima, entre las cuales incluye que es relativamente estable en el tiempo. Esta característica incluye que la autoestima

es susceptible de variar, pero esta variación no es fácil, dado que la misma es el resultado de la experiencia, por lo cual solo otras expectativas pueden lograr cambiar la autoestima. Así mismo, explica el autor, la autoestima puede variar de acuerdo al sexo, la edad y otras condiciones que definen el rol sexual. De esta manera, un individuo puede manifestar una autoestima en relación con sus factores específicos.

La segunda característica de la autoestima propuesta por Coopersmith (1996), es su individualidad. Dado que la autoestima está vinculada a factores subjetivos ésta es la resultante de las experiencias individuales de cada individuo, el cual es diferente a otros en toda su magnitud y expresión. Coopersmith agrega que otra característica de la autoestima es que no es requisito indispensable que el individuo tenga conciencia de sus actitudes hacia sí mismo, pues igualmente las expresará a través de su voz, postura o gestos, y al sugerirle que aporte información sobre sí mismo, tenderá a evaluarse considerando las apreciaciones que tiene elaboradas sobre su persona (Bereche y Osoreo, 2015).

Autoestima Alta

Coopersmith (1969) Señala que las personas con autoestima alta se aproximan a las tareas con expectativa de que tendrán éxito y serán bien recibidos, confían en sus percepciones y juicios, creen que sus esfuerzos los llevarán a las soluciones favorables, aceptan sus propias opiniones, creen y confían en sus reacciones y conclusiones y esto les permite sostener sus ideas y puntos de vista cuando hay

diferencias de opinión. Conducen a la persona a una gran independencia social, a una mayor creatividad condicionándola a acciones sociales más asertivas. Tienden a adoptar un papel activo en los grupos sociales, tienen menos dificultad en establecer relaciones sociales y en expresar opiniones de manera clara. Coopersmith hace referencia a que las personas con autoestima alta se criaron bajo condiciones de aceptación, definición clara de reglas y respeto; son afectivas, equilibradas y competentes, capaces de acciones creativas e independientes, son socialmente hábiles y capaces de tratar con situaciones y demandas externas de una manera directa.

Las personas con autoestima alta son personas con tendencia a conseguir del éxito tanto académico como social, destacando dinamismo dentro de los grupos sociales. Son poco sensibles a la crítica, siendo así que los sentimientos ansiosos los perturban en menos medida. Coopersmith (1975).

André y Lelord (2000) añaden que los estados de ánimo del sujeto cuya autoestima es alta y estable son mucho más atemperados y positivos que los de su homólogo inestable. La impresión que da es, por lo general, mucho más apacible: no se halla en estado de hiperatención con respecto a su entorno social. No sucede así con el sujeto de autoestima inestable, que teme la aparición de una amenaza, un desafío o una injusticia (no-reconocimiento de su mérito). En una persona que tenga una alta idea de sí misma, la excesiva frecuencia de emociones negativas u hostiles (tensión, inquietud, resentimiento, celos, cólera, aflicción, etc.) es muy a menudo signo de una autoestima inestable. “No consigo creer que

mi patrón este tan satisfecho de sí mismo como intenta demostrar- explica una secretaria- Pasa la mitad del tiempo enfadado, siempre esta estresado, no para de hablar mal de todo el mundo en cuanto se le presenta la ocasión. Es una lástima porque en ciertos momentos es encantador. Una autoestima alta y estable es sólida, resistente. El sujeto no cuestiona su valor a cada momento. Puede aceptar no controlar por completo una situación sin sentirse, por ello, inferior o disminuido. A la inversa, una persona de autoestima inestable, aunque alta, funciona como si todos los desafíos encontrados, del menor al mayor, fueran importantes citas con su imagen pública. Lo que le hace mucho más vulnerable.

Rodríguez, Pellicer y Domínguez (2015) señalan que una persona con autoestima alta, vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor; siente que es importante, tiene confianza en su propia competencia, tiene fe en sus propias decisiones y en que ella misma significa su mejor recurso. Al apreciar debidamente su propio valer está dispuesta a aquilatar y respetar el valer de los demás; por ello solicita su ayuda, irradia confianza y esperanza y se acepta totalmente a sí misma como ser humano. La autoestima alta no significa un estado de éxito total y constante; es también reconocer las propias limitaciones y debilidades y sentir orgullo sano por las habilidades y capacidades, tener confianza en la naturaleza interna para tomar decisiones. En verdad que todo ser humano tiene momentos difíciles, cuando el cansancio le abruma, los problemas se acumulan y el mundo y la vida le parecen entonces insoportables. Una persona con autoestima alta toma estos momentos de

depresión o crisis como un reto que pronto superará para salir adelante con éxito y más fortalecida que antes, ya que lo ve como una oportunidad para conocerse aún más y promover cambios.

Autoestima media

Seminario (2018) cita al autor Coopersmith (1996) refiere que son personas que se caracterizan por presentar parecido o igualdad con las que presentan alta autoestima, pero la evidencian en menor magnitud y en otros casos, muestran conductas inadecuadas que reflejan dificultades en el auto concepto. Sus conductas pueden ser positivas, tales como mostrarse optimistas y capaces de aceptar críticas, sin embargo, presentan tendencia a sentirse inseguros en las estimaciones de su valía personal y pueden depender de la aceptación social. Por ello, se indica que los individuos con un nivel medio de autoestima presentan autoafirmaciones positivas más moderadas en su aprecio de la competencia, significación y expectativas y es usual que sus declaraciones, conclusiones y opiniones en muchos aspectos, estén próximos a los de las personas con alta autoestima, aun cuando no bajo todo contexto y situación como sucede con éstos.

Autoestima Baja

Las personas con autoestima baja ofrecen un cuadro desalentador; se sienten aisladas, indignas de amor, incapaces de expresarse o defenderse y demasiado débiles para afrontar sus deficiencias, pasivas, son muy vulnerables a cualquier juicio negativo, son incapaces de resolver sus propios problemas siendo su

interacción social muy escasa debido a sus creencias de incapacidad. Las personas que posean autoestima baja pueden padecer de diversas enfermedades psicosomáticas, constantemente se sienten disminuidos y no confían en sus habilidades, de ideas pesimistas sienten que las situaciones los controlan en lugar de hacerse cargo y tomar acciones sobre las mismas.

La autoestima en niveles bajos causa que las personas tengan pensamientos recurrentes de que no valen nada no se respetan a sí mismos, se perciben de forma desagradable y con un deseo excesivo de ser una persona totalmente diferente. Las personas con autoestima baja a menudo se ocultan permanecen en soledad tienen muy pocos amigos y pueden llegar al punto del aislamiento. Viven creyendo que no sirven que son poco interesantes, pueden reconocer con mayor facilidad sus aspectos negativos y tienen gran dificultad para descubrir en sí mismo habilidades y destrezas.

Ese tipo de personas se aíslan convirtiéndose a su vez en personas apáticas, indiferentes hacia los demás pero sobre todo hacia ellas mismas, se les dificulta oír, ver y pensar claramente. Sus temores los limitan e impiden que se desenvuelvan de forma idónea jamás se arriesgan a vivir nuevas situaciones y a plantearse nuevas metas. Cuando algo sale mal se sienten desesperados, abatidos algunas veces optan por tomar decisiones nada saludables como el consumo de drogas, asesinato y suicidio.

La inseguridad e inferioridad de estas personas los conllevan a sentir celos de lo “afortunados” que podrían ser los otros, manifiestas estos sentimientos a través de su tristeza, ansiedad, rencor, miedo impulsividad y agresividad.

Creen valer muy poco por ende esperan solo desprecios de las demás personas temen expresar sus opiniones abiertamente al ser parte de un grupo optan por escuchar a los demás miembros expresar sus ideas su crianza probablemente fue en condiciones de rechazo, faltos de afecto de apoyo por parte de su familia y amigos son completamente pasivas y complacientes con los demás, presentan una marcada preocupación por sus problemas, lo que conduce a disminuir las posibilidad de establecer relaciones amistosas de apoyo.

Las causas principales de una baja autoestima son 4; la falta de amor, de salud, de atractivo físico y la falta de dinero.

Los individuos poseedores de una autoestima baja se caracterizan por brindar un saludo de manos de forma suave como si tuviesen miedo de rozar su mano con la de la otra persona, voz delicada, lucen desaliñados, adoptan una postura encorvada sus ojos carecen de brillo, con un semblante tenso, preocupado incapaces de mirar de frente usan mascarar para protegerse como el orgullo, ansían recibir atención, controlar conversaciones, perfeccionistas y convulsivos. Y entre las características psicológicas se encuentran: ansiosos, vacilantes e inseguros, sentido de insuficiencia, piensan que son perdedores, que no sirven para nada, son celosos, envidiosos, desconfiados, desprecian a sí mismos y a los

demás, anhelos irreprimibles de dinero, poder prestigio, necesidad de caer bien ser aceptados, con gran necesidad de amar y ser amados. (Branden, 1998).

Cañizares (2015) las personas de baja autoestima suelen pensar de forma:

- Autorreferencial: como están muy preocupadas por sí mismas, creen que cuando los demás les ven, enseguida piensan algo, normalmente negativo, sobre ellas o que, nada más entrar en un sitio, los demás van a evaluarlos, sin tener en cuenta que “los demás” tienen muchas cosas en la cabeza aparte de pensar en ellos y evaluarles. Atención, críticas: esto no tiene nada que ver con el egoísmo o el querer ser el punto central.

- Adivinatoria: temen y suelen creer que “los demás” tienen sentimientos negativos hacia ellos/as: se burlan de ellos, les juzgan, les critican, se quieren aprovechar... Los sentimientos positivos de los demás casi no se perciben o se rechazan con mil explicaciones (“Si supieran cómo soy en realidad, no me querrían tanto”). Este mecanismo es fruto del propio malestar que siente la persona consigo misma.

- Se confunde la conducta con la valía humana: la persona que tiene la autoestima baja no siente que sea digna de ser querida y valorada por sí misma, y, por lo tanto, tiene que mostrar constantemente una serie de méritos o conductas correctas para que los demás la valoren: “tanto haces, tanto vales”. Como no se valoran de forma intrínseca, simplemente por ser “ellos”, necesitan un apoyo externo (la reacción de los demás a su conducta) que les demuestre lo que valen.

- A la hora de sacar conclusiones, hay un excesivo centramiento en el momento presente: si se sienten mal por haber “metido la pata”, no se acuerdan de las muchas veces en las que no la han metido y se concentran en autocriticarse por esa vez. Es más, se dicen a sí mismas que siempre actúan y han actuado así, y que las veces que se han desenvuelto correctamente son excepciones a la regla. También, y por el mismo mecanismo, creen que los demás van a pensar mal de ellos por una cosa aislada que hagan mal (“como estuve torpe, van a pensar que soy un pringado”), sin acordarse de que nos formamos una imagen de los demás por el conjunto de sus conductas y actitudes y que no solemos cambiar la opinión que tenemos de alguien por un hecho puntual.

- Hay una constante sensación de transparencia: las personas con baja autoestima se sienten como si fueran transparentes: como se sienten mal, creen que todos se van a dar cuenta de ello, que todos captan su inseguridad y las fluctuaciones de su ánimo. Se olvidan de que los demás también andan con su autoestima, su personalidad y sus problemas a cuestas e interpretan la conducta de los demás según sus propias necesidades.

Autoestima alta como clave para el éxito laboral

Para la autora Cleghorn, P. (2003) la autoestima es esencial en la gente autoempleada tanto para mantener la motivación como para vender productos y servicios. Especialmente en épocas en las que parece difícil permanecer motivado, es importante recordar que el sujeto aporta sus cualidades excepcionales al trabajo que hace.

Autoestima y Trabajo

Tal como se señaló antes la autora Cleghorn, P. (2003) manifiesta que para la autoestima y bienestar es esencial que encuentre el trabajo que le gusta, un trabajo que le llene de energía y entusiasmo mientras lo realiza. Necesita ser capaz de ver los resultados de su trabajo y la aportación que usted está haciendo. Esto es importante no solo por la cantidad de tiempo que pasa en el trabajo, sino también porque hay una gran relación entre su autoestima, su bienestar y el trabajo que hace. Puede pensar que todos están muy bien pero no se le aplica si está en una posición en la que no es capaz de obtener ningún empleo. Sin embargo, depende de su punto de vista. Puede parecer difícil cuando no tiene trabajo o está en un puesto que odia. Cuanto más se pueda formar una imagen optimista, mas puede ayudarse a sí mismo. Recuerde que lo que usted aporta a cualquier trabajo o proyecto en el que está involucrado es muy especial, más allá de cualquier titulación. Usted es único y especial, independientemente de su categoría laboral o puesto de trabajo.

Pirámide de Autoestima

Rodríguez, Pellicer y Domínguez (2015) refieren que para poder conocer y desarrollar la autoestima es necesario seguir una serie de pasos los cuales se inician con:

Autoconocimiento

El autoconocimiento es conocer las partes que componen el yo, cuáles son sus manifestaciones, necesidades y habilidades; los papeles que vive el individuo y a través de los cuales es; conocer por qué y cómo actúa y siente.

Bennett (2013) autoconocimiento es el camino que nos conduce a conocernos globalmente y en todos los aspectos de la vida. Este conocimiento íntimo permite que podamos vivir mejor con nosotros mismos y con los demás, y que podamos alimentar nuestras propias capacidades y transformar los errores y fallos en triunfos. El autoconocimiento es en primer lugar la observación que hace uno de sí mismo, en segundo lugar el análisis de lo observado y en tercer lugar la acción sobre uno mismo. El autoconocimiento es, por tanto, un proceso constante de acción sobre uno mismo que conlleva un efecto al reconocerse a sí mismo. Para dirigirse hacia este conocimiento hay tres pasos ineludibles:

1. Tener consciencia de uno mismo.
2. Descubrir y explorar el propio pensamiento, los sentimientos y los actos.
3. Observar y estudiar las experiencias pasadas para que nos sirvan en el presente y, por tanto, en el futuro.

Autoconcepto

El autoconcepto es una serie de creencias acerca de sí mismo, que se manifiestan en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tonto; si se cree inteligente o apto, actuará como tal.

Penagos, Rodríguez y Carrillo (2009) el autoconcepto es una evaluación y una percepción cognitiva y consciente que los individuos hacen de sí mismos, en otras palabras son los pensamientos y las opiniones que cada cual tiene respecto de sí (Rice, 1999). Varios autores concuerdan en que el autoconcepto es una estructura cognoscitiva que cada uno posee y que contiene imágenes de lo que somos, lo que deseamos ser, lo que manifestamos y deseamos manifestar a los demás. El autoconcepto es considerado como un elemento central para el desarrollo de la personalidad; sin embargo, existen diferentes aproximaciones al mismo. Algunos autores lo definen como las percepciones que tiene el individuo sobre sí mismo; mientras que otros sostienen que el autoconcepto es el resultado de las experiencias personales y la forma como estas experiencias son interpretadas por cada uno de nosotros (Harter, 1999).

Rodríguez, Mauro (2012) citado por Meléndez, E. (2018), consideran el autoconcepto de lo que creemos y valemos nosotros mismos, que son manifestados en la conducta, si alguien se considera incapaz, actúa de esa manera; pero si se considera inteligente, actuara como tal.

Tixe, D (2012), citado por Meléndez, E. (2018), piensa que el Autoconcepto representa un grupo de características o atributos que nos definen como individuos y nos diferencian de los otros. Para formar un autoconcepto, las

personas ponen interés en la retroalimentación que reciben en sus asuntos cotidianos que manifiestan sus atributos, características y preferencias personales.

Autoevaluación

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

Rodríguez, Estrada, Mauro (2012), citado por Meléndez, E. (2018), La autoevaluación refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas si lo son para el sujeto, esto le hará sentir que le satisfacción, intereses, lo enriquecerá, y hará que se bien consigo mismo, y le permitirá crecer y aprender como persona; y en caso de que sea considerada como mala para la el sujeto, esto le hará carecen de interés, le hará daño por lo que no le permitirá crecer como persona.

Autoaceptación

La autoaceptación es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como la forma de ser y sentir, ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello.

Rodríguez Estrada, M. (2012), citado por Meléndez. E. (2018), La autoaceptación es aceptar y reconocer todas las partes de uno mismo como un hecho, como la forma de ser y de percibir, ya que solo a través de la aceptación

se puede cambiar lo que es apto para uno. Generalmente el hombre vive atormentado por las preocupaciones y el afán de vivir siempre al día. El atormentarse por lo que no sucedió o fue, no tiene ningún sentido porque lo único que se logra es el desgaste emocional. Lo que el hombre debe hacer es proponerse en ser feliz consigo mismo y proyectarse en el futuro, el hombre que es optimista es un sujeto dinámico y creativo, que saca provecho.

Autorespeto

El autorrespeto es atender y satisfacer las propias necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo.

Autoestima

La autoestima es la síntesis de todos los pasos anteriores. Si una persona se conoce y está consciente de sus cambios, crea su propia escala de valores y desarrolla sus capacidades, y si se acepta y respeta, tendrá autoestima. Por el contrario, si una persona no se conoce, tiene un concepto pobre de sí misma, no se acepta ni respeta, entonces no tendrá autoestima.

Importancia de la Autoestima

Montoya, M. (2001) la importancia de la autoestima estriba en que cuanto yo me aprecio y me quiero, en igual medida disfruto de lo que me rodea. Disfrutar más de la vida trae como consecuencia que los demás nos disfruten y, como nosotros, aprendan a vivir con autoestima. La autoestima nutre, nos beneficia y ayuda a que gocemos los entornos o las situaciones en que nos encontramos. La

importancia de la autoestima está en que es el elemento que contribuye a disfrutar lo que es nuestra vida. Trabajarla de manera comprometida nos permite el desarrollo integral de nuestra persona, ese componente biológico, psicológico, social y trascendente. Nos permite vivir mejor.

Componentes de la Autoestima

Voli, F. (2010) señala que son 5 los elementos que componen la autoestima como es el sentido de identidad, seguridad, pertenencia, motivación, competencia.

Sentido de identidad

Es la forma en la que nos percibimos a nosotros mismos. Un autoconcepto negativo y que no nos lleva a sentirnos cómodos con nosotros mismos como personas y como individuos se verifica cuando: no creemos que somos valiosos e importantes por el hecho de ser personas. Nos es difícil asumir nuestra responsabilidad de potenciar nuestra autoestima. Sentimos vergüenza y culpabilidad por el hecho de ser como somos. Tenemos una conversación interior crítica destructiva sobre nosotros mismos. La persona que tiene un buen autoconcepto de sí misma suele presentar algunas de las siguientes características:

- ✓ Es consciente de que tiene cualidades así como necesidades y límites que se impone a sí misma y está abierta a reconocer unas y otros.
- ✓ Busca soluciones y está abierta al diálogo como un medio para conseguir situaciones en las que todas las partes reciben beneficio.

- ✓ Cuida su apariencia física y se siente cómoda con ella. Se le ha acostumbrado a considerar el cuerpo y el cuidado estético como uno de los elementos de las relaciones humanas. El cuidado de su cuerpo le lleva a superar posibles defectos o imperfecciones físicas que tenga y le ayuda a sentirse cómoda con cómo se percibe.
- ✓ Se responsabiliza de sus comportamientos y está dispuesta a reconocer los errores como elementos de aprendizaje.
- ✓ Se siente cómoda aceptando cumplidos: no niega o rebaja su importancia, ya que la reconoce también en los demás.
- ✓ Es consciente de sus puntos positivos para reforzarlos y de los negativos para aprender de ellos y corregirlos.
- ✓ No tiene dificultad para expresar sus sentimientos o emociones.
- ✓ Ha aprendido a reconocer y validar sus sentimientos.
- ✓ No quiere atraer la atención, pero tampoco la rechaza; en ambos casos se siente cómoda con lo que hace y sus resultados.
- ✓ No se queja de los demás.
- ✓ No se siente víctima de las circunstancias.
- ✓ Es consciente de ser la causa de sus vivencias, por su acción u omisión, por su percepción e interpretación de las mismas y la adopción de medidas para solucionar lo que no le gusta.
- ✓ Valora críticas y cumplidos en su justa medida y los considera decisiones de los que los hacen. Agradece los cumplidos y considera las críticas solo si son constructivas y puede aprender de ellas.

- ✓ Si considera que una tarea es demasiado difícil, lo hace presente no como queja sino para encontrar la mejor solución para realizarla en condiciones distintas.
- ✓ Una vez asumido que puede hacerla, la considera como un desafío para el éxito.
- ✓ No se considera superior ni inferior a nadie, aunque esté dispuesta a aprender de los demás, si lo considera oportuno e interesante.
- ✓ Tiene un buen conocimiento de sí misma y practica la introspección para motivarse y sentirse bien consigo misma.
- ✓ Darse cuenta de cómo es y cómo actúa y le confirma o le lleva a mejorar perspectivas de su propio autoconcepto.
- ✓ Su lenguaje no verbal, su forma de andar, de mirar, su postura, su tono de voz, reflejan una situación emocional estable.
- ✓ Se siente cómoda por llevar a cabo ejercicios físicos, ya que piensan que le ayudan a desarrollar su cuerpo y su temple.
- ✓ Sabe en quien puede confiar y actúa en consecuencia.
- ✓ Se encuentra segura de sí misma y, por lo tanto, no le cuesta aceptar separaciones de seres queridos.
- ✓ Sabe que la vida tiene una cierta dinámica y que de ella depende como percibirla e integrarla a su favor.
- ✓ Se siente cómoda al conectar con la mirada de los demás y los contactos físicos interpersonales de amistad, cariño, comprensión, etc., los considera como algo natural.

- ✓ Se siente cómoda con cualquier cambio, ya que está preparada para tomar sus propias responsabilidades en los contextos correspondientes.
- ✓ Está abierta a tomar decisiones, a correr riesgos y a entrar en acción para conseguir resultados.
- ✓ El miedo a las críticas de los demás no le afectan, ya que sabe lo que es, lo que quiere y lo que puede conseguir con los recursos que tiene, incluida la colaboración de los demás.

Seguridad

Verduzco y Moreno (2001) refieren que cuando hablamos de la parte emocional de cada uno, la única seguridad que realmente nos hace sentir bien y nos da tranquilidad viene del interior de nosotros como resultados de la congruencia entre lo que somos, lo que hacemos y la imagen que proyectamos al exterior. Nada puede hacernos sentir más seguros que estar en paz y en armonía con nosotros, por lo que en la medida en que alcancemos este estado tendremos más seguridad. El único camino para lograrlo sigue siendo esforzarnos y trabajar para conseguirlo. Si tenemos alta autoestima buscamos relaciones que son más igualitarias, donde podemos dar, recibir o compartir con la seguridad de que vamos a ser aceptados por lo que somos y no por lo que el otro desea de nosotros. No estaremos preocupados por perder a alguien porque nuestro bienestar interno no depende de la aprobación de la otra persona. Cuando tenemos baja autoestima pero no queremos que se note, podemos fingir que somos seguros, engañando a los demás y a nosotros mismos.

Pertenencia

La persona desarrolla este sentido cuando se identifica con cierto grupo social sienten que es parte del mismo y se involucra en las actividades que este realice.

Motivación

Es la fuerza la cual dirige al ser humano a plantearse una meta y no desfallecer hasta lograrla. La motivación es vital en cualquier tarea que desee realizar el ser humano, por ejemplo en el área laboral le ayudara a concluir diversas actividades propuestas además lo hará sentir utilidad, valioso y competente.

Rodríguez (1988) La motivación es un tema humano universal; interesa al psicólogo, al filósofo, al educador, al moralista, al jefe que necesita “hacer que su gente haga”, al vendedor que se empeña en despertar en los clientes la voluntad de comprar, al historiador que debe comprender el encadenamiento causal de los sucesos, al padre de familia que cumple la tarea de estimular la buena conducta de sus hijos. Interesa a todo mundo. Toda la vida es motivación: la motivación es “el trasfondo psíquico, impulsor, que sostiene la fuerza de la acción y señala su dirección”.

Mendoza (2009) La motivación intrínseca se centra en la tarea misma y en la satisfacción personal que representa enfrentarla con éxito. La motivación extrínseca, por su parte, depende más bien de lo que digan o hagan los demás respecto a la actuación del alumno, o de lo que éste obtenga como consecuencia tangible de su aprendizaje.

Competencia

La persona se da cuenta que es totalmente capaz de enfrentar diversas situaciones busca alternativas de solución, son competentes y poseen un nivel de autoestima elevado. Por el contrario las personas que no desarrollen este sentido de competencia serán personas inseguras y les será difícil adaptarse a situaciones de cambio.

La Insatisfacción de los Adultos y la Autoestima

Polaino, A. (2010) explica que es muy frecuente entre las personas que hacen balance de sus vidas –a los cincuenta años o más–, que al echar la vista atrás para evaluar lo que han sido y hecho de sus vidas, se encuentren profundamente insatisfechos. Si miran hacia atrás se sorprenden con que no están satisfechos con casi nada de lo que han hecho hasta entonces (por sostener un persistente y elevado nivel de aspiraciones en desacuerdo con sus posibilidades; por tener demasiadas pretensiones; por infraestimar el más que suficiente éxito obtenido, etc.). Cuando miran hacia adelante y contemplan el futuro que les espera creen que ya no tienen suficiente tiempo para rectificar y mejorar su cuenta de resultados. Se han quedado sin ilusiones, sin proyectos y sin futuro, al mismo tiempo que se hunden ante el propio pasado, que suelen percibir como un lastre demasiado pesado e insatisfactorio como para que sea soportable para ellos. Entonces se instalan en una situación particularmente crispada, como consecuencia de que no les gustan sus propias vidas ni el balance con el que aquellas se concluyen. He aquí el problema fundamental de esa persona que se ha vuelto rara y con la que es muy difícil dialogar, que tiene conflictos

conyugales, que genera dificultades en el trabajo con sus compañeros, que no dispone de amigos, que se esconde en un rincón, en definitiva que está en una crisis muy parecida –salvando las distancias– a la que es común entre los adolescentes. Pero ni siquiera la aparente infraestima en la persona a la que se ha aludido neutraliza la capacidad de estimarse a sí misma. Cada persona se quiere a sí misma por encima de cualquier otra persona o cosa. De aquí que algunos puedan llegar a querer incluso el propio fracaso. Bajo las apariencias de ese error de infraestimación también se oculta el yo, sólo que en forma de resentimiento personal, de magnificación de la pequeña crisis vital que ahora el yo agiganta más allá de lo que sería razonable.

Construcción de la Autoestima

Branden, N. (2009) afirma que la autoestima se va construyendo con el paso del tiempo mediante una las siguientes prácticas:

- Elegir la conciencia en lugar de la inconciencia
- Aceptarse a uno mismo, en lugar de rechazarse
- Ser responsable de uno mismo, en lugar de ser pasivo, buscar coartadas o culpar a los demás
- Afirmarse a uno mismo, en vez de suprimirse
- Tener un propósito, en lugar de errar de un lado a otro
- Optar por la integridad, en lugar de traicionarse a uno mismo

No se trata de cosas que hagamos solo cuando nos apetezca. Representan una orientación frente a la vida similar a un código ético. En el caso de una persona bien integrada, estas prácticas pueden llegar a parecerle “una segunda naturaleza”, pero nadie nace con ellas: suponen un logro espiritual. No podemos construir la autoestima sobre el fundamento del repudio a nosotros mismos.

Desarrollo de la Autoestima

Coopersmith (1990) considera el desarrollo de la autoestima mediante una serie de fases que permiten su desarrollo.

- El grado de trato respetuoso, de aceptación e interés que el individuo recibe de las personas significativas de su vida, es decir, el sistema en el que se encuentra envuelta la persona: la familia, amigos, pareja. Se trata de los mensajes que constantemente va recibiendo la persona. Es la interpretación que vamos dándole a dichas relaciones.
- La historia de éxito, el estatus y la posición que el individuo tiene en el mundo, es decir, a lo largo de la vida en algunos casos se van consiguiendo logros, posiciones y éxitos, donde dichos juicios que colocan a la persona en ese lugar deben estar fundados sobre hechos reales.
- Los valores y las aspiraciones por los cuales estos últimos pueden ser modificados e interpretados.
- La manera singular y personal de responder a los factores que disminuyen la autoestima ya sea que el individuo minimice, distorsione o suprima las percepciones de las fallas propias y las de los demás, es decir, la manera en la

que responde nuestro observador en función de patrones interpretativos y juicios maestros.

La autoestima se construye en la infancia y es muy posible que perdure por siempre, por lo tanto, se debe ser cuidadoso de los mensajes emitidos hacia los niños desde su más tierna edad, puesto que lo acompañaran durante el resto de su vida, ya sea de forma consciente o inconsciente. En la adolescencia, empezamos a valorarnos en función de nuestro grupo de iguales y de acuerdo con los criterios culturales que imperen en ese momento: cánones de belleza, valor, osadía, capacidad para controlar a los demás, etc. Esta es una etapa crucial, ya que es en donde forjamos nuestra propia identidad. Durante esta etapa el joven es especialmente susceptible en lo que respecta a la imagen que envía a los demás y el eco que esta tiene. Se debe prestar especial consideración a los modelos que ellos eligen pues serán determinantes en la personalidad que como futuros adultos están forjando. Ya en la edad adulta, la autoestima se vive como un juicio positivo o negativo sobre uno mismo. Al haber conseguido un entramado personal coherente o incoherente basado en los cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales y culturales. De este modo, va creciendo la propia satisfacción o insatisfacción, así como la seguridad o inseguridad, ante uno mismo y los demás.

También es una etapa crucial. Este desarrollo de la autoestima va a conllevar numerosas implicaciones, ya que condiciona el aprendizaje, influye en la superación de las dificultades personales, mediatiza la personalidad, influye en las relaciones personales, determina la autonomía personal, e interfiere en la

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

Dimensiones de la Autoestima:

Smelser (1989), citado por Tineo (2015), cita dos componentes de la autoestima que son los siguientes:

Dimensión Afectiva: Es la capacidad de sentir, expresión de sus sentimientos, sensaciones, temores y de establecer vínculos afectivos reconocidos como valiosos entre amigos, familiares. Lo que refuerza el afronte a situaciones.

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

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

Dimensión Académica: Consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con su desempeño

en el ámbito escolar, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

Dimensión Ética: Se relaciona con el hecho de sentirse una persona buena y confiable o, por el contrario, malo o poco confiable. También incluye atributos como sentirse responsable o irresponsable, trabajador o flojo. La dimensión ética depende de la forma en que el niño interioriza los valores y las normas, y de cómo se ha sentido frente a los adultos cuando las ha cuestionado o ha sido sancionado.

Factores Laborales que Deterioran el Autoestima

Tineo, D. (2015) La autoestima es ante todo un valor frágil, sobre el que pueden incidir negativamente un gran número de factores, entre ellos, los presentes en el lugar de trabajo. Estos factores de riesgo laboral son muy variados y pueden venir dados por:

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

Así pues, se entiende que la autoestima es la fe en uno mismo o en sus habilidades, teniendo en cuenta la calidad de estar seguro para tener éxito o llegar a un objetivo. Por tal motivo cabe distinguirla la autoestima del término más general de auto-concepto, ya que los dos términos se utilizan a menudo indistintamente.

El auto concepto se refiere a la totalidad de las creencias cognitivas que las personas tienen de sí mismos, sino que es todo lo que se sabe acerca de uno mismo, e incluye cosas como el nombre, raza, gustos, disgustos, creencias, valores y descripciones de la apariencia, como la altura y peso. Por el contrario, la autoestima es la respuesta emocional que las personas experimentan al contemplar y evaluar diferentes cosas sobre mí mismo.

Satisfacción laboral y causas de Autoestima Baja

Bienestar Psicológico: Autoestima y Satisfacción Laboral

León García (2010) citado por Tineo (2015), El empleado se convierte en una pieza fundamental dentro de la organización, pes de él depende la supervivencia y estabilidad institucional. Dada la relevancia del papel de los empleados, no resulta sorprendente que surjan diversos intentos para entender que variables psicológicas como la autoestima influyan favorablemente en los trabajadores. Es posible mencionar que en un sujeto con buena autoestima, experimenta satisfacción en su vida personal y se ven reflejadas en su desempeño laboral, dando inicio a una estabilidad satisfactoria; sin embargo en la autoestima negativa se ven reflejadas emociones poco placenteras como tristeza o rabia.

Causas de Autoestima Baja en el desarrollo Organizacional

El Psic. Rogger T. (2010), citado por Tineo (2015), Lo consideramos cuando existe alguna falla o desajuste en el ambiente de trabajo, causada por abuso de autoridad, abuso sexual, discriminación social, raza, religiosa entre otros, o por los fracasos continuos que debilitan la seguridad y el convencimiento de ser

capaces en su desempeño individual; por ello en el desarrollo de sus actividades no suelen notarse en rangos mayores de eficiencia. El no encontrar confianza en sí mismo se presentarían conflictos internos que le dan lugar a pensamientos o ideas irracionales que conlleven a hechos o actos erróneos.

Afrontamiento en la Baja Autoestima Laboral

Luis Gómez (2011), citado por Meléndez (2018), presenta las siguientes técnicas de Prevención:

- ✓ Debe aceptarse como parte inevitable de la vida, debe encontrarse así mismo, debe reconocer sus debilidades para encontrar solución.
- ✓ Mantener un estado de ánimo positivo a pesar de situaciones adversas que se presenten.
- ✓ Cuando las personas son sujetas a una baja autoestima, son también presas de rutinas estresantes por ello al realizar ejercicio físico aporta en la buena calidad de vida.
- ✓ Aumentar el grado de tolerancia frente a la incertidumbre en fracasos a nivel laboral y anticiparse al cambio.
- ✓ Rechazar las ideas irracionales, evaluar muy bien las decisiones que podamos elegir. ∞ Seguridad y confianza en las actividades de trabajo.

Adultez

Definición

Craig, G y Baucum, D. (2001) refieren que los años de la edad adulta representan aproximadamente tres cuartas partes de la vida. Distinguiremos tres periodos: juventud o adultez temprana (de 20 a 30 años), madurez o adultez media (de 40 a 50 años) y vejez o adultez tardía (de 60 a 65 años en adelante). Sin embargo, las normas de la edad no siempre reflejan como se ve un individuo a sí mismo en relación con la vida adulta. El nivel socioeconómico, el ambiente rural o urbano, la procedencia étnica, los periodos históricos, las guerras, las depresiones financieras y otros sucesos influyen de manera profunda en las definiciones, en las expectativas y en las presiones de la adultez, lo mismo que los sucesos de la niñez y de la adolescencia.

Adultez Temprana

Undurraga, C. (2010) la adultez temprana como un período del ciclo vital, en el cual la vida personal se expande, realizándose importantes compromisos y tomando responsabilidades, tales como la elección de pareja a largo plazo, la formación de una familia propia y el ámbito de desempeño laboral, lo que posibilita la concreción de un plan de vida definido. Se asumen por lo tanto nuevos roles en función del reconocimiento y demandas sociales, como el de madre o padre y el de trabajador(a). . El adulto joven debe buscar inserción y reconocimiento social, adaptación laboral, intimidad psicológica en pareja y también el inicio de la parentalidad, propios de esta etapa de la vida.

Meza, M. y Villalobos, E. (2009) en este período de la vida se percibe que lo físico alcanza su máximo desarrollo. En el ámbito intelectual sucede lo mismo: el pensamiento, la sensopercepción, la memoria, la conciencia y el mundo de las tendencias, entre otros aspectos. Por ello, los diversos aprendizajes alcanzan también su apogeo, y la memoria resulta especialmente puntual. En lo social, en el adulto joven se produce la independencia familiar, bien porque contrae matrimonio, bien porque ya no depende de sus padres. En cuanto a la formación profesional, esta da sus primeros resultados, y la persona en esta edad de la vida suele sentirse productiva, con independencia económica y realizada en la profesión y/o en la carrera laboral.

Pérez y Pérez (2011) Las tareas fundamentales de este periodo son:

- ✓ Cambio de actitud: realiza una síntesis de realismo-idealismo. Pretende dar a la vida un sentido más profundo: por un lado, están convencidos de la fuerza que tienen las grandes ideas, y por otro, abandonan el radicalismo de las etapas anteriores.
- ✓ Se lleva a cabo lo que se denomina « tercera individualización » y con ella se culmina la separación-individualización llevada a cabo desde la infancia (1ª entre los 4-6 años y la 2ª en la adolescencia). Se desarrolla un nuevo concepto de sí mismo, percibiéndose a sí, como sujeto competente y en soledad confortable. Se lleva a cabo un desplazamiento desde la familia de origen a la de procreación.

- ✓ Relaciones de intimidad: Esta tarea le hace capaz de establecer una intimidad (identidad personal-identidad con otros) compartida: amistad (pareja, matrimonio), cooperación, compromiso, afiliación, etc.
- ✓ Identidad laboral adulta: Transita del aprendizaje y el juego, al mundo laboral. El trabajo se convierte en una actividad central para la estabilidad y el progreso intrapsíquico. Se siente productivo y competente.

Según Papalia, D; Olds, S y Feldman, R (2009), citado por Meléndez (2018), la adultez temprana, definida por lo general como el lapso entre los 20 y 40 años, suele ser un periodo de posibilidades muchas personas de esta edad por primera vez son autosuficientes, se hacen cargo de la casa que habitan y se ponen a prueba en las actividades que eligieron. Cada día toman decisiones que ayuda a determinar su salud, su profesión y su estilo de vida. Sin embargo cada vez son más adultos jóvenes que no sientan cabeza de inmediato. Para ellos, el periodo entre los 20 y 25 años, e incluso un poco más, se ha convertido en una etapa de exploración llamada adultez emergente.

Erik Erikson (1950, 1963), citado por Meléndez (2018), propuso una teoría psicoanalítica del desarrollo psicosocial que es una aproximación a la personalidad que amplía la teoría psicosexual freudiana que comprende ocho etapas desde la infancia hasta la edad adulta y reconoce el impacto de la sociedad, la historia y la cultura en la personalidad. Durante cada etapa, la persona experimenta una crisis psicosocial que podría tener un resultado positivo o negativo para el desarrollo de la personalidad. Erikson es mejor conocido por su concepto de la crisis de identidad. Esta idea puede haber surgido de una crisis de

identidad personal que experimentó a una edad temprana. Una vez escribió: "Sin dudas, mis mejores amigos insistirán en que necesito nombrar esta crisis y verla en todos los demás para poder resolverla" (Erikson, 1975).

Adulter Media

Meza, M. y Marveya, E. (2009) se distingue por ser la edad más floreciente. En lo físico aún se experimenta vigor, aunque ya se comienza a sentir una leve disminución del mismo, y la vida económica y social suele estar asentada. La afirmación de uno mismo. La vida social y la vida económica, si se está laboralmente activo, suele estar asentada. La afirmación de uno mismo a través de la personalidad bien estructurada, y la responsabilidad alcanza su máximo desarrollo. En dicho período de la vida ya se ven los resultados del estilo de vida que cada uno ha llevado. La edad intelectual se complementa con la experiencia de la vida, y eso ayuda a entender la realidad en un sentido más amplio. De ahí que se suele ser más natural, y el proyecto de vida deja de ser volátil y huidizo, y queda sujeto a la propia realidad.

Laza (2009) Esta etapa es un período especialmente propenso para echar la vista atrás y ver que ha sido de los sueños, ilusiones y proyectos anteriores; es una época en que se advierte un cierto declive físico y en la que la satisfacción matrimonial alcanza los niveles más bajos. Se trata también de una etapa de gran productividad, especialmente en la esfera intelectual y artística, y es en definitiva el período en el que se consigue la plena autorrealización. En esta etapa aparece el balance personal y un reajuste de expectativas y sueños, teniendo en cuenta las posibilidades del contexto. Surge el dolor por lo no realizado, una preocupación

por la necesidad de sentirse joven, lo que puede llevar en algunos casos a la "crisis de la mitad de la vida".

Papalia, D; Olds, S y Feldman, R (2009) citado por Meléndez (2018), El cambio y la continuidad en los años medios deben considerarse desde una perspectiva que abarque todo el ciclo de vida, pero los primeros patrones determinan por necesidad los patrones posteriores (Lachman y James, 1997) y existe diferencias entre la edad media temprana y la tardía (Lachman, 2004) solo compare las preocupaciones características de una persona de 40 años con las otras de 60. Por supuesto, en la actualidad es difícil afirmar que el curso de la vida, de existir, es típico. A los 40 algunas personas se convierten en padres por primera vez, mientras que otras se convierten en abuelos. A los 50, algunos individuos inician nuevas carreras, mientras que otros están a punto de retirarse o ya lo han hecho.

Adulthood Tardía

Erik Erikson (1950) denomina a esta etapa integridad – desesperación (vejez) después de haber pasado por diferentes crisis, los ancianos pueden llegar a la parte final de su vida sintiéndose completos, con gran integridad psicológica y satisfechos de haber tenido una vida completa y productiva. Pero, dependiendo de las experiencias anteriores y de las formas en las que las crisis fueron resueltas, podríamos llegar a la vejez con un sentimiento de frustración y desesperanza.

Undurraga (2010) la adultez tardía, como culminación del ciclo vital, representa el fin de un largo camino. El niño de hace muchos años se ha transformado en adolescente y más tarde, después de forjarse una identidad propia e intentar conquistar el mundo, arriba al último período de su vida. El futuro, en esta etapa

y como nunca antes en el transcurso de la vida, se define por la realidad final de la muerte personal. Es por tanto un momento de la existencia que tiene características particulares, siendo quizás la central la enorme diversidad de formas de envejecer. La adultez mayor influyen sin duda el estado de salud de la persona, su inserción familiar y social, y también los recursos económicos con que cuenta. Además de factores de orden psicológico, como su personalidad y su particular manera de insertarse en el mundo. Existe un amplio consenso en que la realidad de la persona que se encuentra en este período de la vida es el resultado del entramado de interacciones entre factores biológicos y psicológicos, ambientales y sociales, difíciles de descomponer. Una persona de edad con buena salud no vive la misma adultez tardía que aquella que a su misma edad, no puede desplazarse de forma autónoma o tiene demencia. Así como tampoco este período lo vivencia igual una persona de edad que vive aislada, sin relaciones sociales gratificantes, que aquella que se encuentra rodeada y protegida por su grupo familiar y su comunidad cercana.

III. METODOLOGÍA

3.1 Diseño de la Investigación

Esta investigación es de nivel descriptivo, no experimental debido a que se realizó sin manipular deliberadamente las variables, observando al fenómeno en su contexto natural. (Toro y Parra, 2006).

De corte transversal se recopilaron los datos una sola vez, en un momento determinado (Heinemann, 2003).

M → **O**

Donde:

M= Muestra, que en este caso son el personal de la institución educativa José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena –Piura 2017.

O= Autoestima

3.2 Población Muestral

La población y muestra está conformada por 46 miembros del personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena-Piura 2017.

3.3 Técnica e Instrumento

Técnica

Para la elaboración de este estudio se utilizó la técnica de Encuesta la cual es la metodología cuantitativa más utilizada para la obtención de información primaria. (Nogales, 2004).

Instrumento

Se utilizó el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Self Esteem Inventory (SEI) forma “C” para adultos.

FICHA TECNICA

Nombre Original: el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Self Esteem Inventory (SEI) forma “C” para adultos.

Autor: Stanley Coopersmith

Estandarización: María Isabel Panizo

Administración: Individual y Colectiva

Niveles de Aplicación: 15 años en adelante.

Finalidad: Medir las actitudes valorativas hacia sí mismo, en las áreas: personal, social y familiar.

Validez y Confiabilidad

Stanley Coopersmith (1967), reporto la confiabilidad de inventario a través del test- retest (0.88). Respecto a la confiabilidad en nuestro medio, en las investigaciones realizadas no se han encontrado antecedentes relacionados a la aplicación de la prueba a parte de la que se realizó en 1986 por María Isabel Panizo (citado por Matos 1999), quien utilizo el coeficiente de confiabilidad por mitades al azar, obteniendo luego ese procedimiento que la correlación entre ambas mitades fue 0.78.

3.4 Definición y Operacionalización de la Variable

Definición Autoestima

Definición estipulada en el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos- Forma “C”. 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 (González y López, 2001).

Definición Operacional (D. O)

Operacionalmente la variable autoestima se enmarca en tres subescalas que hay que tener en cuenta para evaluarla:

Subescala de sí mismo – general, subescala social, subescala hogar.

VARIABLE	SUBESCALA	ÍTEMS
Autoestima	Sí mismo- General	1,3,4,7,10,12,13,15,18,19,23,24 y 25
	Social- Pares	2,5,8,14,17 y 21
	Hogar	6,9,11,16,20 y 22

Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos – Forma “C”.

De acuerdo a los puntajes alcanzados en el instrumento, se establecerán en las siguientes categorías:

NIVELES DE AUTOESTIMA

AREAS				
Puntaje Total	Si Mismo	Social	Hogar	Niveles
0 a 24	0-2	0-1	0-1	“Nivel Bajo”
25 a 49	3-5	2-3	2-3	“Nivel Medio Bajo”
50 a 74	6-8	4-5	4-5	“Nivel Medio Alto”
75 a 100	9-13	6	6	“Nivel Alto”

Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos – Forma “C”.

3.5 Plan de Análisis:

De acuerdo a la naturaleza de la investigación para el análisis de los datos se utilizara la técnica de análisis estadístico descriptivo, como son uso de tablas de distribución de frecuencias porcentuales y gráficas. El procesamiento de los datos será tabulado en una matriz utilizando el Microsoft Office Word/ Excel.

3.6 Matriz de Consistencia

Nivel de Autoestima en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra,

La Arena- Piura 2017.

PROBLEMA	VARIABLE	INDICADORES	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	TECNICAS
¿Cuál es el nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas- Loma Negra, La Arena- Piura 2017?	Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Si mismo ➤ Social ➤ Hogar 	Objetivo General:	Tipo	Encuestas
			Determinar el nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.	Cuantitativo	
			Objetivos Específicos:	Nivel	Instrumento
			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identificar el nivel de autoestima en la subescala de sí mismo en el personal de la I.E José Antonio Encina Loma Negra, La Arena- Piura 2017. ➤ Identificar el nivel de autoestima en la subescala social en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017. ➤ Identificar el nivel de autoestima en la subescala de hogar en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017. 	Descriptivo	Escala de autoestima de cooper smith- versión adultos.
				Diseño	
				No Experimental de Corte Transversal Transeccional.	
	Población Muestral				
	46 miembros del Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017.				

3.7 Principios Éticos

En la realización del presente estudio se respetó los siguientes principios éticos. Protección a las personas; se protegió a los participantes respetando su integridad como seres humanos, confidencialidad y privacidad. Cuidado del medio ambiente y la biodiversidad; durante el proceso del estudio se mantuvo el buen estado de los ambientes naturales de la institución. Libre participación y derecho de estar informado; los miembros del personal estudiado consintieron el uso de la información para los fines específicos de la investigación, del mismo modo se contó con la autorización del director de la institución educativa para ejecutar este trabajo científico. Beneficencia y no Maleficencia, se garantizó el bienestar del personal procurando evitar causar efectos adversos. Justicia; se otorgó a los participantes el derecho de acceder a sus resultados. Integridad Científica; ejerciendo un correcto procedimiento científico que implicó honestidad, justicia y responsabilidad. Así mismo se declaró que no existió fuente de financiamiento, ni conflicto de intereses en la realización de la investigación.

IV. RESULTADOS

4.1 Resultados

TABLA I

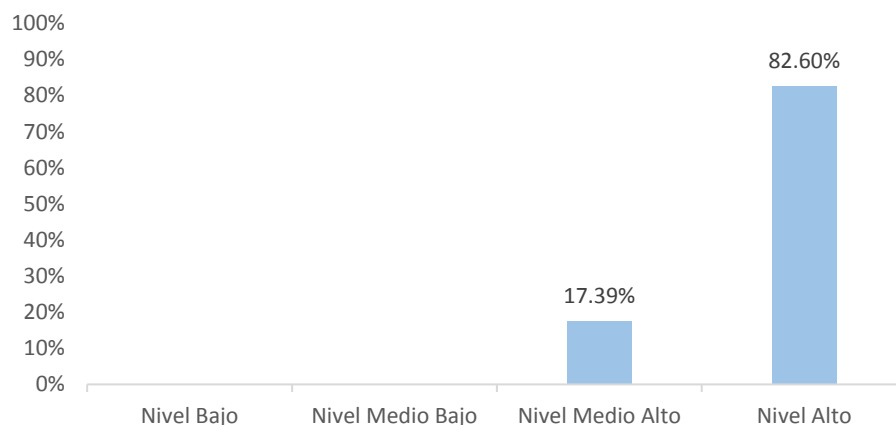
“Nivel de Autoestima en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017”

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	0	0%
Nivel Medio Bajo	0	0%
Nivel Medio Alto	8	17.39%
Nivel Alto	38	82.60%
Total	46	100%

Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos- Forma “C” (1975).

Figura 01

“Nivel de Autoestima en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017”



Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos- Forma “C” (1975).

Descripción: Se evidencia que un 82.60% del personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017 posee un nivel alto de autoestima, y un 17.39% se encuentra en un nivel medio alto.

TABLA II

“Nivel de Autoestima en la subescala Si Mismo en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017”

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	0	0%
Nivel Medio Bajo	0	0%
Nivel Medio Alto	3	6.52%
Nivel Alto	43	93.47%

Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos- Forma “C” (1975).

Figura 02

"Nivel de Autoestima en la subescala Si Mismo en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017"



Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos- Forma “C” (1975).

Descripción: Se evidencia que el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena – Piura 2017 obtiene en la subescala si mismo los siguientes resultados: el 93.47% se encuentra en un nivel alto y el 6.52% se encuentra en un nivel medio alto.

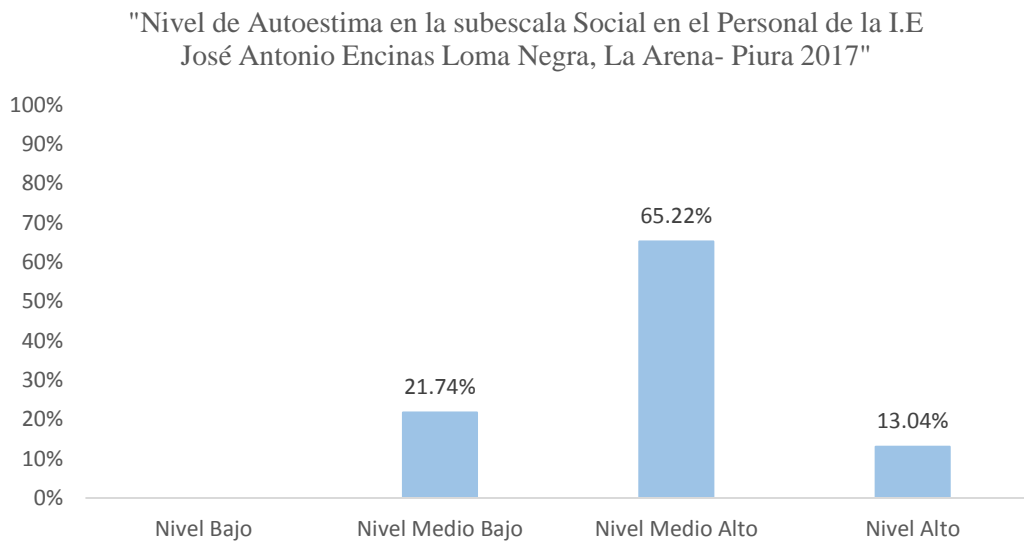
TABLA III

“Nivel de Autoestima en la Subescala Social en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena – Piura 2017”

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	0	0%
Nivel Medio Bajo	10	21.74%
Nivel Medio Alto	30	65.22%
Nivel Alto	6	13.04%

Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos- Forma “C” (1975).

Figura 03



Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos- Forma “C” (1975).

Descripción: Se evidencia que el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena – Piura 2017 obtiene en la subescala social los siguientes resultados: el 65.22% se encuentra en un nivel medio alto, el 21.74% se encuentra en un nivel medio bajo y el 13.04% en un nivel alto.

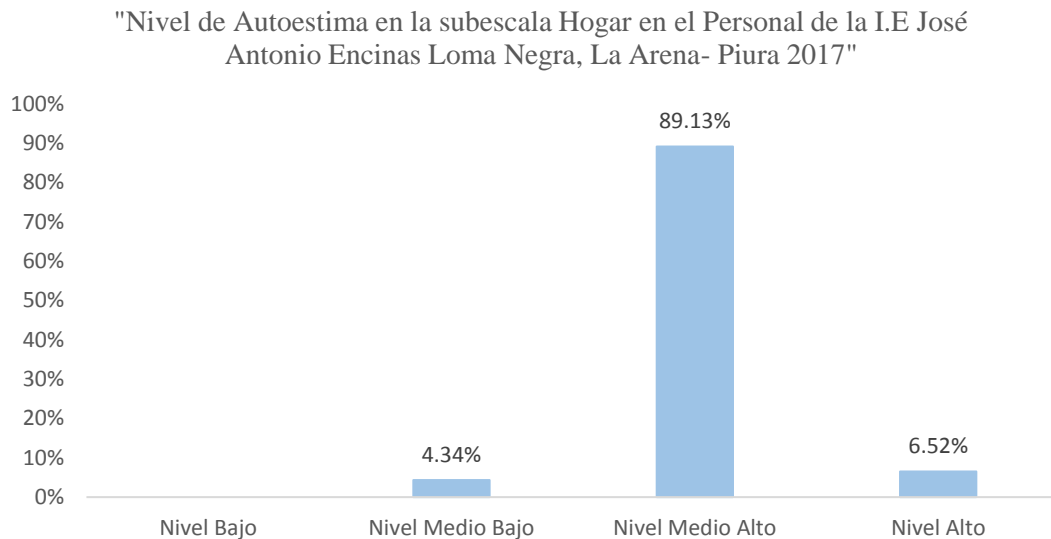
TABLA IV

“Nivel de Autoestima en la Subescala Hogar en el Personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena – Piura 2017”

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	0	0%
Nivel Medio Bajo	2	4.34%
Nivel Medio Alto	41	89.13%
Nivel Alto	3	6.52%

Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos- Forma “C” (1975).

Figura 04



Fuente: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith Adultos- Forma “C” (1975).

Descripción: Se evidencia que el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena – Piura 2017 obtiene en la subescala hogar los siguientes resultados: el 89.13% se encuentra en un nivel medio alto, el 6.52% en un nivel alto y el 4.34% en un nivel medio bajo.

4.2 Análisis de los Resultados

En la presente investigación se planteó como objetivo general determinar el nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena – Piura 2017, teniendo en cuenta los resultados se puede concluir que predomina un nivel alto de autoestima caracterizándose por ser personas con tendencia a conseguir éxito tanto académico como social, destacando dinamismo dentro de los grupos sociales. (Stanley Coopersmith 1975). El nivel alto de autoestima se encuentra relacionado a la creatividad, capacidad para aceptar los cambios, es capaz de admitir sus errores y tiene la predisposición de enmendarlos. (Branden, N., 1998). Los autores Rodríguez, Pellicer y Domínguez (2015) señalan que una persona con autoestima alta, vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión. La autoestima alta no significa un estado de éxito total y constante; es también conocer las propias limitaciones y debilidades y sentir orgullo sano por las habilidades y capacidades, tener confianza en la naturaleza interna para tomar decisiones. Una persona con autoestima alta toma los momentos de depresión o crisis como un reto que pronto superará para salir adelante con éxito y más fortalecida que antes, ya que lo ve como una oportunidad para conocerse aún más y promover cambios.

El nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017 en la subescala si mismo predominan en un nivel alto por lo cual indican valoración de sí mismo y mayores aspiraciones, estabilidad, confianza, buenos atributos personales. Poseen consideración de sí mismo en comparación a otros, y deseos de mejorar. Habilidad para construir defensas hacia

la crítica y designación de hechos, opiniones, valores y orientaciones favorables respecto de sí mismo, además mantienen actitudes positivas. (Stanley Coopersmith 1975). Una persona con alta autoestima confía en su propia competencia, en sus propias decisiones y se acepta totalmente a sí misma como ser humano. Así mismo refieren que para poder conocer y desarrollar la autoestima es necesario seguir una serie de pasos. Rodríguez, Pellicer y Domínguez (2015). El primero de ellos es el autoconocimiento el cual es el camino que nos conduce a conocernos, permite que podamos vivir mejor con nosotros mismos y con los demás, y que podamos alimentar nuestras capacidades y transformar los errores y fallos en triunfos. El autoconocimiento es en primer lugar la observación que hace uno de sí mismo, en segundo lugar el análisis de lo observado y en tercer lugar la acción sobre uno mismo. Bennett (2013)

El nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017 en la subescala social predominan en un nivel medio alto por lo cual tienen buena probabilidad de lograr una adaptación social normal. Estos resultados concuerdan con los planteados en la investigación realizada por Seminario, E. (2018) titulada “Nivel de autoestima en trabajadores del Centro de Salud Ayabaca - Piura 2018” la cual se realizó en la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote- Piura en donde el 45% de la población se encuentra en un nivel de autoestima medio alta en la sub escala social.

El nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017 en la subescala hogar predominan en un nivel medio alto. Así mismo en los resultados obtenidos en la investigación de Seminario, E. (2018)

titulada “Nivel de autoestima en trabajadores del Centro de Salud Ayabaca - Piura 2018” ” la cual se realizó en la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote- Piura en donde un 60% presentan un nivel medio alto. Por lo cual el personal evidencia cualidades y habilidades íntimas con la familia sintiéndose más considerados y respetados, poseen independencia y aspiraciones con la familia. (Stanley Coopersmith 1975).

V. CONCLUSIONES

El nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017, prevalece un nivel alto.

El nivel de autoestima en la Subescala de sí mismo en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017, prevalece un nivel alto.

El nivel de autoestima en la subescala social en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena- Piura 2017, prevalece un nivel medio alto.

El nivel de autoestima en la subescala hogar en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra, La Arena Piura 2017, prevalece un nivel medio alto.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

Recomendaciones

Se recomienda al departamento de Psicología de la institución educativa llevar a cabo programas vivenciales que permitan afianzar el nivel de autoestima con el que cuenta el personal según los resultados obtenidos mediante esta investigación.

Se recomienda poner en práctica el uso de diferentes tipos de reconocimiento (permisos, dinero, palabras de elogio, reconocimientos públicos, elegirlo el empleado del mes, etc.). Con la finalidad de elevar aún más el nivel de autoestima en la subescala social.

Trabajar talleres de fortalecimiento de autoestima en el personal estudiado que presentan niveles bajos de autoestima.

REFERENCIAS

- Akgunduz, Y. (2015). *La influencia de la autoestima y el estrés en el desempeño laboral en empresas hoteleras*. Tesis de Licenciatura. Universidad de Mersin, Mersin, Turquía. Recuperado de: <https://doi.org/10.1108/IJCHM-09-2013-0421>
- André, C y Lelord, F. (2000). *La autoestima: Gustarse a sí mismo para mejor vivir con los demás*. España: Kairós SA. Recuperado de: <https://tinyurl.com/ucewee2>
- Andrés, V. y Andrés, F. (2016). *Confianza total: Para vivir mejor*. México. Recuperado de: https://books.google.com.pe/books?id=zcOuCwAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Barreto, N. (2006). *Autoestima y Autoimagen*. Colombia: Paulinas.
- Bennett, M. (2013). *Autoconocimiento*. España: Ediciones i.
- Bereche, V. y Osoreo, D. (2015). “*Nivel de Autoestima en los Estudiantes del quinto Año de Secundaria de la Institución Educativa Privada “Juan Mejía Baca” de Chiclayo. Agosto, 2015*”, tesis para optar el título de profesional de licenciado en Psicología. Escuela de Psicología, Universidad Privada Juan Mejía Baca. Chiclayo. Perú. Recuperado de: http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/59/1/Tesis%20Osoreo%20Serquen%20_%20Bereche%20Tocto.pdf
- Branden, N. (1998) *How To Raise Your Self – Esteem*. New York: Bantam.
- Branden, N. (2009). *Cómo mejorar su autoestima*. Barcelona: Paidós.
- Cañizares, O. (2015). *Hazte experto en inteligencia emocional*. España: Desclée De Brouwer. Recuperado de: <https://tinyurl.com/t6r6qk4>
- Coopersmith, S. (1967). *Los antecedentes de la Autoestima*. San Francisco: Editorial W.H Freeman & Company.
- Coopersmith, S. (1969). *Autoestima en adultos*. ACP.

- Coopersmith, S. (1975). *Inventario de Autoestima de Coopersmith*. Adaptación Peruana por Isabel Panizo 1985. Editorial: Panizo.
- Coopersmith, S. (1990). *SEI: Self- Esteem- Inventories*. Palo Alto Consulting Psychologists Press.
- Coopersmith, S. (1996). *Escala de autoestima de niños y adultos SEI*. California: Editorial Paidós.
- Cleghorn, P. (2003). *Cómo desarrollar la autoestima*. Barcelona: Robinbook.
- Craig, G. y Baucum, D. (2001). *Desarrollo Psicológico*. México: Pearson Educación. Recuperado de: https://books.google.com.pe/books?id=s_XSjJ_Y1xIC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Erikson, E. (1950). *Infancia y sociedad*. Nueva York: Norton.
- Erikson, E. (1975). *Historia Personal y Circunstancia Histórica*. Madrid: Alianza.
- Gallo, G. (2018). *Población 'NINI' Tiene Problemas De Autoestima*. La Hora, pp. 10.
- González, N. y López, A. (2001). *La autoestima*. México: UAEM. Recuperado de: <https://tinyurl.com/qjrbrd>
- Harter, S. (1999). *The construction of the self. A developmental perspective*. New York: The Guilford Press.
- Heinemann, K. (2003). *Introducción a la metodología de la investigación empírica en las ciencias del deporte*. España: Paidotribo.
- Inca, L. (2017). *Niveles de autoestima en los trabajadores de la empresa Grupo Cabal*. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología. Facultad de Psicología y Trabajo Social. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima. Perú. Recuperado de: <https://tinyurl.com/uszs86x>
- Laza, S. (2009). *Adolescentes y adultos como sujetos de aprendizaje*. Argentina: El Cid.

- Mansouri y Tajrobehkar (2015). “*Autoestima en la predicción de la satisfacción laboral y el desempeño laboral de los profesores*”. – Irán, 2015”. (Informe de tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología). Recuperado de: <https://tinyurl.com/u67g93f>
- Meléndez, H. E, R (2018). “*Nivel de autoestima en los pobladores de 20 a 50 años de edad del centro poblado Palambra, distrito de Canchaque, provincia de Huancabamba, Piura 2017*”. (Tesis para la licenciatura, Universidad los Ángeles de Chimbote. Huancabamba, Piura). Recuperado en: <https://tinyurl.com/rxpfvp>
- Mendoza, E. (2009). *La motivación*. Argentina: El Cid.
- Meza-Mejía, Mónica, and Elvia Marveya Villalobos-Torres. *La crisis de la jubilación como una oportunidad educativa*, D - Universidad de La Sabana, 2009. ProQuest Ebook Central, <http://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocaulad echsp/detail.action?docID=3185259>.
- Miranda, N. (2015). *La Autoestima y su Relación con el Estrés laboral del personal administrativo del gobierno autónomo descentralizado municipal del Cantón Palora*. Tesis para optar el título de Psicóloga Clínica. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Técnica de Ambato. Ambato. Ecuador. Recuperado de: <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/21879/2/TESIS%20FINAL.pdf>
- Montoya, M. (2001). *Autoestima*. México: Editorial Pax.
- Nogales, A. (2004). *Investigación y técnicas de mercado*. Madrid: ESIC. Recuperado de: [https://books.google.com.pe/books?id=LnVxgMkEhkgC&dq=\(Nogales,+2004\).+la+encuesta&source=gbs_navlinks_s](https://books.google.com.pe/books?id=LnVxgMkEhkgC&dq=(Nogales,+2004).+la+encuesta&source=gbs_navlinks_s)
- OECD. (2016). *Habilidades para el progreso social: El poder de las habilidades sociales y emociones*. (Versión UNESCO).
- Ocaña, Y. (2015). *Autoestima y desempeño docente en las instituciones educativas del distrito de Comas, en el año 2014*. Tesis para optar el título profesional de doctor en Educación. Facultad de Educación. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima. Disponible en: <https://tinyurl.com/rxlmho7>

- Penagos, A.; Rodríguez, M. y Carrillo, S. (2009). *Apego, relaciones románticas y autoconcepto en adolescentes bogotanos*. Colombia: Universidad de los Andes. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v5n1/v5n1a03.pdf>
- Pérez, G. y Pérez, V. (2011). *Tratamiento educativo de la diversidad en personas mayores*. España: UNED.
- Polaino, A. (2010). *En busca de la autoestima perdida* [archivo PDF]. Recuperado de: <https://tinyurl.com/wzs7bsq>
- Posada, A., Gómez, J., y Ramírez, H. (2005). *El Niño Sano (3ª ed.)*. Colombia: Médica Panamericana.
- Ramírez, E. (2016). “*Relación entre Autoestima y la Depresión en los Padres que Asisten a la Asociación Ayúdanos a Ayudar a Familiares y Personas con Discapacidad del Distrito de Corrales - Tumbes, 2015*”. Tesis para optar el título profesional de licenciada en Psicología. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Tumbes. Perú. Recuperado de: <https://tinyurl.com/rxxpfvp>
- Rice, F. (1999). *The Adolescent. Development, Relationships and Culture*. Nueva York: Allyn and Bacon.
- Rodríguez, M. (1988). *Motivación al Trabajo*. México: El Manual Moderno. Recuperado de: https://books.google.com.pe/books?id=_uj6CAAQBAJ&hl=es&source=gbs_navlinks_s
- Rodríguez, M.; Pellicer, G. y Domínguez, M. (2015). *Autoestima: Clave del éxito personal*. México: El Manual Moderno. Recuperado de: https://books.google.com.pe/books?id=cjgaCAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Seminario, E. (2018). “*Nivel de autoestima en trabajadores del centro de salud Ayabaca - Piura 2018*”. Tesis para optar el título profesional de licenciada en psicología. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Piura. Perú.

- Tineo, D. (2015). *“Clima Social Familiar y la Autoestima del Personal Administrativo de la Municipalidad de Villa Vicús. Chulucanas – Piura, 2013”*, tesis para optar el título de licenciada en Psicología. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Piura. Perú.
- Toro, I. y Parra, R. (2006). *Método y conocimiento: metodología de la investigación: investigación cualitativa/investigación cuantitativa*. Colombia: Universidad Eafit.
- Undurraga, Consuelo. *De la conquista del mundo a la conquista de sí mismo*, Editorial ebooks Patagonia - Ediciones Universidad Católica de Chile, 2010. ProQuest Ebook Central, <http://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=3199003>.
- Verduzco, M. y Moreno, A. (2001). *Autoestima Para Todos*. México: Pax. Recuperado de: [https://books.google.com.pe/books?id=SER7quxIXaUC&dq=Verduzco+y+Moreno+\(2001\)+LA+SEGURIDAD&source=gbs_navlinks_s](https://books.google.com.pe/books?id=SER7quxIXaUC&dq=Verduzco+y+Moreno+(2001)+LA+SEGURIDAD&source=gbs_navlinks_s)
- Voli, F. (2010). *Autoestima Para Padres*. Madrid: Musivisual.

ANEXOS

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

N°	Actividades	Año 2017								Año 2018								Año 2019			
		Semestre I				Semestre II				Semestre I				Semestre II				Semestre II			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración del Proyecto	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					x															
6	Redacción de la Revisión de la literatura.						x														
7	Elaboración del Consentimiento Informado							x													
8	Ejecución de la metodología								x												
9	Resultados de la Investigación									x											
10	Redacción del pre informe de investigación.										x										
11	Redacción del informe final											x									
12	Aprobación del informe final por el jurado de Investigación.												x								
13	Presentación de Ponencia en jornadas de Investigación													x							
14	Redacción de artículo científico.															x					

PRESUPUESTO

Presupuesto Desembolsable (Estudiante)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Suministros			
✓ Impresiones	30.00	8	240.00
✓ Fotocopias	24.00	6	144.00
✓ Folder	7.00	11	77.00
✓ Lapiceros	3.50	20	70.00
✓ Marcadores	4.00	12	48.00
✓ Papel Bond A-4 (1000 Hojas)	14.00	2	28.00
Servicios			
✓ Uso de Turnitin	50.00	2	100.00
✓ Servicio de Internet	96.00	12	1,152.00
Sub Total			1,859.00
Gastos de Viaje			
✓ Pasajes para recolectar la información	35.00	12	450.00
Sub Total			450.00
Total de Presupuesto Desembolsable			S/. 2,309.00

Presupuesto No Desembolsable (Universidad)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Servicios			
✓ Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital- LAD).	30.00	4	120.00
✓ Búsqueda de Información en la Base de Datos.	35.00	2	70.00
✓ Soporte Informático (Modulo de Investigación del ERP University MOIC).	40.00	4	160.00
✓ Publicación del artículo en Repositorio Institucional.	50.00	1	50.00
Sub Total			400.00
Recurso Humano			
✓ Asesorías	63.00	4	252.00
Sub Total			252.00
Total de Presupuesto no desembolsable			652,00
Total (s/.)			S/. 2,961.00

INSTRUMENTO

INVENTARIO DE AUTOESTIMA VERSION ADULTOS			
Nombre: Edad: Sexo:			
PROFESION:FECHA: (M) (F)			
Marque con una aspa (X) debajo de V o F, de acuerdo a los siguientes criterios:			
V cuando la frase SI coincide con su forma de ser o pensar			
F si la frase NO coincide con su forma de ser o pensar			

N°	FRASE DESCRIPTIVA	V	F
1	Usualmente las cosas no me molestan		
2	Me resulta difícil hablar frente a un grupo		
3	Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese		
4	Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad		
5	Soy muy divertido (a)		
6	Me altero fácilmente en casa		
7	Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva		
8	Soy popular entre las personas de mi edad		
9	Generalmente mi familia considera mis sentimientos		
10	Me rindo fácilmente		
11	Mi familia espera mucho de mí		
12	Es bastante difícil ser “Yo mismo”		
13	Me siento muchas veces confundido		
14	La gente usualmente sigue mis ideas		
15	Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo		
16	Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa		
17	Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo		
18	No estoy tan simpático como mucha gente		
19	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo		
20	Mi familia me comprende		
21	Muchas personas son más preferidas que yo		
22	Frecuentemente siento como si mi familia me estuviera presionando		
23	Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago		
24	Frecuentemente desearía ser otra persona		
25	No soy digno de confianza		

"Año del Buen Servicio al Ciudadano"

Piura, 26 de Septiembre del 2017

SEÑOR:

Victor Javier Quinde Gómez

Director de la Institución Educativa José Antonio Encinas Loma Negra- La Arena

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarlo, y al mismo tiempo solicitarle me permita realizar mi proyecto de investigación en su prestigiosa I.E "José Antonio Encinas Loma Negra- La Arena".

Yo, Kiara Stephany Pasache Ubillús, identificada con DNI N° 75653353, con código universitario N° 0823141013, alumna del octavo ciclo de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Católica Los ángeles de Chimbote; ante Usted con el debido respeto me presento y expongo:

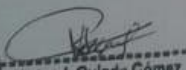
Que, siendo requisito necesario para poder egresar de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote – Piura, así mismo poder obtener la licenciatura en la carrera Profesional de Psicología, es imprescindible realizar mi Proyecto de Investigación en una Institución Educativa; por tal motivo acudo a su prestigiosa I.E para solicitarle me permita realizar mi proyecto de investigación de alto nivel titulado: "NIVEL DE AUTOESTIMA EN EL PERSONAL DE LA I.E JOSÉ ANTONIO ENCINAS LOMA NEGRA, LA ARENA – PIURA 2017" cuyo objetivo es determinar el nivel de autoestima en el personal de la I.E José Antonio Encinas Loma Negra; en la etapa de aplicación, solicitando una vez más las facilidades del caso.

Por lo expuesto:

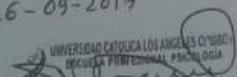
A Ud. Ruego tenga a bien acceder a mi solicitud.


Atentamente




Victor J. Quinde Gómez
DIRECTOR
I.E. "JOSÉ ANTONIO ENCINAS"
LOMA NEGRA - LA ARENA
0 2771803

Recibido 26-09-2017
10-47 a


UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
Ig. Ps. Susana Velásquez Terrocho
COORDINADORA ACADÉMICA


Pasache Ubillús Kiara Stephany
DNI N° 75653353
Cód. N° 0823141013