



ENTRE EL AUTOCONOCIMIENTO Y LA AUTOESTIMA: EXPLORANDO EL PROGRAMA **'SÚBETE A MI AUTO'** EN EL ÁMBITO UNIVERSITARIO.

Madrid-Gomez, Karina Eddmy

Arias-Huánuco, Jesús Mery

Zevallos-Parave, Ysabel

Camposano-Córdova, Alvaro Ignacio

Yaulilahua-Huacho, Maximiliano

Entre el Autoconocimiento y la Autoestima: Explorando el Programa 'Súbete a mi Auto' en el ámbito Universitario

Autor/es:

Madrid-Gomez, Karina Eddmy

Arias-Huánuco, Jesús Mery

Zevallos-Parave, Ysabel

Camposano-Córdova, Alvaro Ignacio

Yaulilahua-Huacho, Maximiliano

© **Publicaciones Editorial Grupo AEA Santo Domingo – Ecuador**

Publicado en: <https://www.editorialgrupo-aea.com/>

Contacto: +593 983652447; +593 985244607 **Email:** info@editorialgrupo-aea.com

Título del libro:

Entre el Autoconocimiento y la Autoestima: Explorando el Programa “Súbete a mi Auto” en el ámbito Universitario.

© Madrid Gomez Karina Eddmy, Arias Huánuco Jesús Mery, Zevallos Parave Ysabel, Camposano Córdoba Alvaro Ignacio, Yaulilahua Huacho Maximiliano.

Libro Producto de Investigación Científica

© Noviembre, 2023

Libro Digital, Primera Edición, 2023

Editado, Diseñado, Diagramado y Publicado por Comité Editorial del Grupo AEA, Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador, 2023

ISBN: 978-9942-651-10-5



<https://doi.org/10.55813/egaea.l.2022.54>

Como citar: Madrid Gomez, K. E., Arias Huánuco, J. M., Zevallos Parave, Y., Camposano Córdoba, A. I., Yaulilahua Huacho, M. (2023). Entre el Autoconocimiento y la Autoestima: Explorando el Programa “Súbete a mi Auto” en el ámbito Universitario. Primera edición. Editorial Grupo AEA. Ecuador. <https://doi.org/10.55813/egaea.l.2022.54>

Palabras Clave: Palabras Clave: Autoestima, Auto concepto, Autoimagen, Auto esfuerzo, Auto eficacia.

Cada uno de los textos de Editorial Grupo AEA han sido sometido a un proceso de evaluación por pares doble ciego externos (double-blindpaperreview) con base en la normativa del editorial.

Revisores:



Lic. Ramiro Andrés
Andino Jaramillo, PhD

Universidad Abierta Interamericana
Unidad Educativa Vivian Luzuriaga Vásquez



PhD (c) Santander
Salmon Erika Stephania,
Mgs.

Universidad Católica Andres Bello-Venezuela
Universidad Técnica Luis Vargas Torres de
Esmeraldas-Ecuador



Los libros publicados por “**Editorial Grupo AEA**” cuentan con varias indexaciones y repositorios internacionales lo que respalda la calidad de las obras. Lo puede revisar en los siguientes apartados:



Editorial Grupo AEA

-  <http://www.editorialgrupo-aea.com>
-  Editorial Grupo AeA
-  editorialgrupoea
-  Editorial Grupo AEA

Aviso Legal:

La información presentada, así como el contenido, fotografías, gráficos, cuadros, tablas y referencias de este manuscrito es de exclusiva responsabilidad del/los autor/es y no necesariamente reflejan el pensamiento de la Editorial Grupo AEA.

Derechos de autor ©

Este documento se publica bajo los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0).



El “copyright” y todos los derechos de propiedad intelectual y/o industrial sobre el contenido de esta edición son propiedad de la Editorial Grupo AEA y sus Autores. Se prohíbe rigurosamente, bajo las sanciones en las leyes, la producción o almacenamiento total y/o parcial de esta obra, ni su tratamiento informático de la presente publicación, incluyendo el diseño de la portada, así como la transmisión de la misma de ninguna forma o por cualquier medio, tanto si es electrónico, como químico, mecánico, óptico, de grabación o bien de fotocopia, sin la autorización de los titulares del copyright, salvo cuando se realice confines académicos o científicos y estrictamente no comerciales y gratuitos, debiendo citar en todo caso a la editorial. Las opiniones expresadas en los capítulos son responsabilidad de los autores.

RESEÑA DE AUTORES



Madrid Gómez Karina Eddmy



Universidad Nacional de Huancavelica



karina.madrid@unh.edu.pe



<https://orcid.org/0000-0002-1831-736X>



Licenciada en Educación y Psicóloga Magister en ciencias de la educación. Mención: Investigación y Docencia Superior, de la Universidad Nacional de Huancavelica. Con experiencia de muchos años como docente en Educación Básica. Soy una persona proactiva y carismática, formada con valores con visión de superación personal y académica. actualmente trabaja como docente en la Universidad Nacional de Huancavelica.



Arias Huánuco Jesús Mery



Universidad Nacional de Huancavelica



jesus.arias@unh.edu.pe



<https://orcid.org/0000-0002-3167-1136>



Docente universitaria, de la especialidad de Educación Inicial, experiencia en las cátedras de Estimulación Temprana, Psicomotricidad, Metodología de la Investigación, Ex decana de la Facultad de Ciencias de la Educación, Directora de la Escuela Profesional de Educación Inicial e Intercultural Bilingüe. Con grado de doctor, con una segunda especialidad en TIC.

AUTORES

RESEÑA DE AUTORES



Zevallos Parave Ysabel



Universidad Nacional de Educación
"Enrique Guzmán y Valle"



yzevallos@une.edu.pe



<https://orcid.org/0000-0001-5528-9196>



Licenciada en Educación con mención en Biología y Química, Magister en Ciencias de la Educación, con mención en Biología, por Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle; Doctora en Ciencias de la Educación. Amplia experiencia como docente de educación superior universitaria y en gestión universitaria, experta en sistemas de gestión de la calidad; actualmente me desempeño como Vicerrectora Académica de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Considero que el trabajo en equipo y la comunicación transparente son la clave para el éxito en la gestión, comparto mi actitud positiva con mis colaboradores para tener éxito con los objetivos planteados.



Camposano Córdova Alvaro Ignacio



Universidad Nacional de Huancavelica



alvaro.camposano@unh.edu.pe



<https://orcid.org/0000-0001-8215-3438>



Licenciado en Educación, titulado en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, de Cerro de Pasco; con grado de Magíster en Didáctica Universitaria, otorgado por la Universidad Nacional del Centro del Perú, de Huancayo; con grado de Doctor en Educación, otorgado por la Universidad Nacional Federico Villarreal de Lima. Con treinta años de docencia universitaria; actualmente, en la Universidad Nacional de Huancavelica, con ejercicio, en diferentes periodos, en los siguientes cargos: Jefe de la Unidad de Asuntos Académicos, Dirección de la Oficina de Imagen Institucional, Jefe del Departamento Académico de Ciencias y Humanidades, Director de la Escuela Profesional de Educación Secundaria, miembro del Proceso de Enseñanza-Aprendizaje, con fines de Certificación ISO 21001 de la Facultad de Ciencias de la Educación.

RESEÑA DE AUTORES

AUTORES



Yaulilahua Huacho Maximiliano



Universidad Nacional de Huancavelica



2021818173@unh.edu.pe



<https://orcid.org/0000-0002-7064-0375>



Licenciado en Administración, maestría en gestión pública con 5 años de experiencia en Geología Minera e Inspectorate Service Perú Bureao Veritas. Así mismo con diplomado en Derecho Laboral y Gestión Humana, he fortalecido mis conocimientos con estudios en Seguridad y Salud Ocupacional, Metodología e Investigación Científica y Sistemas Integrados de Gestión.

Índice

Reseña de Autores.....	VI
Índice.....	X
Índice de Tablas	XIII
Índice de Figuras.....	XIII
Introducción.....	XIV
Capítulo I: El problema, su importancia y marco teórico.....	1
1.1. Objetivos de la investigación	5
1.1.1. Objetivo general	5
1.1.2. Objetivos específicos.....	5
1.2. Formulación de Hipótesis.....	5
1.2.1. Hipótesis General.....	5
1.2.1.1. Hipótesis Específicos.....	5
1.3. Marco teórico	6
1.3.1. Programa “Súbete a mi auto”.....	7
1.3.1.1. Definición del programa “Súbete a mi auto”	8
1.3.1.2. Estructura metodológica del programa “Súbete a mi auto”	8
1.3.1.3. Enfoque del programa “Súbete a mi auto”	8
1.3.2. Autoestima.....	11
1.3.2.1. Niveles de la autoestima.....	16
1.3.2.2. Autoestima.....	18
1.3.2.3. Componentes de la autoestima.....	18
1.3.2.4. Características de la autoestima.....	20
1.3.3. Términos.....	24
Capítulo II: Metodología.....	27
2.1. Tipo de investigación.....	29
2.2. Método de investigación	29

2.2.1. Método general	29
2.2.2. Método específico	29
2.3. Diseño de investigación	29
2.4. Población, muestra y muestreo	30
2.4.1. Población.....	30
2.4.2. Muestra.....	30
2.4.3. Muestreo.....	31
2.5. Identificación de Variables	31
2.5.1. Definición Operativa de Variables.....	31
2.5.2. Definición Operativa de los Indicadores	31
2.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	32
2.6.1. Técnicas	32
2.6.2. Instrumentos.....	32
2.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	34
2.8. Descripción de la prueba de hipótesis	36
Capítulo III: Análisis de resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones.	37
3.1. Presentación e interpretación de datos.....	39
3.1.1. Resultados Descriptivos en el pre test	40
3.1.2. Resultados Descriptivos en el post test.....	43
3.2. Discusión de Resultados.....	46
3.2.1. Resultados Inferenciales	46
3.3. Proceso de Prueba de Hipótesis	48
3.3.1. Prueba de la Equivalencia Inicial de los Grupos.....	48
3.3.2. Prueba de la Equivalencia Final de los Grupos	50
3.3.3. Prueba de Hipótesis en el post test Dimensiones	51
3.3.3.1. Prueba de Hipótesis para la Dimensión General de la Autoestima.....	51

3.3.3.2. Prueba de Hipótesis para la Dimensión Social de la Autoestima	52
3.3.3.3. Prueba de Hipótesis para la Dimensión Hogar y Padres de la Autoestima.....	53
3.3.3.4. Prueba de Hipótesis para la Dimensión Escolar Académica de la Autoestima.....	53
3.3.4. Prueba post hoc del Efecto de la Variable Independiente	54
3.4. Discusión.....	56
3.5. Conclusiones	57
3.6. Recomendaciones.....	57
Referencias Bibliográficas.....	61

Índice de Tablas

Tabla 1 <i>Estadísticas de las Pruebas de Hipótesis según dimensiones en el post test</i>	51
Tabla 2 <i>Estadísticas del Efecto de la Variable Independiente</i>	54

Índice de Figuras

Figura 1 <i>Diagrama de Autoestima total en el pretest y postest</i>	40
Figura 2 <i>Diagrama de la Autoestima general en el pre test y postest</i>	40
Figura 3 <i>Diagrama de la Autoestima social en el pre test y postest</i>	41
Figura 4 <i>Diagrama de la Autoestima Hogar y Padres en el pre test</i>	42
Figura 5 <i>Diagrama de la Autoestima Escolar Académica en el pretest y postest</i>	42
Figura 6 <i>Diagrama de la Autoestima total Académica en el post test</i>	43
Figura 7 <i>Diagrama de la Autoestima General en el post test.</i>	44
Figura 8 <i>Diagrama de la Autoestima Social en el post test.</i>	44
Figura 9 <i>Diagrama de la Autoestima Hogar y Padres en el post test</i>	45
Figura 10 <i>Diagrama de la Autoestima Escolar Académica en el post test.</i>	46
Figura 11 <i>Estadísticas descriptivas en el pre test.</i>	46
Figura 12 <i>Diagrama de cajas en el pre test.</i>	46
Figura 13 <i>Estadísticas descriptivas en el post test.</i>	47
Figura 14 <i>Diagrama de cajas en el post test</i>	47
Figura 15 <i>Diagrama de la Distribución “t”</i>	50
Figura 16 <i>Diagrama de la Distribución “t”</i>	51
Figura 17 <i>Diagrama del poder estadístico versus tamaño de la muestra</i>	54

Introducción

El presente libro de investigación tuvo como objetivo determinar la influencia del Programa “Súbete a mi Auto” en la autoestima en los estudiantes universitarios. El libro presenta la siguiente estructura:

Capítulo I, trata sobre el problema de investigación, en donde se visualiza el planteamiento del problema compuestos por: la descripción del problema, formulación del problema, objetivos de investigación y la justificación.

Capítulo II, se menciona el marco teórico conceptual de la investigación, donde se muestra los antecedentes, la información teórica importante sobre las variables y el ámbito de estudio; es decir sobre los estudiantes universitarios de la escuela profesional de ingeniería civil Lircay, la hipótesis, definición de términos utilizados en la investigación y definición operativa de variables e indicadores.

Capítulo III, trata sobre la metodología de investigación tales como: el tipo y nivel de investigación, método y diseño de investigación, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos y técnicas de procesamiento y análisis de datos.

Capítulo IV, trata sobre los resultados; donde se detalla la presentación e interpretación de datos como son los resultados descriptivos en el pre test y resultados descriptivos en el post test, discusión de resultados y procesos de prueba de hipótesis.

Culminando con las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas según el estilo APA del trabajo de investigación.

Los autores.

01

CAPITULO

El problema, su importancia y
marco teórico



El problema, su importancia y marco teórico

La sociedad actual, abordar el concepto de autoestima se ha vuelto de suma relevancia para todos, ya que juega un papel fundamental en el crecimiento personal y profesional. La autoestima se relaciona estrechamente con la actitud que una persona tiene hacia sí misma, manifestando su nivel de confianza en sus capacidades, productividad, importancia y valía. En este sentido, la autoestima se manifiesta a través de las actitudes y percepciones individuales hacia uno mismo, y se traduce en un juicio personal sobre la propia valía y dignidad. Así mismo (Alcántara J., 2005) La autoestima, además, puede ser descrita como la manera constante en que una persona piensa, siente, ama y se comporta consigo misma. Es una disposición arraigada que determina cómo nos relacionamos continuamente con nuestro propio ser.

La sociedad contemporánea, los desafíos relacionados con la autoestima representan una preocupación significativa, dado que tienen un impacto perjudicial en la salud de los individuos y su entorno social. Uno de los desafíos más prominentes en este contexto es que las personas que experimentan problemas de autoestima a menudo no son conscientes de ello, atribuyendo sus dificultades a factores externos, prejuicios, mala fortuna o la influencia de terceras personas. Esta falta de reconocimiento y atribución errónea hace que la baja autoestima persista sin ser abordada adecuadamente. Por lo tanto, es fundamental analizar los principales problemas y las causas subyacentes de la autoestima en la sociedad actual (Vasquez, 2018).

En el conferencista colombiano Honorald Vahos, citado en "La República", un informe revela que la baja autoestima en los jóvenes peruanos los lleva a cometer errores y a involucrarse en actividades delictivas. (Nizama, 2014). La formación de los jóvenes y adolescentes en el hogar influye en si se convertirán en emprendedores o si adoptarán una mentalidad más conformista. Sin embargo, en el sistema actual, los padres a menudo carecen del tiempo necesario para compartir momentos significativos con sus hijos. Esto conduce a que los jóvenes se desenvuelvan sin una guía sólida y, a veces, se relacionen con compañeros que no son los más adecuados, lo que puede exponerlos a

influencias negativas, como la delincuencia. Por esta razón, es crucial que el Estado tome medidas directas para apoyar a los jóvenes, ya que su bienestar tiene un impacto profundo en la sociedad en su conjunto. Si los jóvenes enfrentan dificultades, la sociedad en general se resiente, pero si prosperan, todos nos beneficiamos (Nizama, 2014).

En vista de esta problemática, tanto el Gobierno Central como los gobiernos regionales tienen una responsabilidad significativa. Deben dirigir sus esfuerzos hacia la juventud, brindando información que fomente el desarrollo del amor propio y la formación de una mentalidad independiente en los jóvenes y adolescentes (Nizama, 2014).

Es esencial considerar que la base de la autoestima se desarrolla en la infancia, se consolida en la adolescencia y, a lo largo de la vida, se fortalece de manera independiente. Por lo tanto, la influencia de la familia desempeña un papel crucial. Los padres y otros miembros de la familia proporcionan pautas de comportamiento, valores filosóficos y conocimientos prácticos que ayudan a la persona a establecer su escala de valores, metas, ideales y modelos, siendo estos elementos fundamentales para una autoestima saludable y sólida.

En la actualidad, la autoestima desempeña un papel de gran relevancia en la vida cotidiana de todas las personas, particularmente en estudiantes universitarios, Huancavelica. En este proceso, enfrentarán desafíos que podrían llevar al fracaso si carecen de una autoestima sólida.

La autoestima se considera como un elemento esencial en la formación de la personalidad de un individuo. Sin embargo, cuando se ve afectada por factores negativos, esto puede generar dificultades en su comportamiento, que se reflejan en sus interacciones sociales, tanto en la escuela, la familia como en su grupo de amigos. Para abordar este problema, surge la necesidad de implementar el programa "Súbete a mi Auto", que tiene como objetivo prevenir y elevar la autoestima de los estudiantes. Esto contribuiría a formar individuos capaces de brindar un servicio de calidad a la sociedad y, al mismo tiempo, reduciría el riesgo de involucrarse en actividades delictivas que a menudo están relacionadas con la baja autoestima.

1.1. Objetivos de la investigación

1.1.1. Objetivo general

Determinar la influencia del Programa “Súbete a mi Auto” en la autoestima en los estudiantes universitarios.

1.1.2. Objetivos específicos

- Determinar la influencia del Programa “Súbete a mi Auto” en la dimensión autoestima general de los estudiantes universitarios.
- Determinar la influencia del Programa “Súbete a mi Auto” en la dimensión autoestima social de los estudiantes universitarios.
- Determinar la influencia del Programa “Súbete a mi Auto” en la dimensión autoestima hogar y padres de los estudiantes universitarios.
- Determinar la influencia del Programa “Súbete a mi Auto” en la dimensión autoestima escolar académica en los estudiantes universitarios.

1.2. Formulación de Hipótesis

1.2.1. Hipótesis General

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en autoestima en los estudiantes universitarios.

1.2.1.1. Hipótesis Específicos

- El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima general de los estudiantes universitarios.
- El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima social de los estudiantes universitarios.
- El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima hogar y padres de los estudiantes universitarios.
- El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima escolar académica en los estudiantes universitarios.

1.3. Marco teórico

El programa se diseñó con el propósito de llevar a cabo actividades vivenciales orientadas a mejorar la autoestima de los estudiantes. La necesidad de esta intervención se fundamenta en los resultados negativos obtenidos de una evaluación previa de las habilidades sociales y la autoestima de los estudiantes, según lo señalado por (Cervera, 2016) Además, es esencial que el perfil del estudiante considere la autoestima como un componente fundamental de su autoimagen y desarrollo profesional. Por lo tanto, este programa tiene como objetivo contribuir al crecimiento y fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes, al mismo tiempo que fomenta el desarrollo de habilidades que refuercen su autoconcepto y su bienestar personal y académico.

En el ámbito social, el libro de investigación trata plenamente debido a la preocupante falta de autoestima entre los estudiantes en nuestra sociedad actual, que se encuentra caracterizada por un aumento de la violencia y problemas sociales. En este contexto, se ha observado una disminución en el amor propio entre los estudiantes, lo que ha generado cambios en varios aspectos de sus vidas. Por esta razón, se considera esencial crear ambientes positivos y acogedores que promuevan la armonía y el amor propio entre los estudiantes, lo que a su vez fomentaría relaciones basadas en la confianza y el respeto mutuo. Esto contribuiría a prevenir que diversos factores relacionados con el desarrollo y el entorno sociocultural tengan un impacto negativo en ellos. Al centrarse en las necesidades, inquietudes y deseos de los estudiantes, esta investigación tiene como objetivo formar individuos integrales, con un sentido de comunidad y apoyo mutuo. Por lo tanto, esta propuesta de investigación es relevante, porque desarrolla habilidades para el amor propio y el amor hacia los demás.

Teóricamente el libro de investigación trata sobre el conocimiento que tenía carencias en relación a la autoestima de los estudiantes. En el aspecto teórico, el programa "Súbete a mi Auto" se basa en una variedad de enfoques teóricos que contribuyen a la mejora de la autoestima. Además, incorpora enfoques socio humanistas, conductuales y psicoanalíticos, lo que permite a los estudiantes

practicar nuevas estrategias para abordar sus problemas personales y mejorar su relación consigo mismos.

El estudio es altamente relevante, ya que se basó en un enfoque psicoeducativo dirigido a los estudiantes de la Escuela de Suboficiales de la Policía Nacional del Perú en Huancavelica. Este enfoque psicoeducativo permitió seleccionar un marco teórico adecuado para aplicar un enfoque científico que les brindaría a los estudiantes la información necesaria para abordar y modificar la variable dependiente en estudio.

1.3.1. Programa “Súbete a mi auto”

Aubrey, (1982) citado por (Huaman & Gonzalez, 2016), Estos autores abordan la noción de programa, pero no existe una definición única, al contrario, tenemos una pluralidad de conceptos con elementos comunes. En términos generales, definen el programa como un plan o sistema dentro del cual se dirige una acción hacia el logro de un objetivo.

Desde un enfoque similar, Riart (1996) citado por (Huaman & Gonzalez, 2016), Se entiende que el programa es la planificación y ejecución en periodos determinados de contenido, apuntando a alcanzar objetivos establecidos en función de las necesidades de personas, grupos o instituciones inmersas en un contexto espacio-temporal específico.

En el ámbito de la enseñanza, Morrill (1990) citado por (Huaman & Gonzalez, 2016), el programa es una experiencia de aprendizaje planificada y estructurada diseñada para satisfacer las necesidades de los estudiantes.

Desde un enfoque más centrado en la orientación, para Rodríguez (1999) citado por (Huaman & Gonzalez, 2016), Un programa fue una herramienta rectora de principios que contiene en su estructura elementos significativos que orientan la concepción del hombre que queremos formar. Desde una perspectiva de orientación, los programas son acciones sistemáticas, cuidadosamente planificadas y orientadas a objetivos en respuesta a las necesidades de los estudiantes.

Las definiciones anteriores aportan elementos significativos a partir de los cuales se construyó el programa, considerando los aportes de cada autor y el tema de

la autoestima con los componentes de autoconcepto, autoimagen, auto fortalecimiento y efectividad personal.

1.3.1.1. Definición del programa “Súbete a mi auto”

Tomando en cuenta definiciones anteriores del concepto del programa, el programa “Súbete a mi auto” se definió como una herramienta orientadora de principios que contenía en su estructura elementos significativos que orientan la ejecución de actividades relacionadas con la autoestima en un contexto sistemático. y preciso. planificada, orientada al logro de los resultados deseados teniendo en cuenta los siguientes componentes: autoconcepto, autoimagen, auto fortalecimiento y autoeficacia.

1.3.1.2. Estructura metodológica del programa “Súbete a mi auto”

El programa ha tomado en cuenta la secuencia metodológica de Carrió (1991) citado por (Huaman & Gonzalez, 2016):

- a) Presentación: apartado para presentar el contenido general del programa.
- b) Objetivos:
- c) Contenido: apartado para establecer objetivos en función de la materia.
- d) Secuencia metodológica: son las estrategias constantes que tiene en cuenta el desarrollo del programa.
- e) Sesiones de Estrategia: Consiste en la realización de tres procesos (orientación, desarrollo de la sesión y cierre de la sesión).
- f) Evaluación: se realiza una evaluación para verificar la efectividad del programa.

1.3.1.3. Enfoque del programa “Súbete a mi auto”

Teoría del psicoanálisis. Sigmund Freud destaca la notable influencia de las experiencias de la primera infancia y de las motivaciones inconscientes en la conducta. En su teoría, desarrolló una estructura fundamental de la personalidad: el ello aspira al placer, el superyó aspira a la perfección, el yo aspira a la realidad. Aunque la función del ego es expresar y satisfacer los deseos del ello de acuerdo con la realidad y las demandas del superyó, el ego

debe desarrollar sus habilidades perceptivas y cognitivas para poder actuar de acuerdo con la realidad. (Espinoza, 2015).

La autoestima en la Teoría sociocultural (Rodríguez & Fernández, 1997), La mente se desarrolla en el proceso social, a través de la experiencia individual internalizada. En esta perspectiva sociocultural, la unidad fundamental de análisis ya no es el individuo y sus propiedades, sino “la actividad sociocultural y sus procesos, porque involucran la participación activa de personas socialmente establecidas”.

La autoestima en la Teoría Humanista. (Aréstegui, 2007), citando a Maslow

la perspectiva humanista considera a las personas capaces de tomar el control de sus vidas y estimular su desarrollo. Esta teoría destaca la necesidad innata de cada individuo de autorrealización; Es decir, el pleno desarrollo de las propias capacidades que sólo pueden satisfacerse una vez satisfechas las necesidades básicas.

El programa siguió el enfoque de Coopersmith y construyó la autoestima según cuatro factores, cuatro características, cuatro dominios y tres tipos de niveles. Para Coopersmith citado (Espinoza, 2015), referente a los factores que fortifican la autoestima son:

- a) El primer factor, orientado al tipo de trato que cada niño da y/o recibe de seres significativos para su mundo emocional, de modo que la medida en que percibe caricias positivas influye directamente en el desarrollo de la autoestima. Siéntete bien contigo mismo y también con los demás.
- b) El segundo factor, orientado al éxito, al estatus y al lugar que ocupa la persona en su contexto emocional; El tercero serán los planes de vida, sumado a los valores de cada sujeto y la motivación para alcanzar los objetivos y alcanzarlos, y el cuarto factor es la visión autoevaluativa que la persona tiene de sí misma. En cuanto a las características de la estructura de construcción de la autoestima según Coopersmith, son: la primera, se basa en una práctica experiencial estable en el tiempo y proclive a producir cambios que produzcan madurez personal, generando nuevas experiencias en el ámbito emocional. de la vida del individuo. sujeto. El segundo subraya que la autoestima puede modelarse a partir

de variables intervinientes como: el género, la edad cronológica del sujeto y los roles que desempeñan las personas en función de su desempeño sexual.

- c) El tercer factor se refiere a la individualidad misma ligada a las vivencias del sujeto; y el cuarto se dirige hacia el nivel de autoconciencia y este se expresa mediante indicadores observables como: tono de voz, lenguaje, postura, etc. Coopersmith 1981, citado en (Espinoza, 2015).

Cuando se trata de dominios, Coopersmith enumera cuatro: Auto, Escuela, Hogar y Social. Rompiendo esta delimitación, la autoestima en el ámbito personal implica la autoevaluación que el sujeto hace de sí mismo según su silueta, sus cualidades, sus habilidades, su autocrítica, todo lo cual se traduce en actitudes personales. El campo de actividad académica hace que el sujeto sea consciente de su desempeño educativo, demostrado por su capacidad de reproducir y generar juicio a nivel personal sobre este campo.

El espacio doméstico enfatiza cómo los sujetos interactúan dentro del hogar, sugiriendo las posibilidades que sus acciones pueden desencadenar. Finalmente, el dominio social corresponde a la autoevaluación de cada persona a partir de las relaciones interpersonales y sociales, centrada en el potencial personal, que también se expresa a través de juicios sobre uno mismo. (Espinoza, 2015)

Cada elemento o dominio de la autoestima produce una puntuación diferente del valor total cubierto por escalas que hacen referencia a diferentes dominios, conduciendo a un mismo objetivo llamado autoestima, donde se crea el autoconcepto. Las personas con alta o baja autoestima exhiben ciertas características que se manifiestan en sus interacciones con sus pares. (Coopersmith 1981, citado en (Espinoza, 2015). Por otro lado, para Coopersmith (1981, citado en Espinoza, 2015), Existen tres niveles de autoestima, alta, media y baja, que surgen cuando los individuos viven situaciones similares, pero cada uno reacciona de manera diferente debido a su diferente visión de su futuro, sus procesos emocionales y su vida. a ellos. Exactamente lo mismo.

Los individuos con un nivel de autoestima alto, para Coopersmith (1981, citado en Espinoza, 2015) Son emocionales, comunicativos, exitosos en diversos

ámbitos de la vida, lideran grupos, participan en situaciones de su comunidad e incluso asumen responsabilidad cívica. Su infancia transcurrió sin pérdidas emocionales, por lo que no presentaron ninguna perturbación emocional que caracterizara su vida. Asimismo, creen y confían en sus capacidades, aceptan y toleran sus debilidades, son pacientes y se esfuerzan por lograr todos los resultados, tienen altas expectativas para su futuro y son amados por quienes los rodean.

Los individuos con un nivel de autoestima medio, según Coopersmith (1981, citado en Espinoza, 2015), En cierto modo se parecían a personas con alta autoestima, pero en algunos casos mostraban comportamientos inapropiados que revelaban problemas de autoestima. Sus comportamientos muchas veces eran adecuados, eran persistentes, entusiastas y capaces de reconocer sus propios fallos, pero demostraban falta de confianza en sí mismos a la hora de actuar o tomar decisiones en diferentes ámbitos de sus vidas, demostrando muchas veces dependencia de sus compañeros. aceptación del entorno. . Por otro lado, son cuidadosos a la hora de competir, crear opiniones, crear comunicación con los demás y proyectar sus metas, y son muy cercanos a individuos con alta autoestima.

Los individuos con un nivel de autoestima bajo, planteado por Coopersmith (1981, citado en Espinoza, 2015), Los identifica como sujetos individuales, deprimidos, desanimados, con baja capacidad para afrontar situaciones desagradables, sensibilidad y miedo a las críticas de los demás. También tienen conflictos intrapersonales e interpersonales, no pueden reconocer sus propias cualidades y se centran constantemente en el trabajo de los demás o devalúan sus propios productos o trabajo.

Es considerable recalcar que Coopersmith, citado en (Espinoza, 2015) indica que los niveles mostrados pueden variar según indicadores emocionales, conductas previas o estímulos previos y también por razones de los propios sujetos.

1.3.2.Autoestima

Montoya (2004, citado en Espinoza, 2015) “La estima que el individuo tiende a valorar y mantener en relación consigo mismo, expresa una actitud de acuerdo

o desacuerdo, e indica el grado en que el individuo cree que es competente, importante, exitoso y valioso (p.16).

La parte amorosa y parte de nuestro yo interior debemos conocernos a nosotros mismos, además de utilizarlo, poder sentir, comprender el nivel de bienestar en nuestra persona. (Rodríguez, Pellicer, & Domínguez, 2002), afirman: Sobre las características de una persona con alta autoestima. Se dice que cuando una persona tiene una alta autoestima, puede vivir, compartir e invitar a la comprensión, la plenitud, la pureza, el compromiso y el amor; Se siente una persona muy importante, tiene confianza en sus propias habilidades y destrezas, tiene confianza en sus decisiones y se considerará su mejor talento. Irradia confianza y se identifica aceptándose como un ser humano importante. Respecto a la baja autoestima, podemos decir que muchas personas que viven con baja autoestima acaban pensando que no les importa nada o muy poco. Las personas que tienen baja autoestima muchas veces esperan ser engañadas, humilladas, menospreciadas por otras personas que pueden tener un carácter fuerte y como anticipan constantemente el mal, terminan atrayéndolo y eventualmente les llega simplemente con imaginarlo. (p. 24-25).

En la intervención de este autor se destaca que la autoestima es importante y existe en todo ser humano. Considerando dos posibles condiciones de expresión: alta o baja autoestima, podemos concluir que el concepto de alta se relaciona con lo positivo y de baja con lo negativo. (Yagosesky, 1998), nos manifiesta que: “La autoestima humana interna refleja los procesos de aprendizaje desarrollados a lo largo de nuestra vida, y su promoción requiere primero una decisión deliberada de actuar, seguida de un profundo compromiso con ese objetivo”. (p. 204). Básicamente, significa que necesitas aprender a vivir conscientemente. Por otro lado (Eagly, 2005), define la autoestima como:

La autoevaluación es un proceso positivo en el desarrollo de la identidad; Nuestro conocimiento de ellos, incluyendo su valoración emocional, su papel en las experiencias comunicativas de sus vidas, sus familias, los sentimientos que sienten apropiados y valorados, se orienta al desarrollo de un autoconcepto positivo junto con su autoafirmación. (p. 03).

Un aspecto importante de nuestra personalidad, el poder que adquirimos al desarrollar identidad y adaptabilidad en nuestra sociedad actual, es lo que comúnmente llamamos autoestima; Esto significa que nos referimos al grado en que las personas tienen sentimientos y actitudes positivas o negativas sobre sí mismas y su propio valor en la sociedad. Cuando hablamos de autoestima podemos encontrar diferentes conceptos que nos muestran diferentes visiones y análisis de todo el proceso psicológico involucrado. Propondremos una serie de definiciones de autoestima que corresponden a las orientaciones psicológicas y pedagógicas de diferentes autores, comenzando por (Tarazona, 2014) afirma:

La palabra (autoestima) consta de dos términos: el primero es (auto) y el segundo es (estima). El término "yo" proviene del griego y significa "autos", que se refiere a un adjetivo y/o pronombre personal que significa "yo". Y por último, el término "estima", que proviene del latín (estimare) y hace referencia a un sustantivo y/o verbo que significa "amarse unos a otros". (p. 9).

El autor hace referencia al origen de la palabra autoestima y podemos apreciar la clara conexión entre los dos términos que la componen, llegando así a una comprensión de cómo amarse a uno mismo. De hecho, el autor nos hizo entender que la autoestima es amar a tu "yo" interior con todas sus fortalezas y debilidades. De cualquier forma, (Alcántara J. , 1993) afirma:

La autoestima de una persona es cómo se siente consigo misma y se considera el nivel a partir del cual empezamos a aprender. Intentar explicarlo como un concepto significa aceptar algunos supuestos psicológicos, respetando otros modelos basados en diferentes perspectivas y valores. (p. 17).

El autor informa que la confianza en uno mismo es un factor importante en el desarrollo de la personalidad humana. Además, depende de si la persona tiene autoestima baja o autoestima alta, para que pueda encontrar la felicidad en su entorno social y en otros aspectos de su vida. También (Barrera, 2012) nos puede afirmar: La autoestima en sí misma es un factor importante en la salud mental de una persona y tiene un gran impacto en sus pensamientos, sentimientos, valores y objetivos y permanece en la forma en que una persona se comporta en el entorno social en el desarrollo de su personalidad y esto se refleja en su perspectiva positiva. (p. 20).

Un buen estado de ánimo mental es una salud mental estable que se refleja en nuestros comportamientos y relaciones, ya que afecta a nuestros pensamientos, al control de nuestras emociones y, sobre todo, a la forma en que percibimos determinados acontecimientos. infeliz. o momentos difíciles, como la pérdida de un ser querido, una enfermedad, un momento de tragedia y otros acontecimientos que podrían perjudicarnos. por otro lado, sentirse bien con nuestros pensamientos es una salud mental duradera que se manifiesta en nuestro comportamiento y actitud, afecta nuestros pensamientos, gestiona nuestras emociones y, sobre todo, lidia con determinados acontecimientos desafortunados. o momentos difíciles como la pérdida de un ser querido, enfermedad, duelo y otros acontecimientos que nos perturban. Por otro lado (Muñoz, 2002) nos refiere: El término autoestima representa la forma de amarse a uno mismo. Significa respetarse, amarse y confiar en uno mismo, significa amarse, amarse y tener la seguridad de que podremos lograr lo que nos propongamos en nuestra vida. Por el contrario, si hay casos en los que una persona tiene una autoestima alta o no, significa todo lo contrario: por ejemplo, una persona se verá a sí misma como culpable, vulnerable, indefensa y temerosa de la vida y los peligros que la acompañan. En definitiva, mostrarían signos de insatisfacción, dependerían de otras personas y no tendrían el impulso necesario para mejorar; Por tanto, este factor es muy importante para la personalidad de cada persona. (p. 5-6).

La comparación entre personas con alta autoestima y personas con baja autoestima es muy fundamental, ya que nos permite conocer las características básicas de ambas personas y así ver la gran diferencia de autoestima entre ellas. Desarrollar una sana autoestima en nuestros hijos es fundamental por dos motivos: de ello depende su éxito en la vida y su rendimiento académico.(Haeussler & Milicic, 1995), nos manifiesta lo siguiente:

La autoestima representa un complemento completo a las opiniones que una persona tiene sobre sí misma, se refiere a lo que la persona comienza a decir sobre sí misma y sobre sí misma. Resulta que nuestra autoimagen está asociada a detalles realistas, a prácticas trascendentes que tienen en cuenta las perspectivas de lo que sucederá en el futuro. La autoestima se entiende, por

tanto, como el nivel de bienestar que tiene una persona consigo misma y, sobre todo, con su autoestima. (p.17).

También encontramos a (Furth, 2004), expresando lo siguiente: Cuando una persona es optimista acerca de su autoimagen, puede ser beneficioso para muchos logros que resulten en felicidad en su vida. También te ayuda a reconocer metas alcanzadas o frustraciones, tener confianza en las habilidades que tienes y reconocer o afrontar las críticas. Aceptan inseguridades en diferentes situaciones, enfrentan los obstáculos que se presentan y tienen la capacidad de resolver problemas de manera efectiva. (p. 17).

Cuando alguien aprende a reconocer sus logros y fracasos, estará mejor preparado para enfrentar los desafíos de la vida y, lo más importante, realizará sus acciones diarias con confianza en sus ideas y pensamientos que lo llevarán al éxito en sus actividades diarias. Al tratar sobre la teoría de la motivación, (Maslow, 2006), nos manifiesta que: “La autoestima sólo aparece si somos capaces de respetar a los demás y también a nosotros mismos, sólo podemos dar cuando nos entregamos, sólo podemos amar cuando aprendemos a amarnos a nosotros mismos”. (p. 51). De esto podemos concluir que para desarrollar la autoestima primero debemos aprender a amarnos a nosotros mismos, a amarnos, a respetarnos y sobre todo a nosotros mismos, para poder actuar de la misma manera que las demás personas.

Teniendo en cuenta todas las definiciones comentadas anteriormente por los distintos autores mencionados, nuestro presente estudio se guiará por el verdadero propósito de la autoestima de una persona, ya que nos ayuda a definir nuestra personalidad interior. La autoestima que tenemos puede influir en casi todas las actividades que realizamos. Por ejemplo, podemos decir que influye en nuestras decisiones, puede cambiar nuestras acciones, preferencias, deseos y muchas otras cuestiones que forman parte de nuestro ser e influyen en nuestra felicidad a lo largo de la vida.

La autoestima incluye varios procesos internos a través de los cuales se puede obtener la aprobación de todos los aspectos sentimentales de una persona, es decir: su imagen física de sí misma, sus capacidades, sus deficiencias, la capacidad de potenciar sus ventajas, entre otros. Si logras valorarte y sentirte

feliz tal como eres, aceptando todos los defectos y virtudes que tienes, podrás mantener tu autoestima positiva y tu adecuada autoimagen, obteniendo así una evaluación positiva de tu personalidad.

1.3.2.1. Niveles de la autoestima

No hace falta decir que nuestro nivel de autoestima cambia en determinados momentos de nuestra vida, dependiendo de los cambios de circunstancias que vivimos. Se considera normal tener momentos en los que no nos valoramos o no nos sentimos bien. Debido a estas condiciones, podemos decir que nuestra autoestima se encuentra en un nivel medio y expresa nuestra valoración global, es decir, cosas importantes que vivimos. (Alcántara J. , 1993), nos manifiesta: Nuestra autoestima es vista como una actitud, es decir, la forma tradicional en que pensamos, amamos, sentimos y nos tratamos a nosotros mismos. Representa la firme determinación con la que se puede decir que nos cuestionamos a nosotros mismos, por un lado, y, por el otro, el sistema principal en el que llegamos a ordenar nuestras experiencias de vida, que caracteriza nuestro yo interior. Es decir, nuestra autoestima se convierte en una herramienta formativa y motivadora que sostiene y da sentido a la personalidad que tenemos. (p. 17).

Las personas tienen que asimilar y reconocer los extremos de determinadas actitudes, y ser capaces de alcanzar un determinado equilibrio de forma positiva para traducirlo en una autoestima sana y conseguirlo. Más adelante, enumeraremos los diferentes niveles de autoestima que puede presentar una persona según (Alcántara J. , 1993):

a) Autoestima considerada como Alta

Se exterioriza en nosotros cuando presentamos una idea superior de nosotros mismos en relación con los demás; Resulta que fijamos precios de manera poco realista porque se considerarían demasiado optimistas. Cuando nuestra autoestima se vuelve muy alta, a menudo sentimos que somos mejores que las personas que nos rodean. Por lo tanto, nos volvemos vanidosos y arrogantes e incluso pensamos que merecemos muchos privilegios especiales. Muchas personas actúan mal sin darse cuenta de que una autoestima alta puede verse como algo negativo. Sin embargo, se puede concluir fácilmente que, si no

tenemos una autoimagen equilibrada, más adelante podemos sufrir conflictos internos en nuestras relaciones, mostrar signos de soledad y experimentar fracaso y frustración personal.

b) Autoestima considerada como Baja

Se manifiesta en nosotros cuando exhibimos características de autoestima que se consideran bajas o negativas; Las características más comúnmente observadas son que dan poco valor a sus ideas y opiniones, centrándose más en las debilidades y carencias que puedan tener, y despreciando sus propias capacidades y capacidades. Por otro lado, las personas que presentan estas características siempre creerán que los demás son superiores a ellos y que sólo ellos tendrán éxito. Casi siempre sienten un gran miedo al fracaso en las actividades que pueden realizar y si no toman medidas para superarlo corren el riesgo de no lograr buenos resultados en la escuela además de tener limitaciones en su vida diaria. día, entonces diremos que la baja autoestima se convierte en un problema con el que generamos en nosotros mismos actitudes y conductas como depresión, vulnerabilidad y ansiedad, y que al final provoca que nos sintamos incómodos emocional y físicamente.

c) Autoestima considerada como Saludable

Esta autoestima fue considerada un punto intermedio entre la alta y baja autoestima descrita anteriormente. Cuando presentamos este nivel de autoestima significa que tenemos una imagen correcta y equilibrada de nosotros mismos, significa que es nuestra opinión sobre nuestras propias capacidades y que también sabemos reconocer nuestros errores. Con esta forma equilibrada y realista de pensar sobre la autoestima conseguiremos el apoyo de los demás y los animaremos a respetarnos y valorarnos. Por otro lado, nos permitirá disfrutar de una actitud de sana autoestima que nos conducirá a una serie de beneficios y logros positivos, influirá positivamente en nuestras relaciones personales en el entorno social en el que nos encontramos, porque si Creemos que nos sentimos valiosos y muy seguros. Cuando nos beneficiamos de nosotros mismos, creamos una gran ola de positividad y la expresamos en cada una de nuestras acciones conductuales. Asimismo, nuestra capacidad de aprender y adquirir nuevas habilidades para la vida a través de una actitud abierta y continua hacia el

aprendizaje y la crítica externa es mucho mayor que la capacidad de una persona con baja autoestima.

Se consideró que una persona con buena autoestima tiene las siguientes características: está decidida a expresar sus puntos de vista y opiniones, muestra confianza en la toma de decisiones, establece fácilmente relaciones personales coherentes y sinceras y muestra actitudes realistas. Es poco probable que sus expectativas se vean afectados por los problemas que surjan, como el estrés, la frustración, la culpa, la vergüenza y otros acontecimientos aleatorios.

1.3.2.2. Autoestima

Las dimensiones son tomadas de la descripción del instrumento por parte de Prewitt- Díaz (1984) dice “El instrumento es un cuestionario de autoinforme con 58 ítems en los que el sujeto lee una declaración y luego decide si la declaración es 'como yo' o 'diferente a mí'. El inventario hace referencia a la percepción del estudiante en cuatro áreas, que llamaremos dimensiones: autoestima general, autoestima social, autoestima familiar y parental, educación académica y la escala de mentira de ocho puntos”.

- **Dimensión Autoestima General:** Corresponde al grado de aceptación con el que el individuo evalúa su comportamiento autodescrito.
- **Dimensión Autoestima Social:** Corresponde al nivel de aceptación con el que la persona valora su comportamiento descrito en relación con sus pares.
- **Dimensión Autoestima Hogar y Padres:** Esto corresponde al nivel de aceptación con el que una persona valora su comportamiento autodescriptivas hacia sus familiares más cercanos.
- **Dimensión Autoestima Escolar Académica:** Esto corresponde al nivel de aceptación con el que el individuo evalúa su comportamiento autodescrito en las relaciones con sus colegas y profesores.

1.3.2.3. Componentes de la autoestima

La autoestima se compone de tres elementos fundamentales. Un componente se define como un elemento importante que debe trabajar en armonía con el

resto de los elementos para asegurar su correcto funcionamiento. Lo mismo se aplica a la autoestima.

Estos tres componentes, a saber, percepciones, sentimientos y comportamientos, están estrechamente relacionados y cualquier falta de armonía en cualquiera de ellos puede provocar conflictos de autoestima. (Alcántara J., 1993, p. 14, 15), la autoestima tiene tres componentes: cognitivo, afectivo y conativo:

- a) El componente cognitivo. - indica una idea, una opinión, una creencia, una percepción y procesamiento de información. Por autoconcepto nos referimos a la opinión que tienes sobre tu propia personalidad y comportamiento. Entran en juego tres conceptos: autoesquema, autoconcepto y autoimagen.
- b) El componente afectivo es la valoración positiva o negativa que un sujeto tiene de sí mismo. Incluye sentimiento de lo positivo y desfavorable, es el juicio de valor sobre nuestras cualidades personales, es la reacción de nuestra sensibilidad y nuestra emocionalidad ante los valores y contrapartes.
- c) El aspecto físico o conductual se refiere a la tensión y determinación de actuar, de realizar un comportamiento consistente.

Con base en lo anterior, el componente cognitivo hace referencia a las percepciones, creencias e información que tenemos sobre nosotros mismos. Algunos componentes incluyen una autoimagen defectuosa: se trata de una percepción incorrecta de la autoimagen que resulta de malas interpretaciones.

El componente emocional es el sentimiento de lo positivo o negativo que una persona siente sobre sí misma. Aprendemos de los padres, de los profesores y de la sociedad en general, el componente conductual concierne a nuestro comportamiento. Lo que decidimos y hacemos. Los componentes incluyen relaciones dramáticas. Estas personas con baja autoestima siempre están a la defensiva, se sienten indignas de amor y por eso se involucran en relaciones siempre dramáticas.

1.3.2.4. Características de la autoestima

La autoestima que conocemos se basa en un conjunto de dimensiones fundamentales, que obedecen sólo a nosotros mismos y es por tanto nuestra responsabilidad preservarla cuidándola a diario, para lograr la mejora. Al respecto (Riso, 2012), nos hace referencia a cuatro dimensiones de la autoestima:

Se han destacado las cuatro dimensiones que, a mi juicio, son más relevantes para el valor global de la autoestima de una persona, y aunque en el ámbito práctico están relacionadas, intentaré separarlas conceptualmente por motivos didácticos para que podamos analizarlos mejor. Ellos son:

a) Autoconcepto

Se tiene en cuenta la opinión que una persona tiene sobre sí misma, lo que piensa sobre sus capacidades, sus cualidades positivas y negativas, sus valores y otros aspectos. Esta dimensión de la autoestima está en constante evolución porque depende de nuestras capacidades, de nuestra opinión sobre nuestro propio cuerpo físico y de nuestra valoración de nuestro ser como persona, las personas que nos rodean y el entorno social.

Aunque el hombre sabe innumerables cosas, se encuentra dentro de sí mismo y tiene su propio valor. La apreciación y percepción de nosotros mismos es precisamente cómo nos vemos a nosotros mismos. Al respecto (Riso, 2012), afirma:

La dimensión del autoconcepto significa lo que piensas de ti mismo, el significado que te das a ti mismo, tal como podrías pensar sobre otra persona, y como es obvio, este pensamiento cambiará en la forma en que te describas a ti mismo ante los demás. qué podrías decirte a ti mismo, qué ofreces y cómo lo haces. Quizás te refuerzas y te mimas, o te insultas y no encuentras nada bueno en tu comportamiento, o quizás te propones metas imposibles y luego te culpas por no alcanzarlas, como lo ha hecho mucha gente, aunque tú seas el que más lo siente. Cosa absurda en el mundo. En algún momento, todos somos víctimas de nuestras propias decisiones: cada uno de nosotros decide valorarnos o no, aunque casi siempre no somos conscientes del daño que esto nos causa. No

sólo debemos sobrevivir a nuestro entorno y a las luchas que enfrentamos todos los días, sino que también debemos aprender a sobrevivir a nosotros mismos. (p. 19).

Al abordar el autoconcepto se pueden abordar varios aspectos de la persona: su nivel intelectual, su estado emocional (relacionado con su autoestima) y sus acciones conductuales. Tenemos entonces aspectos de la persona que tienen áreas diferentes pero que están estrechamente relacionadas. Un caso observado es que una persona con baja autoestima tiene dificultades para llevar una vida de comportamiento autónomo e iniciativa en su entorno social.

Autoconcepto no significa tener una evaluación estática y constante, sino evolucionar constantemente y ser relativo en nuestra vida. Con el tiempo, nuestro conocimiento de nosotros mismos y nuestra autoestima cambian ya que todo lo que nos rodea tiene un impacto significativo en cómo percibimos nuestra individualidad.

b) Autoimagen

Podemos entender la autoimagen como nuestra evaluación de cómo nos encontramos. No podemos decir que se trate de una valoración basada únicamente en el aspecto visual de nuestro cuerpo físico, sino más bien de una valoración global de quiénes somos realmente, desde nuestra propia perspectiva.

Básicamente podemos entenderlo como cómo podemos percibirnos a nosotros mismos, tanto individualmente como personas que forman parte de un entorno social. La percepción que nos creamos de nosotros mismos se basa en muchos matices. Sin embargo, hoy en día se considera el factor que más influye en las personas. la gran mayoría de elementos que forman parte de nuestra autoimagen. Dentro de estos elementos podemos tener en cuenta las opiniones que recibimos de los demás. Alrededor (Riso, 2012), manifiesta:

Tenemos que comprender que existen muchas personas, con comportamientos y actitudes crueles hacia aquellas personas que no se encuentran en los modelos tradicionales, considerados como bellos, hasta llegar a una conducta extrema de poder rechazarlas. En nuestro entorno escolar, sólo basta con

prestar atención la forma en que algunos estudiantes se mofan de sus compañeros de clase, cuando presentan las siguientes características: tienen signos de sobrepeso o son considerados muy delgados, son bajitos en su estatura o son muy altos y en general de aquellos compañeros que presentan alguna desigualdad física (p. 35).

A veces prestamos demasiada atención y damos demasiada importancia a las opiniones que recibimos de los demás. Como resultado, no sólo nos devaluamos por lo que la gente dice de nosotros, sino que también perdemos autoridad y poder sobre nuestra propia personalidad. Lo que reduce la calidad de nuestra autoimagen y reduce significativamente nuestra autoestima.

Además, necesitamos ver si ahora nos encontramos en un estado ideal. En lugar de lastimarnos y sentirnos mal, debemos comprometernos a cambiar nuestra actitud, especialmente si no nos gusta ganar algunos kilos. No debemos castigarnos por ello, sino empezar a explorar cómo podemos superarlo y mejorar nuestra calidad de vida a través de una alimentación cada vez más saludable.

c) Autoreforzo

Como seres humanos, todos tenemos la capacidad de fortalecernos cuando estamos en un proceso de aprendizaje constante. Aprendemos a responsabilizarnos de nosotros mismos utilizando nuestros éxitos como motivación. Para lograrlo, existen muchas formas de satisfacerse. Por ejemplo, nos damos tiempo libre, nos hacemos un regalo, o nos decimos cosas alentadoras y así conseguimos mejorar nuestros hábitos de estudio y nuestros resultados de rendimiento académico.

El autorrefuerzo se considera una forma eficaz de cambiar nuestro propio comportamiento porque se ha observado que muchas personas reaccionan ante sus propias acciones de la misma manera que reaccionarían ante el comportamiento de los demás. Esto significa que mostramos nuestra aceptación o rechazo. Cuando nos respondemos con elogios podemos decir que nos estamos fortaleciendo, pero cuando lo hacemos con reproches podemos decir que nos estamos castigando.

Actualmente, en el entorno social en el que vivimos existe una falta de refuerzo de nuestras propias acciones o actividades., con respecto a lo afirmado el autor (Riso, 2012), manifiesta:

Ciertas conductas, como soñar, pensar, imaginar, descansar, contemplar u observar por observar, pueden considerarse un desperdicio de vida o simplemente pereza. Si todos pensáramos así, tendríamos serias dificultades para evaluarnos con calma, porque nuestros pensamientos se centrarían en que debemos pasar un “momento productivo” en lugar de divertirnos.

Sería muy ilógico considerar nuestro propio “yo” como el lugar final de expresión del afecto que debemos darnos a nosotros mismos. A veces vivimos negándonos algunas satisfacciones que merecemos y terminamos diciéndonos: “Algún día haré eso”, pero ese momento generalmente nunca llega. (p. 51).

Este hecho es de gran importancia para todo ser humano cuando nos comprometemos a aprender nuevas posturas. También sirve para aumentar nuestra autoestima y confianza. Cuando aprendemos a empoderarnos, tenemos uno de los aspectos psicológicos más poderosos que podemos utilizar para desarrollar cualquier habilidad que tengamos. A lo largo de nuestra vida debemos motivarnos y animar a todos los alumnos de nuestro centro educativo a creer en sí mismos y aceptarles con todas sus capacidades y destrezas. Considerando las debilidades que puedan presentar, deben pensar que se trata de obstáculos que se pueden superar, superar o simplemente dominar utilizando estrategias psicoeducativas para tener cierto control sobre ellos ante diversas situaciones adversas y, en definitiva, tratarlos positivamente diseño para fortalecerlos.

d) Autoeficacia

Podemos conocer nuestra dimensión de eficacia personal como una creencia personal, porque gracias a ella podemos lograr adoptar determinadas conductas requeridas en diferentes situaciones. Esto quiere decir que deben entenderse asumiendo que una persona está completamente segura de su calidad de efectividad, que sería nuestro caso. Esto te lleva a evaluar si tu comportamiento se está consiguiendo o no. Al respecto (Riso, 2012), nos manifiesta lo siguiente:

La autoeficacia se refiere a todos los aspectos de la confianza en uno mismo y la creencia que podemos tener para lograr los resultados esperados de nuestros desafíos. Cuando una persona tiene baja autoestima le lleva a pensar que quizás no podrá conseguir algo. Sin embargo, cuando una persona tiene una alta autoeficacia, tiene mucha confianza en su capacidad para alcanzar sus objetivos o seguir esforzándose por alcanzarlos (p. 91).

Teniendo en cuenta las destrezas necesarias y estímulos adecuados, podemos decir que, nos servirán, para obtener las expectativas de eficacia, las cuales intervienen en la fijación de nuestras propias conductas y perseverancias. Las personas que presenta una alta expectativa pueden llegar a ser capaces de lograr tener éxito; ellos deberían tener mayores probabilidades en cuanto a sus habilidades de conducta que poseen en toda su experiencia de vida. Todas nuestras experiencias trascurridas, tanto las exitosas o como las fracasadas, son considerados como los principales concluyentes de nuestras expectativas de autoeficacia. Un comportamiento adecuado necesita, tanto el dominio de nuestras habilidades y nuestro reconocimiento de nosotros mismos y que disponemos de la eficacia competente para manejarlo.

Dadas las habilidades requeridas y los estímulos correspondientes, podemos decir que nos ayudan a cumplir con las expectativas de efectividad necesarias para establecer nuestro propio comportamiento y perseverancia. Las personas con altas expectativas pueden alcanzar el éxito; Deberían tener mejores oportunidades en cuanto a las habilidades comportamentales que han adquirido a lo largo de su vida. Todas nuestras experiencias pasadas, exitosas o no, se consideran información importante sobre nuestras expectativas de autoeficacia. Un comportamiento adecuado requiere el dominio de nuestras capacidades, el reconocimiento de nosotros mismos y la capacidad de gestionarlas de forma competente.

1.3.3.Términos

- a) **Programa.** Es un proceso o sistema en el que se trabaja para lograr un objetivo específico.(Eagly, 2005).
- b) **Autoestima.** Es el juicio que una persona hace y continúa haciendo sobre sí misma, expresa una actitud de aprobación o desaprobación y refleja

hasta qué punto se percibe a sí misma como capaz, útil, exitosa y valiosa.(Eagly, 2005).

- c) Autoconcepto:** Es una opinión que una persona puede tener sobre sí misma, lo que piensa sobre sus capacidades, sus cualidades positivas y negativas (Bustamante & Peralta, 2013).
- d) Autoimagen:** Es una evaluación que hacemos en base a cómo nos percibimos a nosotros mismos(Ticona, 2018).
- e) Autoreforzo:** Como seres humanos, la capacidad de afirmarnos, cuando estamos en un constante proceso de aprendizaje, nos brinda la motivación y satisfacción de alcanzar nuestras metas.(Barrera, 2012).
- f) Autoeficacia:** Esto se llama creencia personal porque con ella podemos adoptar con éxito ciertos comportamientos requeridos en diferentes situaciones. (Espinoza, 2015).

02

CAPITULO

Metodología



Metodología

2.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación fue Aplicada. Según Oseda (2014), "Este tipo de estudio de investigación persigue un objetivo que es directo y directamente aplicable. Buscar aplicaciones en la situación de la realidad antes de desarrollar una teoría. De nivel explicativo. Según Restituto Sierra Bravo (2014), "Las investigaciones explicativas tienen como objetivo definir las características fundamentales de los hechos y fenómenos que están sujetos a experimentación en un determinado campo"

2.2. Método de investigación

2.2.1. Método general

En el trabajo de investigación se utilizó el **Método Científico** como método general. Según Oseda (2014) "El método científico abarca un conjunto de reglas que supervisan el desarrollo de cualquier investigación que aspire a ser considerada como científica".

2.2.2. Método específico

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), se utilizó el **Método Experimental** por ser un proceso lógico y sistemático.

2.3. Diseño de investigación

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), el diseño Cuasi Experimental debido a que este tipo de diseños se emplean cuando no es factible asignar aleatoriamente a los sujetos a los grupos que recibirán los tratamientos experimentales, compuestos por un grupo experimental y un grupo de control

GE:	O₁	X	O₂

GC:	O₃		O₄

Donde:

G.E : Grupo experimental

G.C : Grupo control

O₁, O₃ : Medición del pre test

O₂, O₄: Medición del post test

X : Manipulación o desarrollo de la variable independiente

2.4. Población, muestra y muestreo

2.4.1.Población

Según Oseda (2014), "La población se define como el grupo de personas que comparten al menos una característica en común, ya sea la ciudadanía, la pertenencia a una asociación voluntaria, la afiliación a una misma raza, la inscripción en una universidad específica u otras similitudes"

Para la presente investigación la población lo constituyeron todos los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil haciendo un total de 260 estudiantes.

2.4.2.Muestra

El mismo Oseda (2014), "La muestra consiste en una porción reducida de la población o un conjunto parcial de esta, que conserva las características principales de la población en su conjunto. Es precisamente esta característica fundamental de la muestra, la de reflejar las principales cualidades de la población, la que permite al investigador generalizar sus hallazgos obtenidos a través de la muestra hacia la población en su totalidad".

"Para el estudio en cuestión, se seleccionó una muestra que consistió en 25 estudiantes para el grupo experimental y otros 25 estudiantes para el grupo de control. Estos estudiantes pertenecían al primer ciclo de la escuela profesional de Ingeniería Civil en la Universidad de Lircay, ubicada en Huancavelica, durante el periodo académico 2019-I."

2.4.3. Muestreo

"Se empleó un método de muestreo NO PROBABILÍSTICO en esta investigación. Esto significa que la selección de los elementos no se basó en la probabilidad, sino en factores relacionados con las particularidades de la investigación o las preferencias del encargado de realizar la muestra. En este caso, el procedimiento no fue mecánico ni se basó en fórmulas de probabilidad; más bien, dependió de las decisiones tomadas por el investigador. Las muestras seleccionadas obedecieron a criterios de investigación específicos en lugar de seguir un proceso puramente aleatorio." (Hernández, Fernández, & Baptista, 1994).

2.5. Identificación de Variables

- Variable Independiente (VI): **X**: Programa "Súbete a mi auto"
- Variable Dependiente (VD): **Y**: La Autoestima

2.5.1. Definición Operativa de Variables

- **Variable independiente: Programa "Súbete a mi auto"**

El instrumento consistió en un inventario de autoinforme de 58 ítems en componentes, en el que el sujeto lee un enunciado descriptivo y luego decide si el enunciado es "como yo" o "diferente a mí". El inventario examina la autoestima de los estudiantes en cuatro áreas: autoestima general, social, del hogar y de los padres, escuela académica y una escala de ocho ítems.

- **Variable dependiente: "La Autoestima"**

Dentro de los componentes, la autoestima se basa en una serie de medidas básicas, que dependen de nosotros y que también tenemos que cuidar día a día, para lograr su mejora.

2.5.2. Definición Operativa de los Indicadores

- a) Variable independiente: Programa "Súbete a mi auto"
 - Reconoce su inteligencia, sus emociones y su comportamiento adecuado.
 - Muestra aprecio por su propia personalidad, sus preferencias y lo que le brinda felicidad.

- Fomenta y fortalece sus habilidades y talentos.
- Trabaja para convertirse en una persona de excelencia
- b) Trabaja para convertirse en una persona de excelencia **Variable dependiente:** La Autoestima**
- Grado de reconocimiento.
- Comportamiento basado en la autoevaluación.
- Evaluación de sus propios comportamientos en comparación con los de sus padres.
- Evaluación de sus propios comportamientos en comparación con los de sus familiares cercanos.
- Evaluación de sus propios comportamientos en relación con sus estudiantes y profesores.

2.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

2.6.1. Técnicas

La técnica utilizada para esta investigación fue la psicometría, la cual permitió recolectar información para comprender el pre y post test de evaluación de autoestima de estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil Lircay-Huancavelica.

2.6.2. Instrumentos

En la presente investigación se empleó un cuestionario como instrumento para recolectar la información, las cuales se efectuaron para la recolección de datos.

"El Inventario de Autoestima de Coopersmith es un instrumento de medición cuantitativa diseñado para evaluar la autoestima. Fue desarrollado por Stanley Coopersmith en 1959. El autor creó este instrumento como un conjunto de 50 ítems que se centran en las percepciones del individuo en cuatro áreas específicas: sus pares, sus padres, la escuela y la percepción de sí mismo." (Brinkmann, 1989, pág. 64). En 1967 Coopersmith informa que la contabilidad test- retest, en un grupo de estudiantes de quinto y sexto año fue de un 0.89.

En su investigación, Brinkmann realizó un análisis exhaustivo de más de 24 investigaciones relacionadas con los temas de autoestima y/o autoconcepto. En

su revisión, identificó un total de 17 instrumentos diferentes para medir la autoestima. Entre estos instrumentos, el Inventario de Autoestima de Coopersmith (S.E.I), desarrollado por Coopersmith en 1959, fue el más frecuentemente citado. El S.E.I ha sido ampliamente utilizado y validado en numerosas investigaciones transculturales, y ha demostrado consistentemente sólidas propiedades psicométricas en estos estudios.

Basándose en la traducción realizada por Prewitt-Díaz en 1984, se llevó a cabo una adaptación del instrumento para su uso en Chile. Esta versión adaptada fue posteriormente sometida a pruebas en una muestra que incluyó a más de 1300 estudiantes de primero y segundo año de Enseñanza Media, representativos de la comuna de Concepción. A partir de los resultados obtenidos en estas pruebas, se crearon normas de puntuación T para cada una de las escalas del Inventario, y se llevaron a cabo estudios de confiabilidad y validez. Los coeficientes de confiabilidad obtenidos variaron entre 0.81 y 0.93 para las diferentes escalas. Además, en lo que respecta al sexo, no se encontraron diferencias significativas en los resultados."

La descripción del instrumento realizada por Prewitt-Díaz en 1984 establece que se trata de un inventario de autoinforme que consta de 58 ítems. En este instrumento, el individuo lee una afirmación declarativa y luego decide si esa declaración se aplica a él, marcando si es "igual que yo" o "distinto a mí". El inventario se enfoca en la percepción del estudiante en cuatro áreas específicas: autoestima general, social, relacionada con el hogar y los padres, y académica en el entorno escolar. Además, incluye una escala de ocho ítems destinada a detectar respuestas poco sinceras o falsas

- a) Autoestima General: Esto corresponde al nivel de aceptación con el que una persona evalúa sus comportamientos explícitos.
- b) Autoestima Social: Esto se refiere al grado en que una persona valora los comportamientos que describe en relación con sus pares.
- c) Autoestima Hogar y Padres: Corresponde al nivel de aceptación con el que la persona evalúa sus propias conductas autodescriptivas hacia los miembros de su familia inmediata.

- d) Autoestima Escolar Académica: Corresponde al nivel de aceptación con el que la persona valora sus conductas autodescriptivas en sus relaciones con sus compañeros y profesores.

Cada ítem respondido en sentido positivo es computado con 2 puntos.

Se suman los puntajes correspondientes a cada una de las escalas del Instrumento.

Si el puntaje total obtenido es significativamente mayor que el promedio, es decir, si alcanza o supera $T=67$, esto podría indicar que las respuestas del sujeto son poco confiables y podrían invalidar la aplicación del inventario.

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

Esta versión corresponde a la adaptación realizada por Segure, Solar y Brinkman en una investigación que involucró a 1398 estudiantes, tanto hombres como mujeres, de primero y segundo año de Enseñanza Media en la comuna de Concepción. La adaptación realizada por estos autores consistió en realizar modificaciones mínimas en la terminología del instrumento, en comparación con la traducción de Prewitt-Díaz, con el fin de adecuarlo al uso del idioma en Chile.

2.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Se aplicaron los procedimientos estadísticos para analizar e interpretar los datos recolectados. Se elaboraron tablas estadísticas y gráficos en los cuales se destacaron los datos más relevantes obtenidos durante el procesamiento de la información.

- Se definió previamente cómo se iban a procesar los datos, empleando tablas de frecuencia y gráficos, los cuales fueron acompañados de análisis e interpretaciones correspondientes.
- "Los gráficos desempeñaron un papel importante como representaciones visuales de los datos. Facilitaron la observación de las características de las variables de manera sencilla y rápida. los gráficos lineales, diagramas de superficie, pirámides de edad, representaciones cartográficas o mapas, y pictogramas.

Se utilizará el Programa Excel:

- Hoja de cálculo Excel para el análisis de los datos.

Software Aplicativo:

- Procesadores de texto: Microsoft Word.
- Bases de datos.
- Una vez recogida la información se procedió a sistematizarlo en el Software Estadístico SPSS v.20.

Se aplicará la Media Aritmética:

Media aritmética:

$$\bar{X} = \frac{x_1 + x_2 + \dots + x_i + \dots + x_n}{n} = \frac{\sum_1^n x_i}{n}$$

Mediana

$$Me = \frac{x_{(\frac{n}{2})} + x_{(\frac{n}{2}+1)}}{2}$$

Moda

$$Mo = Ll + \frac{f_m - f_{(m-1)}}{2f_m - f_{(m-1)} - f_{(m+1)}} A$$

Medidas de Dispersión

La varianza

$$S^2 = \frac{\sum_1^m (x_i - \bar{X})^2 f_i}{n}$$

Desviación Media

$$DM = \frac{\sum_1^m |x_i - \bar{X}| f_i}{n}$$

Coefficiente de variabilidad

$$CV = \frac{S}{\bar{X}} 100$$

Kurtosis

$$K = \frac{Q}{P_{90} - P_{10}}$$

2.8. Descripción de la prueba de hipótesis

Una prueba de hipótesis es un procedimiento que establece si se puede aceptar o rechazar una afirmación sobre una población en función de la evidencia proporcionada por una muestra de datos.

Una prueba de hipótesis examina dos hipótesis opuestas sobre una población: la hipótesis nula y la hipótesis alternativa. Una hipótesis nula es una afirmación probada. Normalmente, la hipótesis nula es la afirmación "sin efecto" o "sin diferencia".

Se utilizó el *t* de Student.

Se desarrolló los siguientes parámetros:

- 1) Planteamiento de las hipótesis estadísticas
- 2) Establecer el nivel de confianza 95%
- 3) Establecer el estadístico de la prueba
- 4) Establecer la regla de decisión (H_0 y H_1)
- 5) Toma de decisiones
- 6) Conclusiones.

03

CAPITULO

Análisis de resultados, discusión,
conclusiones y recomendaciones



Análisis de resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones

Desde una perspectiva práctica, la investigación promovió talleres interactivos, prácticos y aplicativos con el propósito de cultivar y fortalecer la autoestima. Estos talleres estuvieron diseñados para fomentar la adquisición de hábitos que incluyen el autocuidado y la aceptación de uno mismo tal y como es.

3.1. Presentación e interpretación de datos

Para la obtención de los resultados de la investigación, se ha procedido a realizar la medición de la variable dependiente con el respectivo instrumento de medición en las unidades de muestreo constituido por los estudiantes; a continuación se recodificó las mediciones de la variable *autoestima* en las fases del pre test y post test; para lo cual se ha creado el respectivo MODELO DE DATOS (matriz distribuida en 27 filas y 58 columnas para la fase del pre test; para la fase del post test se ha considerado 27 filas y 58 columnas).

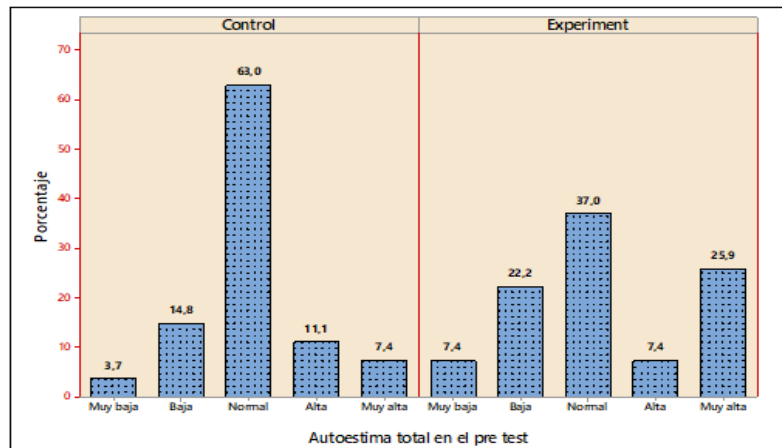
Asimismo, para el procesamiento de datos se ha tenido en cuenta lo estipulado por Hernández (2014) acerca de los requisitos para efectuar experimentos cuando se tienen grupo experimental y grupo control; es decir, medir la variable dependiente al inicio del experimento para conocer si los grupos inician en condiciones equivalentes, luego controlar la validez interna y externa de los resultados para realizar la medición de la variable dependiente en la fase del post test de tal manera que se determine el efecto de la variable independiente referido al programa *súbete a mi auto* en los sujetos de estudio.

Posteriormente la información modelada fue procesado a través de las técnicas de la estadística descriptiva (tablas de frecuencia simple, diagramas de barras) y de la estadística inferencial, mediante las estadísticas t de student para grupos independientes en las fases del pre y post test para la verificación de las hipótesis de investigación y posteriormente la discusión de los datos.

3.1.1. Resultados Descriptivos en el pre test

Figura 1

Diagrama de Autoestima total en el pretest y posttest

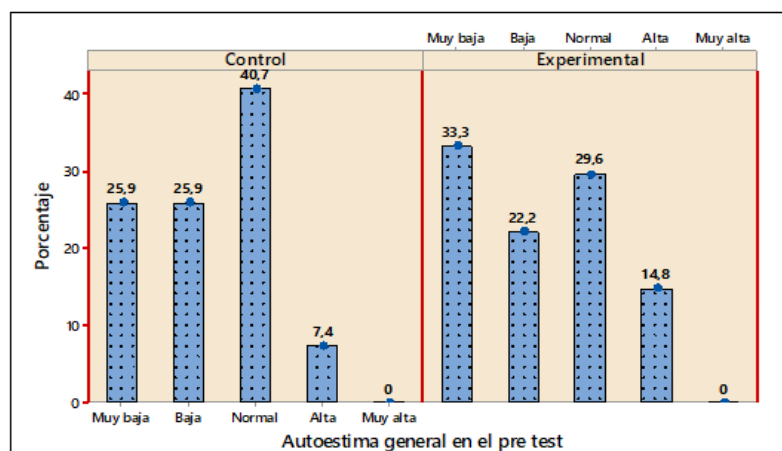


Nota: Madrid, K. (2021)

En la figura 1 muestra el resultado de la autoestima de los estudiantes universitarios. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 3,7% de casos y el 7,4% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 14,8% de casos y el 22,2% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 63% de casos y el 37,0% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 11,1% de casos y el 7,4% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 7,4% de casos y el 25,9% el grupo experimental.

Figura 2

Diagrama de la Autoestima general en el pre test y posttest

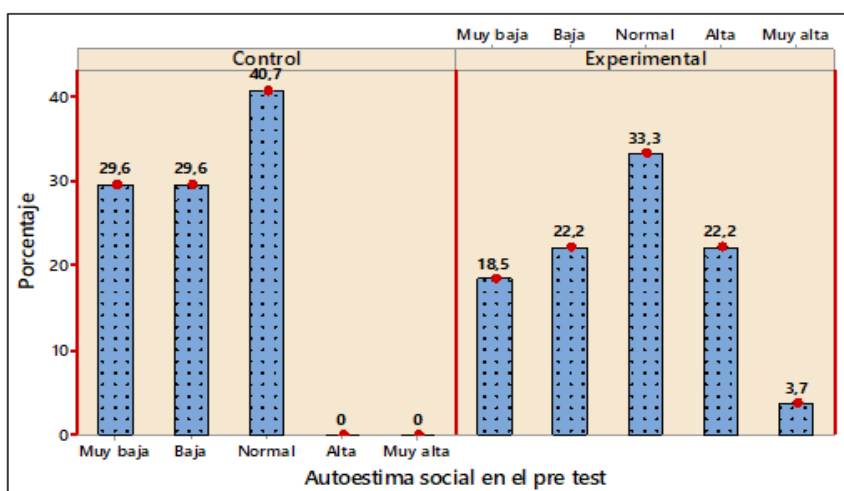


Nota: Madrid, K. (2021)

En la figura 2 muestra el resultado de la autoestima general de los estudiantes universitarios. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 25,9% de casos y el 33,3% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 25,9% de casos y el 22,2% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 40,7% de casos y el 29,6% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 7,4% de casos y el 14,8% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 0,0% el grupo experimental.

Figura 3

Diagrama de la Autoestima social en el pre test y postest

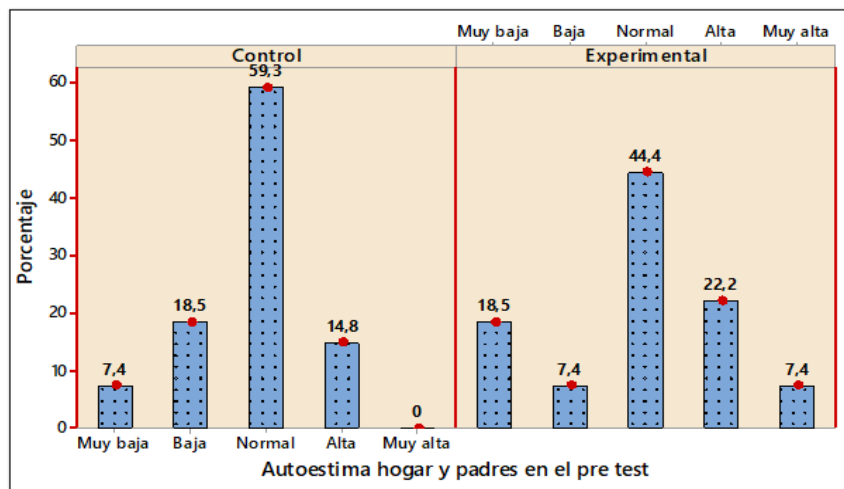


Nota: Madrid, K. (2021)

En la figura 3 muestra el resultado de la autoestima social de los estudiantes universitarios. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 29,6% de casos y el 18,5% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 29,6% de casos y el 22,2% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 40,7% de casos y el 33,3% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 22,2% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 3,7% el grupo experimental.

Figura 4

Diagrama de la Autoestima Hogar y Padres en el pre test

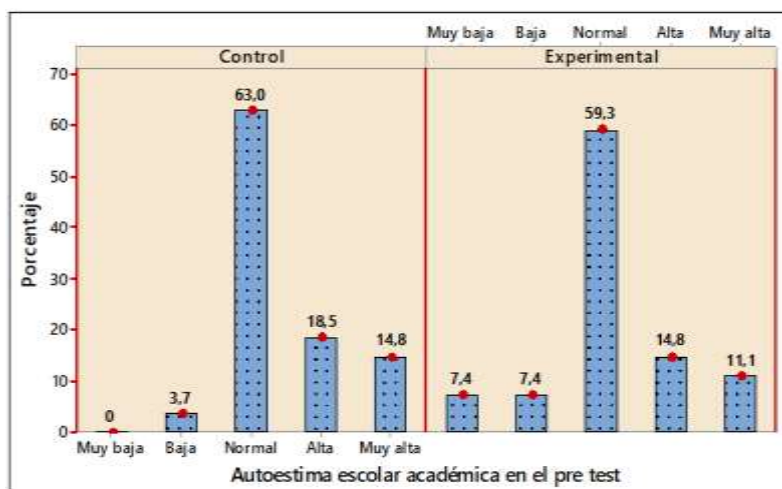


Nota: Madrid, K. (2021)

En la figura 4 muestra el resultado de la autoestima hogar y padres de los estudiantes universitarios. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 7,4% de casos y el 18,5% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 18,5% de casos y el 7,4% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 59,3% de casos y el 44,4% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 14,8% de casos y el 22,2% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 7,4% el grupo experimental.

Figura 5

Diagrama de la Autoestima Escolar Académica en el pretest y postest



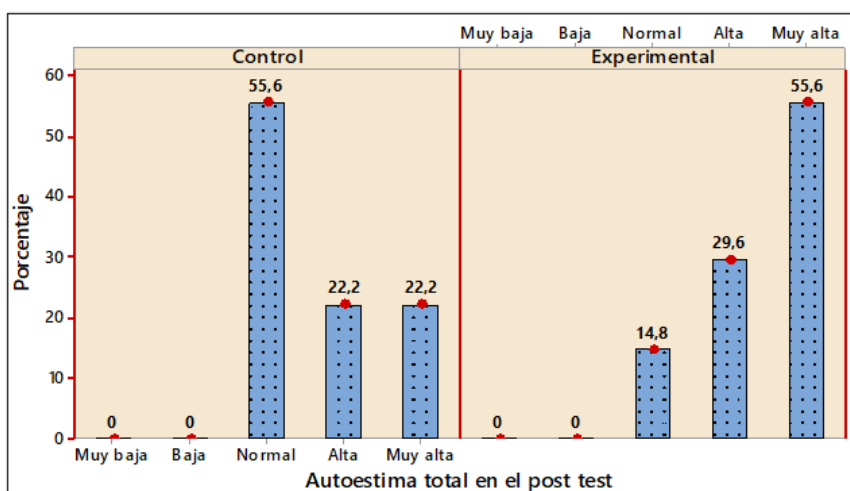
Nota: Madrid, K. (2021)

En la figura 5 muestra el resultado de la autoestima escolar académica de los estudiantes universitarios. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 7,4% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 3,7% de casos y el 7,4% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 63% de casos y el 59,3% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 18,5% de casos y el 14,8% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 14,8% de casos y el 11,1% el grupo experimental.

3.1.2. Resultados Descriptivos en el post test

Figura 6

Diagrama de la Autoestima total Académica en el post test

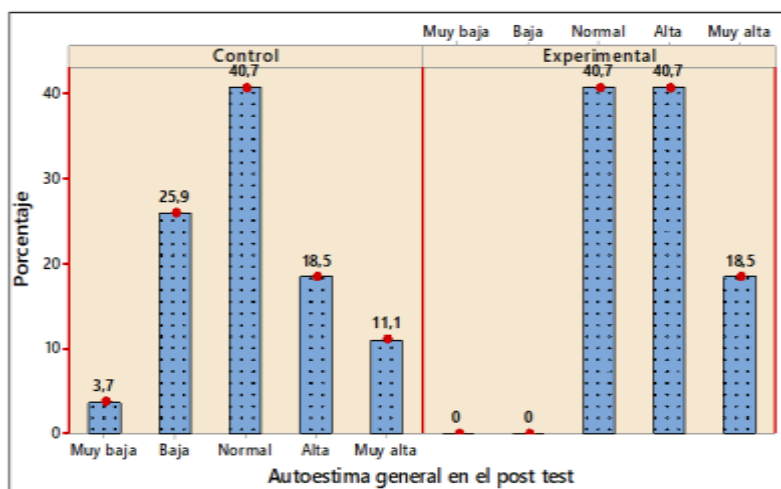


Nota: Madrid, K. (2021)

En la figura 6 muestra el resultado de la autoestima total de los estudiantes de la universidad. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 0,0% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 0,0% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 40,7% de casos y el 14,8% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 22,2% de casos y el 29,6% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 37,0% de casos y el 55,6% el grupo experimental.

Figura 7

Diagrama de la Autoestima General en el post test.

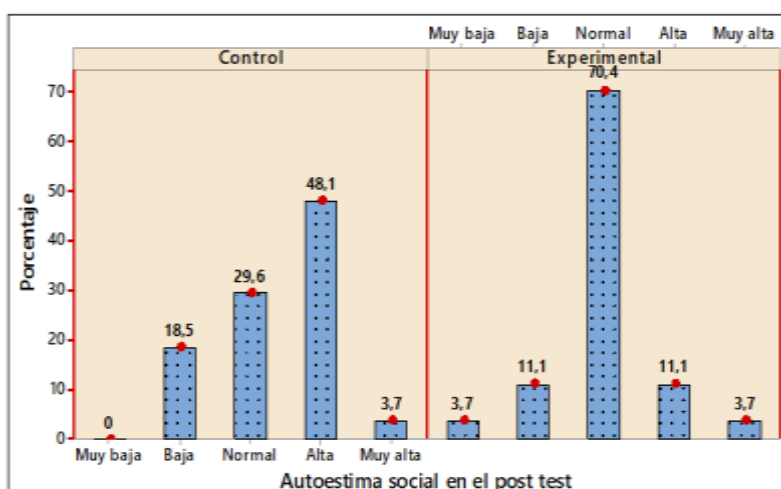


Nota: Madrid, K. (2021)

En la figura 7 muestra el resultado de la autoestima general de los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil en la fase del post test. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 3,7% de casos y el 0,0% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 25,9% de casos y el 0,0% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 40,7% de casos y el 40,7% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 18,5% de casos y el 40,7% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 11,1% de casos y el 18,5% el grupo experimental.

Figura 8

Diagrama de la Autoestima Social en el post test.

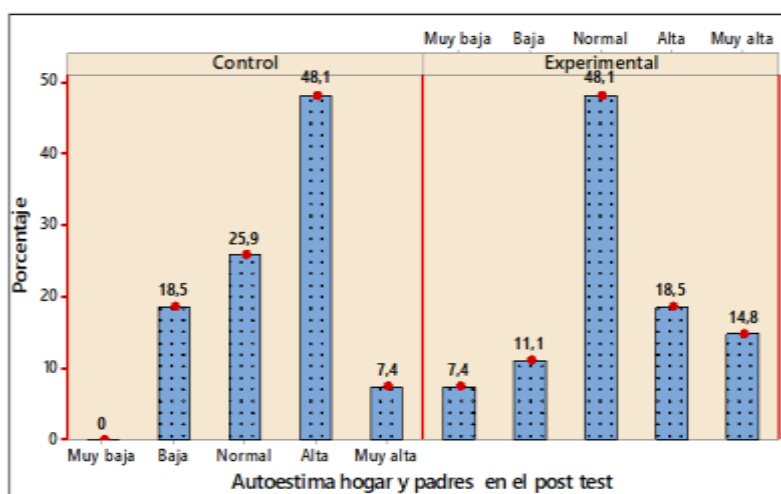


Nota: Madrid, K. (2021)

La figura 8 muestra el resultado de la autoestima social de los estudiantes universitarios. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 11,1% de casos y el 3,7% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 7,4% de casos y el 11,1% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 63,0% de casos y el 70,4% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 14,8% de casos y el 11,1% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 3,7% de casos y el 3,7% el grupo experimental.

Figura 9

Diagrama de la Autoestima Hogar y Padres en el post test

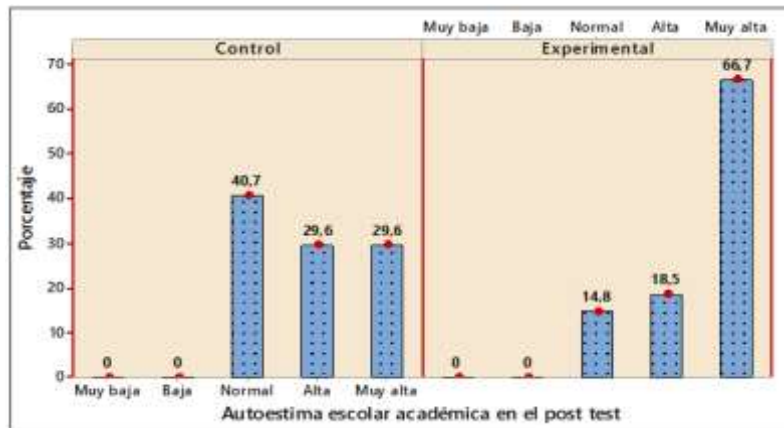


Nota: Madrid, K. (2021)

En la figura 9 muestra el resultado de la autoestima hogar y padres de los estudiantes universitarios. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 3,7% de casos y el 7,4% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 11,1% de casos y el 11,1% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 40,7% de casos y el 48,1% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 37,0% de casos y el 18,5% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 7,4% de casos y el 14,8% el grupo experimental.

Figura 10

Diagrama de la Autoestima Escolar Académica en el post test.



Nota: Madrid, K. (2021)

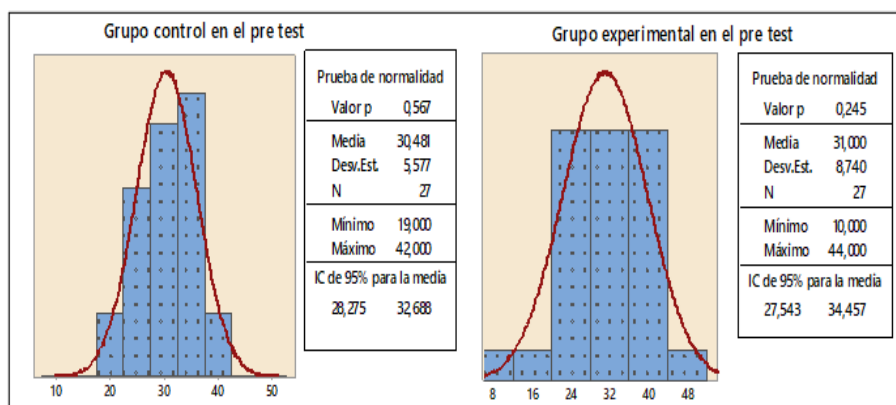
En la figura 10 muestra el resultado de la autoestima escolar académica de los estudiantes universitarios. En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 0,0% el grupo experimental; en el nivel bajo el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 0,0% el grupo experimental; en el nivel normal el grupo control tiene un 40,7% de casos y el 14,8% el grupo experimental; en el nivel alto el grupo control tiene un 29,6% de casos y el 18,5% el grupo experimental; en el nivel muy alto el grupo control tiene un 29,6% de casos y el 66,7% el grupo experimental.

3.2. Discusión de Resultados

3.2.1. Resultados Inferenciales

Figura 11

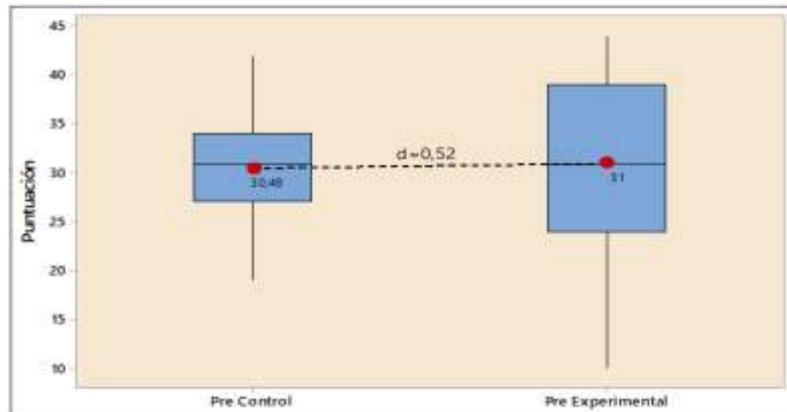
Estadísticas descriptivas en el pre test.



Nota: Madrid, K. (2021)

Figura 12

Diagrama de cajas en el pre test.



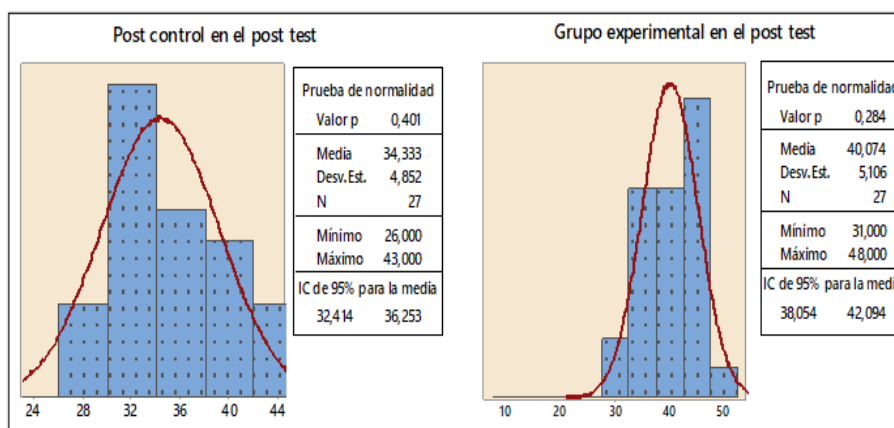
Nota: Madrid, K. (2021)

Discusión

El grupo control en el pre test tiene una media de 30,48 con una desviación estándar de 5,57 que representa la dispersión de los datos; asimismo la puntuación mínima obtenida es de 19 puntos y la máxima es de 42 de la misma el IC 95% [28,27-32,68]. Para el grupo experimental la media es 31 con una desviación estándar de 8,74 que representa la dispersión de los datos; asimismo la puntuación mínima obtenida es de 10 puntos y la máxima es de 44 y el IC 95% [24,54-34,45]. Ambos grupos de puntuaciones son normales pues las probabilidades asociadas son $p=0,567 > 0,05$ para el grupo control y $p=0,245 > 0,05$ para el grupo experimental; la diferencia de medias de ambos grupos identificado es $d=0,52$.

Figura 13

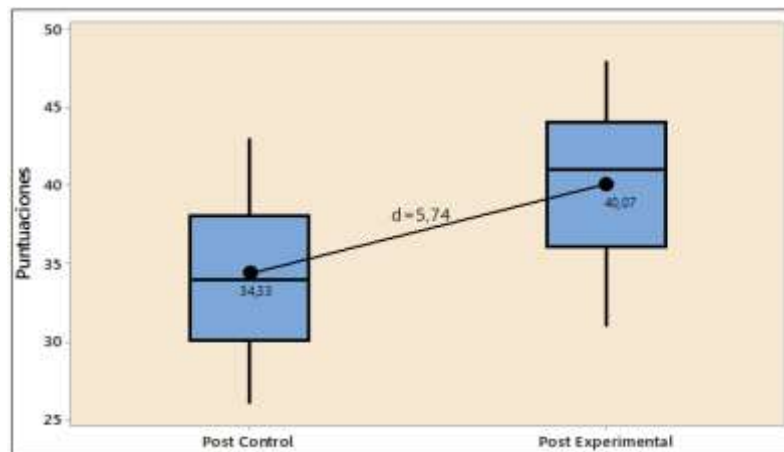
Estadísticas descriptivas en el post test.



Nota: Madrid, K. (2021)

Figura 14

Diagrama de cajas en el post test.



Nota: Madrid, K. (2021)

Discusión

El grupo control en el post test tiene una media de 36,55 con una desviación estándar de 5,38 que representa la dispersión de los datos; asimismo la puntuación mínima obtenida es de 27 puntos y la máxima es de 47 de la misma el IC 95% [34,42-38,68]. Para el grupo experimental la media es 40,07 con una desviación estándar de 5,10 que representa la dispersión de los datos; asimismo la puntuación mínima obtenida es de 31 puntos y la máxima es de 48 y el IC 95% [38,05-42,09]. Ambos grupos de puntuaciones son normales pues las probabilidades asociadas son $p=0,557 > 0,05$ para el grupo control y $p=0,284 > 0,05$ para el grupo experimental; la diferencia de medias de ambos grupos identificado es $d=0,352$.

3.3. Proceso de Prueba de Hipótesis

3.3.1. Prueba de la Equivalencia Inicial de los Grupos

- Hipótesis Nula (H_0)

No existen diferencias significativas en la autoestima en el grupo control y grupo experimental de los estudiantes universitarios.

$$\mu_c = \mu_E$$

- **Hipótesis Alternativa (H_1)**

Existen diferencias significativas en la autoestima en el grupo control y grupo experimental de los estudiantes universitarios.

$$\mu_C \neq \mu_E$$

Donde:

μ_E : Media del grupo en el pre test.

μ_C : Media del grupo en el pre test.

Decisión Estadística

Considerando un nivel de significancia del $\alpha=0,05$ y además sabiendo que los datos tienen distribución normal, procedemos a utilizar la estadística “t” de student para muestras independientes con 52 grados de libertad cuyo valor es:

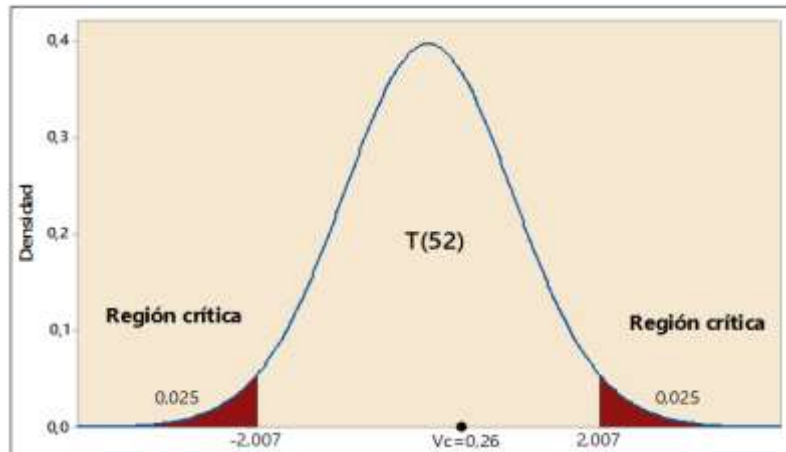
$$t = \frac{31 - 30,481}{\sqrt{\left(\frac{26 * 8,74^2 + 26 * 5,57^2}{27 + 27 - 2}\right) \left(\frac{1}{27} + \frac{1}{27}\right)}} = 0,26$$

El correspondiente valor calculado de la estadística “t” y el valor crítico de la misma lo tabulamos en la gráfica de la función “t”, de la cual podemos deducir que **$V_c < 2,007$** ($0,26 < 2,007$) por lo que diremos que se ha encontrado evidencia empírica para aceptar la Hipótesis Nula, en consecuencia, aceptamos la hipótesis nula y se concluye:

No existen diferencias significativas en la autoestima en el grupo control y grupo experimental de los estudiantes universitarios en la escuela profesional Ingeniería Civil Lircay - Huancavelica, 2019 al nivel de confianza del 95%.

Figura 15

Diagrama de la Distribución “t”



Nota: Madrid, K. (2021)

3.3.2. Prueba de la Equivalencia Final de los Grupos

- **Hipótesis Nula (H₀)**

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la autoestima en los estudiantes universitarios.

$$\mu_E = \mu_C$$

- **Hipótesis Alternativa (H₁)**

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la autoestima en los estudiantes.

$$\mu_E > \mu_C$$

Decisión estadística

Nuevamente para un nivel de significancia del $\alpha=0,05$ y además sabiendo que los datos tienen distribución normal, procedemos a utilizar la estadística “t” de student para muestras independientes con 52 grados de libertad cuyo valor es:

$$t = \frac{40,07 - 34,33}{\sqrt{\left(\frac{26 * 5,10^2 + 26 * 4,85^2}{27 + 27 - 2}\right) \left(\frac{1}{27} + \frac{1}{27}\right)}} = 4,24$$

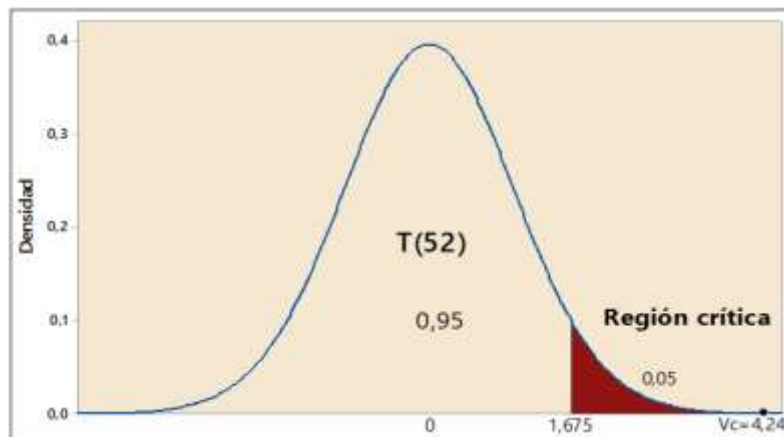
El correspondiente valor calculado de la estadística “t” y el valor crítico de la misma lo tabulamos en la gráfica de la función “t”, de la cual podemos deducir

que $V_c > 1,675$ ($4,24 > 1,675$) por lo que diremos que se ha encontrado evidencia empírica para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, aceptamos la hipótesis alterna y se concluye:

Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la autoestima en los estudiantes universitarios al nivel de confianza del 95%.

Figura 16

Diagrama de la Distribución “t”



Nota: Madrid, K. (2021)

3.3.3. Prueba de Hipótesis en el post test Dimensiones

Tabla 1

Estadísticas de las Pruebas de Hipótesis según dimensiones en el post test

Dimensiones de la autoestima	Estadísticas					Decisión
	n	t	Vt	p	D	
General	27	2,83,	1,67	-	2,66	Rechaza Ho
Social	27	2,59,	1,67	-	0,93	Rechaza Ho
Hogar y padres	27	2,79,	1,67	-	1,19	Rechaza Ho
Escolar académica	27	3,01,	1,67	-	1,04	Rechaza Ho

Nota: Madrid, K. (2021)

3.3.3.1. Prueba de Hipótesis para la Dimensión General de la Autoestima

- **Hipótesis Nula (H_0)**

El Programa “Súbete a mi Auto” no influye significativamente en la dimensión autoestima general de los estudiantes universitarios.

$$\mu_E = \mu_C$$

- **Hipótesis Alternativa (H₁)**

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima general de los estudiantes universitarios.

$$\mu_E > \mu_C$$

Decisión Estadística

Considerando las estadísticas de la tabla 11 para una muestra de 27 casos el valor calculado de la estadística “t” es $t(52) = 2.83$, $p = .00$ $d = 2.66$ para un nivel de significancia del $\alpha = .05$ por lo tanto se verifica que $p = .00 < .05$ y procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa con un 95% de confianza.

3.3.3.2. Prueba de Hipótesis para la Dimensión Social de la Autoestima

- **Hipótesis Nula (H₀)**

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima social de los estudiantes universitarios.

$$\mu_E = \mu_C$$

- **Hipótesis Alternativa (H₁)**

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima social de los estudiantes universitarios.

$$\mu_E > \mu_C$$

Decisión estadística

Considerando las estadísticas de la tabla 11 para una muestra de 27 casos el valor calculado de la estadística “t” es $t(52) = 2.59$, $p = .00$ $d = 0.93$ para un nivel de significancia del $\alpha = .05$ por lo tanto se verifica que $p = .00 < .05$ y procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa con un 95% de confianza.

3.3.3.3. Prueba de Hipótesis para la Dimensión Hogar y Padres de la Autoestima

- **Hipótesis Nula (H_0)**

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima hogar y padres de los estudiantes universitarios.

$$\mu_E = \mu_C$$

- **Hipótesis Alternativa (H_1)**

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima hogar y padres de los estudiantes universitarios.

$$\mu_E > \mu_C$$

Decisión Estadística

Considerando las estadísticas de la tabla 11 para una muestra de 27 casos el valor calculado de la estadística “t” es $t(52) = 2.79$, $p = .00$ $d = 1.19$ para un nivel de significancia del $\alpha = .05$ por lo tanto se verifica que $p = .00 < .05$ y procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa con un 95% de confianza.

3.3.3.4. Prueba de Hipótesis para la Dimensión Escolar Académica de la Autoestima

- **Hipótesis Nula (H_0)**

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima escolar académica de los estudiantes universitarios.

$$\mu_E = \mu_C$$

- **Hipótesis Alternativa (H_1)**

El Programa “Súbete a mi Auto” influye significativamente en la dimensión autoestima escolar académica de los estudiantes universitarios.

$$\mu_E > \mu_C$$

Decisión Estadística

Considerando las estadísticas de la tabla 11 para una muestra de 27 casos el valor calculado de la estadística “t” es $t(52) = 3.01$, $p = .00$ $d = 1.04$ para un nivel de significancia del $\alpha = .05$ por lo tanto se verifica que $p = .00 < .05$ y procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna con un 95% de confianza.

3.3.4. Prueba post hoc del Efecto de la Variable Independiente

Tabla 2

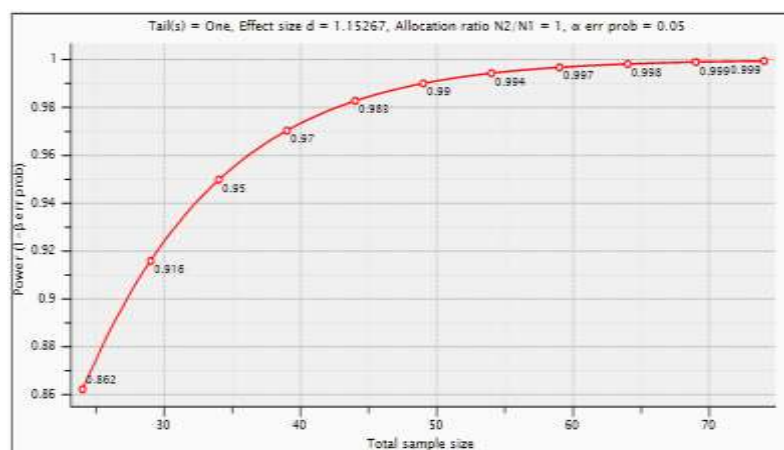
Estadísticas del Efecto de la Variable Independiente

Autoestima y dimensiones	Estadísticas del efecto del Programa “Súbete a mi auto”		
	Tamaño de efecto	Poder de decisión	Efecto %
Total	1,153	99,4%	88%
General	0,772	87,6%	78%
Social	0,719	83,2%	76%
Hogar y padres	0,764	87,0%	77%
Escolar académica	0,824	91,0%	79%

Nota: Madrid, K. (2021)

Figura 17

Diagrama del poder estadístico versus tamaño de la muestra



Nota: Madrid, K. (2021)

Se observan las estadísticas post hoc del experimento realizado. Para la autoestima total el tamaño del efecto identificado en la autoestima total es 1,153 desviaciones estándar de la forma que se ha procedido a rechazar la hipótesis

nula y se ha aceptado la hipótesis alterna, es decir se ha rechazado la hipótesis nula cuando esta era falsa y esta decisión es correcta hasta el 99,4%; asimismo en base a estos resultados el efecto de la variable independiente Programa “Súbete a mi auto” es del 88% sobre la autoestima total de los estudiantes.

En la misma tabla podemos observar las estadísticas post hoc del experimento realizado para la autoestima general, el tamaño del efecto identificado es 0,772 desviaciones estándar de la forma que se ha procedido a rechazar la hipótesis nula y se ha aceptado la hipótesis alterna, es decir se ha rechazado la hipótesis nula cuando esta era falsa y esta decisión es correcta hasta el 87,6%; de igual manera en base a estos resultados el efecto de la variable independiente Programa “Súbete a mi auto” es del 78% sobre la autoestima general de los estudiantes.

De la misma manera podemos observar las estadísticas post hoc del experimento realizado para la autoestima social, el tamaño del efecto identificado es 0,719 desviaciones estándar de la forma que se ha procedido a rechazar la hipótesis nula y se ha aceptado la hipótesis alterna, es decir se ha rechazado la hipótesis nula cuando esta era falsa y esta decisión es correcta hasta el 83,2%; de igual manera en base a estos resultados el efecto de la variable independiente Programa “Súbete a mi auto” es del 78% sobre la autoestima social de los estudiantes.

También podemos observar las estadísticas post hoc del experimento realizado para la autoestima hogar padres, el tamaño del efecto identificado es 0,764 desviaciones estándar de la forma que se ha procedido a rechazar la hipótesis nula y se ha aceptado la hipótesis alterna, es decir se ha rechazado la hipótesis nula cuando esta era falsa y esta decisión es correcta hasta el 87%; de igual manera en base a estos resultados el efecto de la variable independiente Programa “Súbete a mi auto” es del 77% sobre la autoestima hogar y padres de los estudiantes.

Finalmente podemos observar las estadísticas post hoc del experimento realizado para la autoestima escolar académica, el tamaño del efecto identificado es 0,824 desviaciones estándar de la forma que se ha procedido a rechazar la hipótesis nula y se ha aceptado la hipótesis alterna, es decir se ha rechazado la

hipótesis nula cuando esta era falsa y esta decisión es correcta hasta el 91%; de igual manera en base a estos resultados el efecto de la variable independiente Programa “Súbete a mi auto” es del 79% sobre la autoestima escolar académica de los estudiantes.

3.4. Discusión

Teniendo en cuenta a Hernandez (2014) una de las condiciones para que el diseño experimental sea válido consiste en la equivalencia inicial de los grupos al inicio del experimento; por tanto, en la fase del pre test los grupos experimental y control deben tener en promedio medias iguales en lo referente a la variable dependiente referido a la autoestima. Se ha identificado que en el pre test la diferencia de medias identificadas fue $d=0,52$ y la prueba de hipótesis de diferencia de medias fue $t(52)=0,26$ con $p>0,05$ por tanto se acepta la hipótesis nula de igualdad de medias, en consecuencia, los dos grupos son equivalentes al inicio del experimento.

Posteriormente se aplicó la variable independiente referido al programa “Súbete a mi auto” en el grupo experimental formado por 27 alumnos, la misma que consta de la aplicación de las cuatro dimensiones referido al autoconcepto, autoimagen, auto refuerzo, auto eficiencia.

Finalmente, se realizó el proceso de medición de la variable dependiente en el post test que evidenció una diferencia de $d=5,74$ y la prueba de hipótesis mostró una estadística $t(52)=4,24$ con una probabilidad $p>0,05$ por tanto se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis de investigación por tanto se concluye que la variable independiente ha tenido un efecto significativo sobre la variable dependiente referido a la autoestima de los estudiantes universitarios.

Los resultados fueron similares al considerar las cuatro dimensiones de la autoestima, es decir para la dimensión general, social, hogar y padres, escolar académica el efecto del programa “Súbete a mi auto” fue en todos ellos significativos al nivel del 0,05.

Asimismo, se tiene los resultados post hoc que permiten identificar si las decisiones tomadas son adecuadas y de ser posible cuantificar el efecto de la variable independiente sobre la variable dependiente. Para la autoestima total se

identificado al 99,4% de casos el efecto positivo de la variable independiente sobre la autoestima, este efecto identificado es del 88%; para la dimensión general de la autoestima el efecto identificado es 78%, para la dimensión social de la autoestima el efecto identificado es 76%, para la dimensión hogar y padres el efecto identificado es del 77% y para la dimensión escolar académica el efecto identificado es del 79% de los casos. Por tanto, la variable independiente “Súbete a mi auto” ha tenido un efecto significativo sobre la autoestima de los estudiantes universitarios.

3.5. Conclusiones

- 1) La influencia del programa “súbete a mi auto” para la mejora de la autoestima en los estudiantes universitarios muestran resultados favorables en más del 95% y 98% ello mejorando los rendimientos en las áreas sociales, hogar y padres y rendimiento académica.
- 2) Se determinó la influencia del programa “súbete a mi auto” bajo la dimensión autoestima general en los estudiantes universitarios mostrando resultados favorables en más del 98% de efectividad.
- 3) Se determinó la influencia del programa “súbete a mi auto” en función de la dimensión autoestima social en los estudiantes universitarios mostrando resultados favorables en mejora de la autoestima social.
- 4) Se determinó la influencia del programa “súbete a mi auto” en función de la dimensión autoestima hogar y padres en los estudiantes universitarios mostrando resultados eficientes en más del 95% de efectividad en mejora de la autoestima hogar y padres.
- 5) Se determinó la influencia del programa “súbete a mi auto” bajo la dimensión autoestima escolar académica de los estudiantes universitarios mostrando resultados eficientes en más del 96% de efectividad en la autoestima escolar académica (rendimiento) en las aulas universitarias.

3.6. Recomendaciones

- 1) La Universidad Nacional de Huancavelica debe promover el programa “súbete a mi auto” ya tiene las herramientas necesarias para mejorar la autoestima de los estudiantes universitarios en las diferentes carreras profesionales ya que son efectivas en la mejora de la autoestima estudiantil con las relaciones sociales, una mejora continua en los

hogares juntos a los padres y hermanos y mejorando eficientemente en las rendiciones académicas en las aulas universitarias.

- 2) La Facultad de Ingeniería de Minas Civil Ambiental de la Universidad Nacional de Huancavelica debería tomar las herramientas necesarias del programa “súbete a mi auto” para la mejora de la autoestima general en los estudiantes universitarios ya que muestra resultados eficientes.
- 3) Los estudiantes de los primeros ciclos de la escuela profesional de ingeniería civil Lircay deberían tomar las herramientas necesarias del programa “súbete a mi auto” en la dimensión autoestima social ya que son puntos efectivos para el mejor desenvolvimiento social y laboral.
- 4) Los estudiantes de la escuela profesional de ingeniería civil Lircay deberían tomar las herramientas necesarias del programa “súbete a mi auto” en la dimensión hogar y padres para la mejora en la relación con los padres ya que muestran puntos efectivos para la mejora continua.
- 5) Todos los estudiantes de la Universidad Nacional de Huancavelica deberían tomar las herramientas necesarias del programa “súbete a mi auto” bajo la dimensión autoestima escolar académica para la mejora continua en el rendimiento académica durante sus formaciones profesionales en las aulas universitarias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS



Referencias Bibliográficas

- Alcántara, J. (1993). *Como mejorar la autoestima en los niños de educación primaria*. Lima: Ediciones San Marcos.
- Alcántara, J. (2005). *Educar a la autoestima*. Barcelona: Ediciones CEAC.
- Alvarez, A., Alonso, M., & Guidorizzi, A. (2011). *Consumo de alcohol y autoestima en adolescentes en la facultad de enfermería, Querétaro*. México: Sistema Integrado de Bibliotecas de Sao Paulo.
- Aréstegui, M. (2007). *La perspectiva humanista mira a las personas como capaces de encargarse de su vida y estimular su desarrollo*.
- Barrera, L. (2012). *Autoestima influencia del educador sobre la autoestima del niño*. Educador.
- Benítez, M., Gimenez, M., & Osicka, R. (Domingo de junio de 2018). *Las asignaturas pendientes y el rendimiento académico: ¿existe alguna relación?* Obtenido de [www.:http//fai.unne.edu.ar/links/LAS%2...20EL%20rendimiento%20academico.html](http://fai.unne.edu.ar/links/LAS%20EL%20rendimiento%20academico.html).
- Bustamante, M., & Peralta, L. (2013). *Autoestima: Diseño, implementación y evaluación de un programa para niños de cuarto grado de primaria*. Obregón: Instituto Tecnológico de Sonora.
- Campo, L., & Martinez, Y. (2014). *Autoestima en estudiante del programa de psicología de una Universidad Privada de la Costa Caribe*. Colombia: Universidad Simon Bolivar.
- Cervera, K. P. (2016). *Habilidades Sociales en los estudiantes de la Escuela Técnica Superior de Sub Oficiales de la PNP, Huancavelica*. Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica.
- Deza Matias, H. A. (2017). *Satisfacción laboral y su relación con la productividad de los piscicultores de la comunidad de Pacococha - Castrovirreyna, Huancavelica* [Universidad Nacional De Huancavelica].

<https://repositorio.unh.edu.pe/items/6612e611-8f20-417e-bde0-a61d66eb0424>

- Eagly, A. (2005). *Escala de autoestima*. México: Trillas.
- Espilco, K. (2015). *Clima Social Familiar y Autoestima en adolescentes de la Institución Educativa Pública "Bartolomé Herrera*. Cuzco.
- Espinoza, M. (2015). *Propiedades Psicométricas del Inventario de Autoestima de Coopersmith Forma A en alumnos de secundaria*. Trujillo: Universidad Cesar Vallejo.
- Furth, H. (2004). *La potenciación de la autoestima en la escuela*. Madrid: Paidós.
- Gamarra, R. (2012). *Clima Social Familiar y Autoestima en jóvenes con Necesidades Educativas Especiales Visuales*. Trujillo: Universidad Cesar Vallejo.
- Gonzales, A., Oseda, D., Ramírez, F., & Gave, J. (2014). *¿Cómo aprender y enseñar Investigación Científica?* Huancayo: Soluciones Gráficas S.A.C.
- Haeussler, I. Y., & Milicic, N. (1995). *Confiar en uno mismo: Programa de autoestima*. Lima: San Marcos.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: Edamsa Impresiones S.A.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (1994). *Metodología de la Investigación*. Mexico: McGraw-Hill Interamericana.
- Huaman, H., & Sapallanay, M. (2015). *Consumo de bebidas alcoholicas y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa "Ramon Castilla Marquezado"*. Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica.
- Huaman, S., & Gonzalez, K. (2016). *Influencia del programa "habilidades socioemocionales" para mejorar el clima laboral en los docentes de la I.E. 30175 Huamanmarca*. Huancayo: Universidad Peruana Los Andes.
- Jiménez, T. (2013). *Autoestima de Riesgo y Protección: Una Mediación entre el Clima Familiar y el Consumo de Sustancias en Adolescentes*. España: Universidad de Zaragoza.

- Madrid, K. (2021). PROGRAMA “SUBETE A MI AUTO” EN LA AUTOESTIMA DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL INGENIERIA CIVIL LIRCAY HUANCVELICA 2019. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/3981>
- Peña, T, & Ramos, L. (2012). *Influencia de la violencia familiar en el desarrollo de la autoestima de los niños de educación primaria del centro educativo N° 36036, Yauli* . Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica.
- Ramos, L. (2016). *Clima Social Familiar y autoestima en adolescente de una Institución Educativa Nacional De Nuevo Chimbote de la Facultad de Humanidades de la Universidad Cesar Vallejo*. Chimbote.
- Riso, W. (2012). *Aprendiendo a quererse a sí mismo*. España: Planeta.
- Rodríguez, E. M., Pellicer, G., & Domínguez, M. (2002). *Autoestima: Clave del éxito personal*. México: Manual Moderno.
- Rodríguez, R. (2014). *Relación entre el clima social familiar y la autoestima en los estudiantes de 2do año del nivel secundario de la institución educativa n° 001 José Lishner Tudela*. Tumbes.
- Tarazona, Y. (2014). *Autoestima; Origen, Formación y Desarrollo, Como Incrementar y Maximizar Tú Potencial a través de la Programación Neurolingüística, serie principios preliminares del éxito. Coach Empresarial*.
- Ticona, S. (2018). *Relación entre la Autoestima y el Rendimiento Académico en los Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Particular Bilingüe "Señor del Gran Poder" del Distrito de Socabaya - Arequipa 2018*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.
- Vasquez, L. (10 de junio de 2018). *LIFE*. Obtenido de <https://www.vix.com/es/imj/salud/4684/problemas-de-autoestima>
- Yagosesky, R. (1998). *Autoestima en palabras sencillas*. México: Jupiter.

RESUMEN

El libro de investigación tuvo como objetivo determinar la influencia del Programa “Súbete a mi Auto” en autoestima en los estudiantes universitarios, la investigación fue tipo aplicada de nivel explicativo, diseño cuasi experimental. La muestra de estudio es de 25 estudiantes para el grupo experimental y 25 estudiantes para el grupo de control con técnicas de psicometría e instrumentos como el cuestionario; los resultados: Basado en las mediciones de la autoestima en las fases del pre test y post test, en efecto los resultados de la autoestima total en el pre test el nivel muy bajo el grupo de control tiene un 3,7% de casos y el 7,4% el grupo experimental y en el nivel muy alto el grupo de control tiene un 7,4% de casos y el 25,9% el grupo experimental; resultados de la autoestima general en el pre test en el nivel muy bajo el grupo control tiene un 25,9% de casos y el 33,3% el grupo experimental y en el nivel muy alto el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 0,0% el grupo experimental. Resultados de la autoestima total en el post test En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 0,0% de casos y el 0,0% el grupo experimental y en el nivel muy alto el grupo control tiene un 37,0% de casos y el 55,6% el grupo experimental; resultados de la autoestima general en el post test En el nivel muy bajo el grupo control tiene un 3,7% de casos y el 0,0% el grupo experimental en el nivel muy bajo el grupo control tiene un 3,7% de casos y el 0,0% el grupo experimental y en el nivel muy alto el grupo control tiene un 11,1% de casos y el 18,5% el grupo experimental. Se concluye el programa mejora la autoestima en los estudiantes mostrando resultados favorables en más del 95%.

Palabras Clave: Autoestima, Auto concepto, Autoimagen, Auto esfuerzo, Auto eficacia.



<http://www.editorialgrupo-aea.com>



[Editorial Grupo AeA](#)



[editorialgrupoaea](#)



[Editorial Grupo AEA](#)

ISBN: 978-9942-651-10-5

