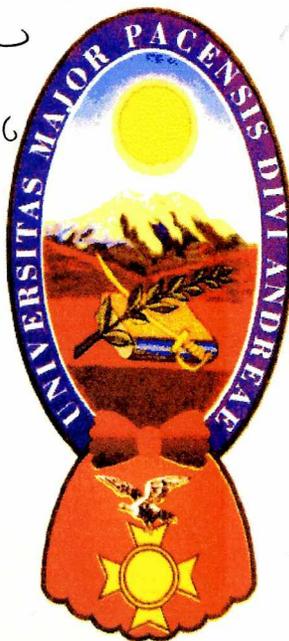


Tesi A

383

20

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA



[Handwritten signature]

Lic. Guine Pérez
 TRIBUNAL

"AUTOESTIMA Y RENDIMIENTO ESCOLAR"

TESIS DE GRADO

**PRESENTADO PARA OPTAR EL TÍTULO DE:
 LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**

POSTULANTE : *CARLOS ALBERTO NIETO ARCE*

TUTOR : *LIC. CARMEN CAMACHO de TEJERINA*

LA PAZ - BOLIVIA
 2000



ESPECIALIZADA
 * La Paz -

A mi madre que supo sembrar la
perseverancia en mi persona
y a mis hijos por ser el alma
de la tesis.

AGRADECIMIENTOS

*Quiero agradecer a la **Lic.** Carmen Camacho, Directora de la Carrera de psicología, por las muchas sugerencias útiles que supo darme y ser el artífice en la culminación de este **sueño** que posibilita una nueva apertura a mi vida.*

*Quiero dar gracias a la Universidad Mayor de San **Andrés,** a sus aulas y a todos los catedráticos de la Carrera de Psicología, que supieron ser guías en mi formación profesional.*

Carlos Alberto Nieto Arce

RESUMEN

El estudio de la correlación entre la Autoestima y el Rendimiento Escolar, en una muestra general de 45 sujetos tiene las siguientes características:

1. En los resultados del Pre-test han arrojado la siguiente distribución: 24 alumnos han obtenido un Puntuación baja en el Test de Autoestima y un Rendimiento Escolar no **satisfactorio, que** representa un 53%. La muestra de asignación de los sujetos a los grupos: Experimental y Control, se realizó mediante un proceso de aleatorización simple, tomando el factor estratificación.
2. Los 24 sujetos han sido dividido en dos grupos: Grupo Control 12 alumnos que representan un 17% y Grupo Experimental 12 educandos, con un porcentaje 17%. Ambos grupos fueron sometidos a experimento con un Promedio Escolar de: 31.0833 para el Grupo Control y 31.2500 para el Grupo Experimental, es decir, las medias son cuantitativamente iguales en ambos grupos.
3. Una vez que ha concluido el proceso de tratamiento, se tomó una prueba de post-test, donde los resultados fueron significativos. El Promedio Escolar del Grupo Experimental subió cualitativa y cuantitativamente de 45% a 68%, es decir, 31.25 a **47.41, que** representa un 23% de aumento, el cual indica un Rendimiento Escolar satisfactorio.

4. El Grupo Control no tuvo una elevación significativa en el Promedio Escolar, sólo aumentó un 3%, es decir, de 31.083 subió 33.416, el cual está dentro del Rendimiento Académico no Satisfactorio.

5. La Puntuación de Autoestima en la Etapa Pre-test en el Grupo Control es de 28.91, que representa un 41%, que indica un Bajo Nivel de Autoestima; en el Grupo Experimental es de **26.75, que** señala un 32%, que significa una baja autoestima.

6. Después de aplicar el Método de Incrementar la Autoestima el Grupo Experimental elevó su Nivel de Autoestima de: 26.75 a 43.66, que representa un 62% de incremento; esto permitió mejorar su Promedio Escolar de 31.25 a **47.47, que** significa un porcentaje de 68% de elevación, en la etapa Post-test. Los sujetos experimentaron ser competentes y merecedores en el proceso aprendizaje.

7. El Grupo Control no ha mejorado significativamente en la etapa Post-test, de 28.91 aumentó a 30.91, el cual indica que se mantiene en el Bajo Nivel de Autoestima, con un porcentaje de 3% de incremento. El Promedio Escolar subió de 31.08 a 33.41, que significa un rendimiento escolar no satisfactorio.

8. La correlación de la variable Rendimiento Escolar es de **96.79%, el** cual está muy próximo al 100%. La correlación de la variable autoestima alcanzó un 95.98%, que indica que está muy próximo al 100%. Por lo tanto, nuestra hipótesis queda demostrada por la relación existente entre las dos variables.

ÍNDICE

DEDICATORIA1
AGRADECIMIENTO	ii
RESUMEN	iii
ÍNDICE	
CAPÍTULO PRIMERO	
1. INTRODUCCIÓN	
1.1. Antecedentes	...10
1.2. Delimitación de área problemática	15
1.3. Objeto de estudio	...17
1.4. Planteamiento del problema	18
1.5. Objetivos	...20
1.5.1. General	...20
1.5.2. Específicos	...20.
1.6. Hipótesis	...21
1.6.1. Hipótesis Metodológica	...21
1.6.2. Hipótesis Estadística	...22
1.6.3. Variables	...22
1.6.4. Definición conceptual	22

1.6.5. Operacionalización de las	24
variables	24

CAPÍTULO SEGUNDO

2_ MARCO TEÓRICO	27
2.1. Definición de Autoestima-	27
2.2. Significado de la Autoestima	37
2.3. Aspectos de la Autoestima	43
2.3.1. Autoeficacia	44
2.3.2. Autodignidad	45
2.4. Estructura Fundamental de la Autoestima.	46
2.4.1. Los componentes de la Autoestima.	47
2.4.2. Las cualidades vividas de	51
la autoestima	51
2.4.3. Las dinámicas de la Autoestima	52
2.5. Fuentes Interiores de la Autoestima ...	53
2.5.1. Vivir conscientemente	54
2.5.2. La aceptación de sí mismo	56
2_5.3. La responsabilidad de sí mismo	57
2.5.4. La autoafirmación	59
2.5.5. Vivir con propósito	59
2_5.6. Integridad personal	60
2.6. Los Niveles de la Autoestima	62
2.6.1. Autoestima alta	62
2_6.2. Autoestima baja	66

2.7. Autoestima y Valores	68
2.8. Desarrollo de la Autoestima	73
2.8.1. La infancia y pre-estima	73
2.8.2. La aparición de la Autoestima	79
2.8.3. La autoestima en la adolescencia.	82
2.9. Autoestima y Educación	86 ↓
2.9.1. Escuela Tradicional	88
2.9.2. Escuela Nueva	90
2.9.3. Proceso Enseñanza-Aprendizaje	92
2.9.4. Motivación y Aprendizaje	97
2.9.5. Rendimiento Escolar	102 ✕
2.9.6. Rendimiento Escolar y Autoestima.	107
2.9.7. Condiciones y Actitudes para un .	116
Aprendizaje significativo	116
2.9.7.1. Congruencia-Autenticidad	120
2.9.7.2. Aceptación incondicional	122
2.9.7.3. Empatía	124 -
2.10. Importancia de la Autoestima	126'

CAPÍTULO TERCERO

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	131
3.1. Método	131
3.1.1. Diseño Experimental	132
3.2. Instrumento de medición	133
3.2.1. Puntuación para el test de	133

Autoestima (PPTA)	133
3.2.2. Método para Incrementar la	134
Autoestima (MIA)	134
3.3. Procedimiento	135
3.3.1. Selección de la muestra	136
3.3.2. Recolección de los datos	139
CAPÍTULO CUATRO	
4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	156
4.1. Resultados del Experimento	156
CAPÍTULO QUINTO	
5. DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	198
5.1. Discusión	198
5.2. Conclusiones	203
5.3. Recomendaciones	206
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	209
APÉNDICE A: Puntuación del Test de Autoestima ...	216
APÉNDICE B: Método para Incrementar la Autoestima.	224
APÉNDICE C: Técnica de Fortalecimiento de la	236
autoestima y comprensión de sí mismo.	236
APÉNDICE D: Lista de alumnos del Experimento.....	252

CAPÍTULO PRIMERO

1 INTRODUCCIÓN

En la actualidad ha tomado enorme importancia el significado de la autoestima; hoy, más que nunca, existe en todo el mundo una concienciación sobre el valor y la necesidad para una autoestima elevada.

La mayoría de las familias de nuestro contexto "pertenecemos a hogares caracterizados por señales contradictorias, negaciones de la realidad, mentiras de los padres y falta de respeto adecuado a nuestra mente y **persona**"¹. Conocemos nuestro medio ambiente en el que nos hemos desarrollado con estas actitudes negativas, que han desvalorizado nuestra personalidad, tanto en el núcleo familiar, como en la escuela y colegio donde nos hemos educado.

Desde niños vamos construyendo nuestro propio concepto, nuestra **autoimagen**, el sentido de nosotros mismos, con arreglo a los mensajes que recibimos de nuestros padres, hermanos, **familiares, compañeros** de curso y maestros. Tal y como el contexto nos **considera**, así creeremos que somos desde la infancia.

En los últimos veinte **años**, tanto en el campo de la psicolo-

1 Branden, N.: El Poder de la Autoestima. Paidós, Argentina, 1a. ed., 1993.

gía como en la psicopedagogía, se viene insistiendo hasta la saciedad en una buena autoestima. "La investigación en los países más avanzados es masiva, ya que todos los autores coinciden en afirmar que la autoestima, en cuanto componente evaluativo del concepto de sí mismo, si lográramos que sea elevada, constituye la mejor garantía de que un niño no va a convertirse en un problema, en principio; pero además, la autoestima elevada es el pronóstico más fiable de madurez mental y **psíquica**, y de una vida feliz sobre todo cuando los niveles altos de autoestima no descienden durante la adolescencia y la **juventud**². En consecuencia, la autoestima es primordial para toda persona que desee una salud psíquica saludable, porque el tener un elevado de este fenómeno es la probabilidad de desarrollar una conducta positiva dentro del marco social de interrelación en el que nos hallamos.

En nuestro país, se tiene poca información sobre el tema de autoestima en el área educativa; J.A. Alcántara se refiere que la autoestima es un factor **motivacional** que incide en el rendimiento escolar, sabiendo que la motivación es un "estado interno que activa, dirige y mantiene la **conducta**"³. Cuando el alumno es motivado en forma intrínseca no necesita incentivos o castigos que hagan trabajar porque la actividad es recompensada por sí misma. Disfruta de las tareas que

2 Tierno, B.: Valores Humanos. Taller de Ed. España. 11ma. Ed., 1996

3 Woolfork, A. Psicología Educativa. P. Hall Hispanoamericana% ed., 1996.

realiza o el sentido de logros que trae consigo.

Actualmente en nuestro país se está empezando un procesos de cambio en el sistema educativo, implementando una serie de de reformas y dando a conocer en forma muy esquemática el término de autoestima, que es parte de la evaluación del aprendizaje, que se conoce con el nombre de Desarrollo Personal; no obstante, las razones que motivaron a esta reforma es dar un corte al proceso enseñanza-aprendizaje tradicional que tiene como característica que el estudiante sea un sujeto pasivo que se asemejaba a un recipiente, donde almacenaba en sus pensamientos que eran dictados por sus maestros y los repetía en forma mecánica, sin ninguna posibilidad de reflexión crítica, donde sólo primaba la enseñanza memorística, y el control de los castigos y las amenazas. En suma, es una educación vertical y pasiva, donde el sujeto de la educación tiende a ser un objeto, olvidándose que es una persona, que tiene valía en sí mismo y una autoestima.

Según el pensamiento de eminentes psicólogos de tendencia humanista Rogers y Freiberg (1996) escribieron en base a experiencias logradas y profundamente reflexivas, sobre la educación de nuestros tiempos, donde sale a luz una de las críticas más serias a nuestro sistema educativo, indicando que: "no está consiguiendo satisfacer las necesidades reales

de la sociedad. Nuestras escuelas constituyen la institución más tradicional, conservadora, rígida y burocrática de nuestra época, y la más resistente al **cambio**"⁴. Estas observaciones, realizadas tan profundamente al sistema educativo en el que nos encontramos, muestra las características de verticalidad y de ser obsoleta, y carente de una realidad objetiva por no responder a las necesidades de nuestro país, hablando en términos de totalidad de la educación secundaria.

Para muchos niños y adolescentes, una institución educativa representa una segunda oportunidad de conseguir un mejor sentido de sí mismo y una comprensión de la vida mejor de la que pudieron tener en su hogar; sin embargo, "la escuela tradicional continúa imponiendo a los alumnos el saber, se apoya para motivarlo, en la **crítica**, el miedo al ridículo o sobre todo en el temor al **fracaso**"⁵. Hoy en día, una gran cantidad de docentes tiene la percepción de ver al alumno en forma pasiva, porque ello representa una buena disciplina y utiliza actitudes negativas que van a afectar su **personalidad**.

Sería positivo, que esta reflexión hiciera impacto a los educadores para que cambiaran de actitudes en las unidades educativas; si mostraran "los directores y educadores (...), niveles altos de empatía, congruencia y atención positivas,

4 Rogers, C.Y Frelberg, H.J.: Libertad y Creatividad en la Educación. Paidós, España, 1996.

5 Poeydomenge, M.L.: La Educación según Rogers. Narcea, Madrid, 1986.

pueden hacer que se incremente la fertilidad de la vida y del aprendizaje de todos los **educandos**⁸. Es esencial el cambio de actitudes de los docentes y de la administración educativa de nuestras instituciones escolares para una contribución eficiente al proceso **enseñanza-aprendizaje**.

Si el cuerpo administrativo y los profesores, se darían cuenta de la importancia de considerar que la autoestima es un factor que condiciona el aprendizaje para lograr nuevos aprendizajes de actitudes positivas respecto a sí mismo; sería fundamental para la educación de los educandos la de integrar en la currícula de los programas escolares el fomento de la autoestima.

En este trabajo, conociendo la problemática educativa, nos permite cuestionarnos, ¿Si el nivel de autoestima está relacionado con el rendimiento escolar en los estudiantes adolescentes?. Como bien sitúa Alcántara (1995), al fenómeno en el contexto de todo el desarrollo personal del **niño** y del **adolescente, señalando** que constituye la base del ser humano, donde descansa la estructura personal.

El propósito de esta investigación es develar la interrogante planteada en líneas arriba, que es un cuestionamiento que permitirá relacionar las dos variables X-Y. Esto facultará a contrastar con la realidad educativa de los educandos de

⁸ Roger, C. y Frelberg, H. J.: **Libertad y Creatividad en Educación, ob. cit, pág. 307.**

primero de secundaria del Colegio Nocturno "Julián Apaza" de la Zona de Alto Lima de la ciudad de El Alto.

Siendo una investigación cuasiexperimental, donde la variable independiente, autoestima es manipulable para obtener su relación entre la variable dependiente, rendimiento escolar. Debe entenderse que el nivel de nuestra autoestima, oscila entre las categorías alta y baja. Esto va a influir en nuestra forma de actuar y nuestra forma de actuar va a influir en el nivel de nuestra autoestima, así lo dice Branden. Porque es evidente que toda conducta positiva o negativa influirá en nuestro entorno social, mas aún cuando se trata de estudiantes adolescentes en una clase.

Las páginas que siguen son una reflexión sobre la problemática de la autoestima en el proceso enseñanza-aprendizaje, es **así, que** en el capítulo primero situamos a la autoestima en el contexto de los antecedentes, a partir de un recorrido histórico de investigadores eminentes. Asimismo, abordamos el área problemática, que está delimitado por la temática rendimiento escolar y su relación con la autoestima, consignado en el área educativa, siendo al mismo tiempo nuestro objeto de estudio. En esta dimensión, planteamos el problema de la investigación ¿En qué medida el nivel de autoestima se relaciona con el rendimiento escolar? planteamiento que implica ser probado en forma empírica, en tanto sea observable en la

realidad el fenómeno. A la **vez, señalamos** lo que persigue la investigación, el objetivo fundamental es desarrollar la relación que existe entre la autoestima y el rendimiento escolar, y analizar la correlación de las dos variables. Luego finalizamos el capítulo con la formulación de la hipótesis de investigación, identificando las variables: independiente y dependiente (X-Y), y la operacionalización de las mismas, destacando los dos constructos de la autoestima.

En el capítulo segundo abordamos el marco teórico a partir de investigadores de autoestima, destacando los dos elementos o constructos esenciales: la competencia y el merecimiento, apoyándonos en la corriente humanística, fundamentalmente, desde la perspectiva educativa en el proceso enseñanza-aprendizaje.

El capítulo tercero constituye una descripción de la metodología de la **investigación, señalando** el diseño cuasi-experimental que permitirá estructurar y organizar para relacionar y controlar las variables, y a la vez servirá como un instrumento de dirección para la investigación y tenga validez externa e interna. Asimismo, caracterizamos los instrumentos de medición empleados, tanto en la etapa del pre-test y post-test: Puntuación para el Test de Autoestima Y el Método de Incremento de Autoestima. Finalmente, se abordó el procedimiento de la recolección de datos.

En el capítulo cuarto constituye lo esencial del trabajo, porque tratamos los resultados de la investigación, que es el producto del análisis de los datos recolectados y el tratamiento estadístico, que va a permitir la verificación de las hipótesis de la investigación.

Finalmente, en el capítulo quinto llegamos a la discusión de la investigación, a las conclusiones y a las recomendaciones de la importancia de conocer la autoestima y su relación con el rendimiento escolar. Fundamentalmente, apuntando a una toma de **conciencia** del fenómeno en el campo educativo, donde se da la **interrelación** docente y educando, para que exista un óptimo rendimiento académico.

1.1. ANTECEDENTES

Cuando se propuso realizar este trabajo de investigación sobre la autoestima, se comprendió que en nuestro país sólo se tenía escasa fuente de información al respecto; alguno, que otro hizo una investigación sobre este tema, sin contar con un marco histórico, donde encontremos ciertos antecedentes básicos para un trabajo de esta naturaleza.

Branden, psicoterapeuta clínico de tendencia humanista, ha escrito un libro "El poder de la autoestima", en el cual menciona unas notas escritas en el año de 1954, éstas no habían sido publicadas, sino que contribuyeron a su su pensamiento: "empiezo a pensar que la clave más importante para la motivación humana es la **autoestima**"⁷. Siguiendo el recorrido de la información, sólo encontró algunos elementos de tendencia psicoanalítica, en su fundador Sigmund Freud que había sugerido que la causa del poco "amor propio", era que el niño descubría que no podía tener relaciones sexuales con su madre o padre, y esto conducía al sentimiento de impotencia: "No puedo hacer nada". Otro psicoanalista Alfred **Adler** considera la "inferioridad orgánica", es decir, desde que el niño viene a este mundo está con desventajas, con sentimientos de inferioridad. No obstante, de las consi-

7 Branden, N.: El poder de la Autoestima, ob. cit., pág. 18.

deraciones anteriores hemos encontrado el hilo conductor de la historia de la autoestima en el padre de la psicología norteamericana William James, en un primer fragmento de datos que se remonta a más de cien años de su aparición, de tal manera, en esta ocasión sólo mencionaremos la parte esencial, señalando que este psicólogo concibe a la autoestima como un fenómeno afectivo y a la vez equivale al **éxito, dividido** por pretensiones.

Un eminente **investigador, Robert White**, (1963) hizo un esfuerzo escribiendo una serie de artículos sobre **autoestima; señala** que la eficacia, la competencia y afecto, se desarrollan con el tiempo y a la vez está en la posibilidad de modificación.

Sin embargo, en los años sesenta se puede apreciar a otro estudioso e investigador en esta materia, **Morris (1965)**, quien introduce dos importantes contribuciones, con relación a **merecimiento, a** estabilidad y a cognitivo. Entiende por autoestima la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el sujeto en referencia a sí mismo, esto expresa una actitud de aprobación o desaprobación. Es elemental referirse, a la actitud que adopta el sujeto para mirarse a sí mismo, en el sentido positivo o negativo, con relación a su persona, esto crea una valoración de estima de respeto o desaprobación.

Otro momento significativo se da con el notable psicólogo Stanley Coopersmith quien publica "Los Antecedentes de la

la Autoestima", trató de estudiar las condiciones y experiencias reales que fortalecen o debilitan la autoestima; es así, que este trabajo ofrece un nuevo e importante insight a las dimensiones evaluadoras y experimentales. Lo fundamental es el término merecimiento o valor, implícito en el ser humano, que vincula entre autoestima y la conducta.

Hemos de recurrir nuevamente para estos antecedentes histórico a una de las figuras importantes en autoestima de los años setenta a Branden, el cual incluye dos componentes básicos de la autoestima: merecimiento y competencia, y además una dimensión nueva e importante: la relación de estos en sí misma debe ser consideración fundamental.

Un investigador de los años ochenta es Seymour Epstein (1985), quien reafirma que el componente fundamental de la autoestima es el merecimiento, es decir, que la autoestima se la considera como una evaluación del merecimiento de amor. Todo ser humano, por el solo hecho de ser como tal merece ser considerado como persona digna de ser querido o estimado por mundo inmediato.

Mruk Chris (1998) indica que, en una investigación realizada en Washington por Bernad 1989 señala que: "la autoestima es un sentido duradero y afectivo del valor personal basado en en auto-percepciones exactas"⁸. Es la persona con sus per-

8 Mruk, Ch.: Autoestima. Investigación, Teoría y Práctica. Desclee, España-Bilbao, 1a.ed., 1998.

cepciones de su sí mismo en la dinámica de la conciencia que puede concebir el afecto y el nivel de su autoestima en el el tiempo.

Siguiendo nuestro recorrido histórico sobre la autoestima, encontramos datos que proceden de tres estudiosos en este campo. Estudio que realizaron fue en niños, de donde estragaron ciertas consideraciones. Pope, Mchale y Craighead (1988) describen a la autoestima como una evaluación de la información contenida en el **auto-concepto, y** se deriva de los sentimientos que tiene el niño sobre todas las cosas que él es. **Posteriormente, indican** que este elemento surge entre el self percibido y el self ideal.

Finalmente, encontramos a uno de los psicólogos más eminentes de nuestro tiempo, Carl Rogers, psicoterapeuta clínico y educador, quien ha aportado con su pensamiento, su esfuerzo sistemático de operación y reflexión al servicio de los los hombres, a la vez al campo de la educación.

En líneas generales, no menciona específicamente sobre el tema de autoestima en sí, sino que considera que su "teoría ha girado entorno del concepto de sí mismo'**9**". El comportamiento de un individuo está determinado por la percepción que tiene de sí mismo y su entorno.

9 Rogers C.: Psicoterapia Centrada en el Cliente. Trad. por S. Tubert. Paidós, México, 1993, pág. 28.

El sí mismo es abstracción o pensamiento que se forma en el niño cuando reconoce que es una entidad separada y determinada por las interacciones sociales desde temprana edad, es así como el psicólogo humanista, menciona: "El concepto de sí mismo, o la estructura del sí-mismo puede considerarse como una configuración organizada de percepciones del sí-mismo, admisible para la conciencia"¹⁰. En la medida en que el sujeto se perciba como una totalidad **interrelacionada** a su sí mismo, mediatizada por una realidad, en el que está formada por experiencias concretas, relacionada con la conciencia cotidiana a partir de la infancia para constituir al sí mismo que es su personalidad plena.

Sin **embargo**, al considerar el sí-mismo como la base de su teoría, esto no significa que esté al margen de la autoestima sino todo lo contrario, que ésta forma parte de ella, en tanto sujeto de aprendizaje.

Llegamos, al final de nuestras consideraciones históricas; itinerario que ha permitido encontrar datos fenomenológicos de investigación empírica, y que tiene por ventaja comprender este fenómeno psicológico como un constructo de investigación y que va a constituir un hito para nuestro estudio.

10 Rogers, C.: Psicoterapia Centrada en el Cliente, ob. cit., pág. 127.

1.2. DELIMITACIÓN DEL ÁREA PROBLEMÁTICA

En las dos últimas décadas, se ha percibido un notable desarrollo sobre el estudio del fenómeno de la autoestima, llegando a nuestro país una serie de referencias teóricas a partir de investigadores que se dedicaron a este campo.

Nuestra educación carece de una serie de elementos fundamentales para su comprensión del fenómeno de la autoestima, aplicada al proceso **enseñanza-aprendizaje**. El abordaje del estudio científico de este tema se ha realizado en una unidad educativa vespertina de la ciudad de El Alto.

Los niveles de autoestima tienen un proceso de desarrollo en la infancia y están relacionados, en primera instancia, en la escena primigenia de interrelación con los padres y luego su contexto de barrio y el ambiente escolar. Por esta razón, nuestra investigación considera a la autoestima desde la perspectiva de correlación con el proceso de aprendizaje.

Esta investigación está delimitada por la temática: La autoestima y su relación con el rendimiento escolar, que está enmarcada dentro del área de la psicología **educativa**, porque considera que las dos variables: autoestima y rendimiento escolar se interrelacionan inevitablemente. El alcance de la

autoestima "condiciona el aprendizaje hasta límites **insospechados**"¹¹. Por esta razón, llega a ser un recurso psicológico que "constituye el núcleo de la **personalidad**"¹², donde la familia tiene que ver en su formación y evolución, desde su origen. Por este mismo hecho, una mayoría de los alumnos lleva consigo actitudes que los padres sembraron en ellos, sean positivas o negativas y las manifiestan en las aulas de aprendizaje, mostrando un nivel alto o bajo de autoestima. En **consecuencia**, ¿Cuánto habrá afectado al educando en su proceso de aprendizaje las actitudes negativas que recibió en el núcleo familiar? ¿Hasta qué punto la opinión negativa de los que le rodean habrá afectado al desarrollo de su autoestima? ¿Al ser consciente de su bajo rendimiento escolar, hasta qué punto se habrá sentido incompetente e inmerecedor del éxito?.

Se aprecia que el fenómeno de la autoestima tiene que ver con el proceso enseñanza - aprendizaje, y es vital para el educando. Por este mismo hecho, la investigación que realizó Susan Harter en el año 1993, llegó a la conclusión de que la baja autoestima está relacionada con una pobre realización en el campo escolar, sabiendo que es importante para el alumno percibirse en forma significativa en su entorno, pues lo contrario hace que se sienta con una posición de poca

11 Alcántar, J.A.: Cómo Educar la Autoestima. CEAC, Barcelona, 3a. 1995, pág. 10.

12 Ibid., pag. 15.

estima. Otro investigador en el campo de la autoestima es José Antonio Alcántara (1993), quien menciona que el fenómeno de la autoestima determina el comportamiento y el rendimiento **escolar**; por lo tanto, la vida escolar es una poderosa influencia en la configuración del autoconcepto.

Estas conclusiones a las que llegaron estos investigadores, lleva a cuestionarnos indispensablemente con una interrogante: ¿Si los niveles de autoestima que tienen los educandos, están relacionados con el proceso de su **aprendizaje**, hasta qué grado les afectarán en su rendimiento escolar?. Por lo **tanto**, el propósito de la investigación apunta a esta problemática que está dentro de un contexto real educativo, y su fortalecimiento con el método MIA, permitirá el desarrollo de nivel de autoestima para rendimiento escolar satisfactorio.

1.3. OBJETO DE ESTUDIO

La educación de nuestro país ha estado enmarcada dentro del molde **tradicional**, donde no se **dió** ni la menor importancia al tema de la autoestima, ni mucho menos en incursionar a la **currícula** y al reglamento de evaluación, desde la perspectiva de preparar al personal docente a través de un programa, para fortalecer la autoestima del alumno. Por esta situación, los educandos han tenido que arreglárselas para superar las

consecuencias de la falta de fortalecimiento de este recurso psicológico.

Creemos que el paso de un grado hacia otro, ha tenido que ver con el aspecto de la inseguridad para un aprendizaje **significativo, que** no ha permitido desarrollar en los educandos una personalidad plena.

Por lo **tanto, el** fortalecer la autoestima es facilitar el desarrollo de su potencial para un aprendizaje superior que le permita ser un sujeto creativo y acceda a su autorrealización. Por esta razón, es menester preguntarnos: ¿Qué es ser competente en un aprendizaje? y ¿Qué es ser merecedor del éxito cuando se alcanza un objetivo?.

En **consecuencia, el** objeto de estudio de esta investigación es la relación que existe entre el nivel de autoestima y rendimiento escolar en los alumnos de primero de secundaria de un colegio nocturno de la ciudad de El Alto.

1.4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El fenómeno de la autoestima ha sido estudiado desde varios **ángulos, tomando** como determinante para el proceso **enseñanza-aprendizaje, para** el éxito de las funciones en cualquier empresa que el sujeto **realice, más** aún en la interrelación

humana dentro de su contexto y para la superación de ciertos conflictos emocionales.

Sin embargo, dentro del área educativa de nuestro país, sólo se la toma en cuenta en el proceso de evaluación, que se conoce con el nombre "Desarrollo Personal y Social", como uno de los criterios que debe ser observado en el proceso de aprendizaje por el docente, esta actitud sólo se cumple a un nivel subjetivo, por carecer de un instrumento que permita llegar a la objetividad. En esta dimensión, la presente investigación tenderá a ser orientada a partir del siguiente problema científico:

¿En qué medida existe relación entre los niveles de Autoestima y el Rendimiento Escolar, y su influencia para un proceso de aprendizaje satisfactorio y no satisfactorio?.

Cuestionamiento que se develará en tanto sean estudiadas las dos variables.

Esta investigación pretende medir la relación que existe entre autoestima y rendimiento escolar, entendiéndose dentro de un proceso dinámico que se entendería a partir de un estudio transversal correlacional, para conocer si existe relación entre las dos variables: Autoestima y Rendimiento Escolar.

1.5_ **OBJETIVOS**

1.5.1. **OBJETIVO GENERAL**

- Desarrollar la existencia de relación entre los niveles de autoestima y el rendimiento escolar, factor de influencia en el rendimiento satisfactorio y no satisfactorio.

1.5_2. **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Determinar el nivel de correlación significativa entre autoestima y rendimiento escolar.
- Aplicar el Método para Incrementar el nivel de autoestima (MIA), al grupo experimental y fortalecer el fenómeno en los alumnos.
- Identificar los niveles de autoestima, correlacionado con el Rendimiento Escolar, después del tratamiento.
- Valorar al Método para Incrementar la Autoestima (MIA), que produce resultados al ser aplicado al Grupo Experimental, para que mejoren su rendimiento escolar.

- Comparar la puntuación final de autoestima, entre la calificación final de rendimiento escolar, para conocer su significación.

1.6. PLANTEAMIENTO DE LA HIPÓTESIS

La hipótesis de investigación corresponde al estudio correlacional, donde se asocian dos variables: autoestima y rendimiento escolar, serán planteados en su relación en el proceso aprendizaje que desarrollan los **estudiantes**, influidos por los niveles o grados de autoestima.

Los niveles de autoestima de los educandos, tienen relación con su rendimiento escolar.

Al referirnos al fenómeno de autoestima y rendimiento escolar, dos constructos fundamentales para nuestra investigación que tendrán que ser develadas en su relación, en la medida en que se formulen dos tipos de hipótesis que orientarán nuestro trabajo de **investigación**, en el que estará enmarcado en un orden lógico para su estudio.

1.6.1. HIPÓTESIS METODOLÓGICAS

HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN (Hz)

H₁: A mayor nivel de autoestima, tienden a tener mejor rendimiento escolar.

HIPÓTESIS DE TRABAJO (H_t)

El fortalecimiento del nivel de autoestima al grupo experimental, a través del Método para Incrementar la Autoestima (MIA), desarrollarán un rendimiento escolar satisfactorio.

1.6.2 HIPÓTESIS ESTADÍSTICAS

HIPÓTESIS ALTERNATIVA (H_a)

H_a : El nivel de correlación entre autoestima y rendimiento escolar de los alumnos es altamente significativa.

HIPÓTESIS NULA (H_0)

H_0 : El nivel de correlación entre autoestima y rendimiento escolar de los alumnos no es altamente significativa.

1.6.3. VARIABLES

Nuestra hipótesis tiene dos variables:

Variable Independiente: Autoestima (V.I.).

Variable Dependiente: Rendimiento Escolar (V.D.).

L6.4. DEFINICIÓN CONCEPTUAL

VARIABLE 1: NIVEL DE AUTOESTIMA

Nathaniel Branden (1993) define dos niveles

de autoestima, en su obra "El Poder de la Autoestima", dice que la autoestima alta es "la predisposición a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida y como merecedor de **felicidad**"¹³.

La autoestima baja es no sentirse apto para la vida, ni competente ni merecedor de felicidad.

VARIABLE 2: RENDIMIENTO ESCOLAR

Susana Avolio de Cols (1979), en su obra "La Tarea Docente", dice que son los resultados obtenidos del proceso aprendizaje por el educando y que van a ser traducidas en notas de calificaciones.

VARIABLES DE LA HIPÓTESIS

VARIABLE MEDICIONAL

1. El nivel de autoestima en los alumnos.
2. Rendimiento Escolar en el proceso de aprendizaje.

VARIABLE INDEPENDIENTE

X = Nivel de Autoestima

VARIABLE DEPENDIENTE

Y = Rendimiento Escolar

13 Branden, N.: El Poder de la Autoestima, ob.cit., pág.45.

1.6.5. **OPERACIONALIZACIÓN** DE LAS VARIABLES

VARIABLE 1 AUTOESTIMA

DIMENSIONES	INDICADORES	MEDIDORES	ESCALA	INSTRUMENTO
Autoestima	Puntuación para el Test de Autoestima	Nivel de Autoestima	Autoestima global Alta Baja	Test de Autoestima
	Competencia	Eficacia Exito Competente en la vida Aptos para la vida	Académica satisfactorio	Test de Autoestima
	Merecimiento	Ser dignos De merecer Gozar de logros Respeto Satisfacción	Juicio de valor Positivo Negativo Social Familiar Corporal	Test de Autoestima
	Participación en el Método de Incremento de Autoestima	Presencia Frecuencia Nivel Alto Bajo	Autoestima Glo bal alta baja	Test de Au toestima Técnica de Observación Estrategias de desarrollo de au toestima

VARIABLE 2 RENDIMIENTO ESCOLAR

DIMENSIONES	INDICADORES	MEDICIONES	ESCALAS	TEC. INST.
Rendimiento Escolar Cualitativo	Iniciativa Creatividad	Presencia Frecuencia	Puntaje 0-2	Ficha de Observación
	Autoestima	Presencia Frecuencia	Puntaje 0-2	Ficha de Observación Registro
	Responsabilidad	Presencia Frecuencia	Puntaje 0-2	Observación
	Solidaridad Sociabilidad	Presencia Frecuencia	Puntaje, 0-2	Observación
	Honestidad	Presencia Frecuencia		
	No satisfactorio	Nivel Presencia Frecuencia	Puntaje 1-35	Observación Registro
	Satisfactorio	Nivel Presencia Frecuencia	Puntaje 36-55	Observación Registro
Rendimiento Escolar Cuantitativo	Optimo	Nivel Presencia Frecuencia	Puntaje 56-70	Observación
	Calificación obtenida	Nota	Puntaje 1-60	Observación en registro libretas
	Puntaje obtenido en prueba de conocimiento	Niveles de Rendimiento	puntaje 1-60	Prueba de Conocimiento

CAPITULO SEGUNDO

2. MARCO TEÓRICO

2.1. DEFINICIÓN DE AUTOESTIMA

Al abordar el análisis de las definiciones sobre autoestima es menester precisar los componentes básicos de la misma y tener los datos **apropiados, como** dice Chris Mruk (1998), que los dos elementos esenciales que constituyen la autoestima son: la competencia y el merecimiento.

Branden psicoterapeuta de visión **humanista, contribuye** al estudio de la **autoestima, convirtiéndose** en uno de los **especialista** de nuestro tiempo. Menciona que la autoestima es una fuerza poderosa dentro de cada ser **humano, es** decir que: "es la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades de la vida, es tener... confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos básicos de la vida. Por **último, es** tener confianza de ser felices, con el sentimiento de ser dignos, de merecer, de tener derecho a firmar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestros **esfuerzos**"¹. Cada educando del aprendizaje está en la posibilidad de alcanzar una buena autoestima con las características anteriormente presentadas y proyectarse hacia un futuro más promisorio.

¹ Branden, N.: El Poder de la **Autoestima, ob.cit., pág.14.**

Entendemos a partir de este pensamiento que la autoestima es una necesidad vital para todo ser humano, es una necesidad que se debe aprender a satisfacer a través del ejercicio de nuestras facultades más humanas, como ser la razón, la elección y la **responsabilidad**; esto lleva a pensar que debemos enmarcarnos a vivir racionalmente y a ser consciente de la realidad

El mismo investigador señala una definición formal, donde encontramos el significado y la estructura del fenómeno **psicológico**, en sus propias palabras dice que: "la autoestima es la predisposición a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida y como merecedor de **felicidad**"². Esta definición cuenta con dos componentes básicos de la autoestima que es esencial para toda investigación científica: Competencia y merecimiento.

No **obstante**, de lo ya mencionado en líneas arriba, sobre la definición de **autoestima**, Mruk Chris (1998), señala que una investigación realizada en Cambridge por W. James en 1890, enfatizó con claridad, los elementos de la autoestima: competencia, afecto y apertura. Este psicólogo señala que: "Por lo tanto, nuestro sentimiento del self en este mundo depende enteramente de lo que apostemos ser y hacer por nosotros mismos. Está determinado por un ratio de nuestras cualidades

2 Branden, N.: El poder de la Autoestima, ob. cit., pág. 45.

y nuestras supuestas potencialidades; una fracción, de la cual nuestras pretensiones configuran el denominador y nuestros éxitos el numerador: **así, Autoestima=Éxito/Pretensiones**. Tal fracción puede incrementarse reduciendo el denominador o aumentando el **numerador**"³.

Observamos claramente en la definición de W. James que la autoestima se debe pensar como un fenómeno afectivo y que se debe vivir como un sentimiento o emoción, porque es algo que experimentamos en nuestra persona. El otro punto a **señalar** es que la autoestima se establece con carácter de **ratio.es** decir, que la conducta es un acto de afirmación hacia lo que aspiramos y al resultado de éxito o fracaso. En consecuencia la autoestima es dinámica porque puede **cambiar, aumentando** o reduciendo la frecuencia de los éxitos. En suma, esta definición es algo afectivo y conductual porque depende de los valores propios y la acción, y está abierto al cambio.

Mruk (1998) menciona una investigación realizada por White en 1963, quien señala aspectos importantes que componen los elementos de la autoestima, que son los siguientes: afecto, apertura y competencia. Vamos a señalar al pie de la letra esta definición: "Por lo tanto, la autoestima, tiene sus raíces en la experiencia de eficacia. No se construye meramente sobre lo que hacen los otros o lo que proporciona el entor-

3 Mruk, Ch.: Autoestima Investigación Teoría y Práctica, ob.cit., pág.23.

no. Desde un principio se basa en lo que uno consigue obtener del **medio,incluso** aunque sólo sea mediante succiones más vigorosas o llantos más altamente sostenidos. En la actualidad del **infante,el** sentimiento de eficacia se regula mediante el éxito o fracaso de sus esfuerzos,porque carece del conocimiento de las cosas restante que pueden afectar sobre la respuesta ambiental. A partir de este punto,la autoestima se enlaza estrechamente con los sentimientos de eficacia y,según evoluciona,con un sentido más acumulativo de la experiencia"4.

White toma como componente central de la autoestima la competencia y al mismo tiempo existe un vínculo de unión entre ambos, siendo un fenómeno de orientación afectiva y dinámico,porque se desarrolla gradualmente a lo largo de la historia personal interaccionándose entre el self y el mundo. Este proceso se inicia a partir de la niñez y la autoestima se convierte en un factor determinante del ser humano y una necesidad vital.

Señala Mruk una investigación de los **año** 1965 realizada por Morris Rosenberg, quien en su definición considera tres elementos fundamentales,que son: **Merecimiento,congñición** y estabilidad. De acuerdo como lo dice con sus propias palabras,que: "Por autoestima entendemos la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a

4 lbíd.,pág.24.

sí mismo, expresa una actitud de aprobación/desaprobación" 5.

El primer aspecto que señala Rosenberg es la formación de actitudes que están involucradas: los factores perceptuales y cognitivos, es la formación de la opinión para evaluarlos, basada en el resultado que se obtiene.

Uno de los mejores libros que se han escrito sobre autoestima y que se ha publicado en 1967, "Los Antecedentes de la Autoestima" de Stanley Coopersmith.

Este investigador representa un gran paso en esta materia, porque menciona en su definición ciertos componentes de la autoestima: Merecimiento, cognición y estabilidad. Él define así: "Por autoestima, entendemos la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo: expresa una actitud de aprobación e indica la medida en que el individuo se cree capaz, significativo, con éxito y merecedor. En síntesis, la autoestima es un juicio de la persona sobre el merecimiento que se expresa en la actitud que mantiene ésta hacia sí misma./ Es una experiencia subjetiva que el individuo transmite a otros mediante informes verbales o mediante la conducta abiertas" 6. Parecería que esta definición fuera repetitiva con relación a los autores, sin embargo, es una contribución significativa al tema, porque

5 Mruk, Ch.: Autoestima Inv. Teoría y Práctica, ob. cit., pág. 25.

6 Coopersmith, S.: Los antecedentes de la Autoestima. Company. S. Francisco, 1a. ed. 1967, pág. 5.

encontramos la clave fundamental de, la autoestima: el **merecimiento,que** es doblemente importante para la autoestima.

Asimismo,el investigador en esencia indica que el proceso evaluador que repetidamente menciona, se puede interpretar que la autoestima implica un diagnóstico del propio merecimiento o valor como ser humano,**más aún,tal** evaluación no sólo es cognitiva o actitudinal,**sino** que es personal y poderosa,**con** sentido profundo. Finalmente, el autor vincula la autoestima con la conducta. Por esta razón es posible medir la autoestima y por ser observable en sus manifestaciones que expresa el sujeto social/

Continuando con el análisis de definiciones de autoestima, que aportaron investigadores sobre este tema,que revelaron aspectos esenciales en cuanto al significado y la estructura de este recurso psicológico. Es así como encontramos en este recorrido a Seymour **Epstein**, un investigador de los años ochenta,quien define de la manera siguiente: "Ahora volvamos a una consideración de la autoestima,un postulado descriptivo particularmente importante en la teoría del self de la persona. La necesidad de autoestima, en su nivel más básico surge a partir de la internalización de la necesidad del niño de ser querido por sus padres. Así pues, en su nivel más básico, la autoestima se corresponde con una evaluación extensa del merecimiento de amor y constituye uno de los

postulado más fundamentales en la teoría del self de un individuo"⁷.

Se puede percibir claramente en esta definición el progreso considerable en la investigación de la vivencia real de la autoestima, tomando en cuenta uno de los elementos esenciales de la autoestima que es el merecimiento y sin olvidarse del sentimiento afectivo y la estabilidad, que permiten el carácter dinámico de evolución y del nacimiento de la autoestima.

Mruk Chris (1998) indica una investigación similar como la anterior, realizada por Richar L. Bednar en 1989, quien dice de la manera siguiente: "Definimos la autoestima como un sentido subjetivo y duradero de auto-aprobación realista. Refleja cómo percibe y valora el individuo el self en su niveles más fundamentales de experiencia psicológica (...). Fundamentalmente, pues, la autoestima es un sentido duradero y afectivo del valor personal basado en autopercepciones **exactas**"⁸.

Bednar concibe a la autoestima en su carácter dinámico de autopercepción y de carácter realista, esto permitirá que sea duradero y con un sentido afectivo. Sólo se puede mostrar ese carácter, en la medida en que la persona pueda percibirse a sí mismo en forma consciente.

7 Epstein, S.: El self-concepto, N.J. Englewood, 1a., ed. 1985, pág. 302.

8 Mruk, Chris. Autoestima Investigación Teoría y Práctica, ob. cit., pág. 28.

Entremos ahora a considerar a tres eminentes investigadores que se dedicaron a estudiar a niños, Pope, McHale y Craighead (1988), que aportaron con una definición bien establecida y representativa, ellos dicen: "En síntesis, pues, la autoestima surge de la discrepancia entre el self percibido, o autoconcepto (una visión objetiva de sí mismo) y el self ideal (lo que la persona valora o le gustaría ser)...Este tipo de medición se produce en muchas áreas de la vida, dependiendo del tipo de tareas e intereses a que se dedique la persona".

En principio podemos apreciar una evaluación de la información contenida en el autoconcepto, al mismo tiempo, se desprenden los sentimientos del niño o del adolescente, en la medida en que ellos estén en actividad y puedan asimilar experiencias significativas. Nos permite hacer comparaciones entre aquellos que aspiran a ser y su evaluación real de sí mismas, es decir, la relación entre el ideal y el real ser; esto va a marcar el grado de autoestima del sujeto.

La definición no es innovadora y sus elementos: Competencia, cognición, estabilidad y apertura, se relacionan con los anteriores autores que hemos mencionado a lo largo de los antecedentes históricos. Sin embargo, es preciso recalcar el sentido que ellos toman a la autoestima, considerando que es

9 Pope, McHale y Craighead. Mejora de la Autoestima. M. Foca, España, 1a, ed. 1996, pág. 14.

la evaluación de la información, que el sujeto ha asimilado sobre sí mismo y le permite opinar sobre su persona real e ideal.

En la actualidad, científicos de tendencia **humanista**, como Maslow A. y Rogers C., y otros, afirman que la autoestima es una parte fundamental para que el hombre alcance la plenitud y la autorrealización en la salud física y mental, productividad y creatividad, es decir, es la plena expresión de sí mismo. Por otra **parte, podemos añadir, de** acuerdo al primero que la persona que no tiene amor por sí misma se vuelve egoísta, y la autoestima es la base y centro del desarrollo humano; y a la vez, es conocimiento y práctica de todo el potencial de cada individuo.

Rogers (1986), dice que sólo podremos respetar a los demás cuando uno se respeta a sí mismo; sólo podremos dar cuando nos hemos dado a nosotros mismo; sólo podremos amar cuando nos amemos a nosotros mismos.

Cuando nos referimos al constructo "el sí mismo", es necesario aproximarnos a este término para aclarar, **más aún, sobre** la definición, ¿Qué es la autoestima?. Un investigador psico-pedagogo señala con toda precisión que: "El sí mismo: Abstracción o pensamiento que se forma en el **niño** cuando reconoce que es una entidad separada, determinada por las interacciones sociales, desde temprana edad, por lo que

incluye ideas (cognición) y afectos (estima) respecto a uno mismo¹⁰. Solamente se puede hablar del sí mismo, en la medida en que uno haya hecho conciencia de su individuación, con relación a los sujetos y haya desarrollado ideas y emociones en un proceso de interrelación social.

El mismo autor indica que la autoestima es el componente evaluativo y afectivo del sí mismo, relacionada con la satisfacción personal y la competencia social a un nivel de desempeño; habilidades, destrezas e iniciativas que el ser humano ejecuta en su medio sociocultural.

Carl Rogers ha construido su teoría entorno del concepto de sí mismo, sobre el cual indica: "puede considerarse como una configuración organizada de percepciones del sí mismo, admisible para la conciencia"¹¹. A la vez, señala que están presentes los elementos, como ser: las percepciones de las propias características y capacidades de uno mismo; los preceptos y conceptos de sí mismo, que están relacionados con el medio ambiente sociocultural; las cualidades valiosas están relacionadas con la experiencia, los objetos e ideales.

En la medida, en que explora el sujeto su sí mismo y su auto-percepción sea real sobre sí mismo, tendrá la posibilidad de ser capaz de aceptarse tal como es y a la vez tenderá a ser

10 Raffo, L.: Autoconcepto del niño escolar. S. Marcos, Perú. 1a, ed. pág. 12.

11 Rogers, C.: Psicoterapia Centrada en el Cliente, ob. cit., pág. 127.

merecedor de un nivel elevado de autoestima y ser competente para los desafíos de la vida que se le presente, y pueda lograr un aprendizaje de nivel satisfactorio.

2.2. EL SIGNIFICADO DE LA AUTOESTIMA

Al hablar de autoestima tenemos que preguntarnos ¿Cuál es el significado y cuáles son los componentes de la autoestima?. Antes de contestar a estas preguntas, es preciso que hagamos algunas consideraciones, y que permitan decir algunos enunciados concretos sobre este constructo.

Habíamos indicado que la autoestima tiene dos componentes básicos que se relacionan entre sí en forma dinámica. Uno de ellos es la eficacia personal que significa la sensación de confianza frente a los desafíos de la vida, es la "experiencia de poder y competencia básicos que asociamos con una autoestima saludable y el respeto a sí mismo, y valía personal"¹². Es la fuerza motivadora que lleva a tomar experiencias en la vida cotidiana en tareas que el sujeto realiza autovalorándose y autorespetándose como persona.

Es necesario, que sigamos despejando estos enunciados que

12 Branden, N.: Los Seis Pilares de la Autoestima. Paidós. España, 1a, ed. 1995, p.p.52-53.

acabamos de mencionar, tener una idea exacta del significado de eficacia personal; en otras palabras llenar con un contenido convincente a nuestras pretenciones de investigación. Siguiendo el pensamiento de N. Branden, contestaremos a la pregunta ¿Qué significa confianza en el funcionamiento de la mente?, es pues: la capacidad para pensar, entender, elegir, tomar decisiones y creer en sí mismo como sujeto activo.

Por otra parte, indicamos que ser eficaz es ser capaz de producir resultados deseados, es tener confianza en nuestra capacidad de aprender y de adquirir conocimientos, habilidades y **destrezas**; y una gran disposición de merecimiento del éxito debido a nuestros esfuerzos. -

Hasta aquí se ha logrado fundamentos sólidos sobre el tema que se está tratando, sin embargo, es posible añadir algunos aspectos **válidos, siguiendo** a la letra de un investigador, que dice: "en el sentido de competencia interviene la **concienciación** de que hemos aprendido, somos capaces de aprender, estamos aprendiendo continuamente y tenemos un potencial sin límites de aprendizaje. El sentirse competente forma parte de la conciencia de la propia valía (...) llegar a aumentar esta competencia de forma continua es una decisión de cada uno en función de su propia **autoestima**"¹³. Cuando el sujeto goza de competencia, está en las posibilidades de ser capaz

13 Voll, F.: La Autoestima del Profesor. PPC. España, 2a, ed. 1998, pág. 94.

de un aprendizaje profundo y de aumentar su sentido de valía personal, sabiendo que el sujeto nunca deja de aprender' en forma compleja para transformar su organización interna.

Los sujetos que tienen un buen sentido de competencia, tienen características positivas para lograr éxitos en su vida cotidiana, están dispuestas a aceptar el cambios en su vidas como un desafío a las nuevas realidades que se les presenta; estas personas tienen ciertas singularidades, como lo menciona el autor Franco Voli, que todo ser humano busca su propia autosuperación, acepta los riesgos y es consciente de sus destrezas virtudes y debilidades; se siente motivado intrínsecamente y toma iniciativas; comparte gustos, ideas y opiniones, y acepta la derrota como enseñanza para convertir en éxito; busca la colaboración y la autorrealización; reconoce sus logros, los ensalza y es capaz de hablar positivamente de ellos, sin el temor a que se le considere vano y orgulloso en los logros de sus éxitos.

Al respecto, sobre este punto encontramos en la teoría rogeriana un indicador fundamental, referente a competencia y eficacia; por esta razón, invocamos el pensamiento de Rogers (1986), que indica que: "Soy más eficiente cuando puedo escucharme con tolerancia y ser yo mismo"¹⁴. En la medida en que el sujeto tiene capacidad de ser auténtico, como es,

14 Rogers, C.: El Proceso de Convertirse en Persona. Paidós. México, 4ta, ed. 1986, pág. 27.

mostrarse realmente lo que es, tanto en su mundo interno como en su mundo externo y reconoce sus características íntimas y capacidades positivas, es un sujeto competente y eficaz para la vida. Es decir, que su experiencia le permita tener "mayor integración personal y será más capaz de funcionar con eficacia" ¹⁵.

Si planteamos la pregunta, ¿qué características tienen los sujetos con insuficiencia de sentido de competencia? N. Branden (1993) y Franco Voli (1998) responden que tienen excesiva **dependencia**, sin sentido de creatividad, el éxito depende de la suerte y de los demás, falta de confianza, no piensan en alternativas por su sentido de insuficiencia, se preocupan por el futuro en lugar de actuar en el presente, no son perseverantes y carecen de sentido de seguridad, no aprenden de los errores, siempre utilizan la frase "yo no sé, no soy capaz", no contribuyen con ideas y opiniones, no se atreven a asumir riesgos por ser insuficiente, dan por descartado cualquier logro, desconfían de la capacidad de los demás, no aceptan su debilidad y de los **demás**, son incompetentes, por eso no se comprometen a tareas por temor a errores y terminan desmotivados, tienen dificultad para reconocer sus habilidades y destrezas, no saben perder y constantemente se frustran, viven con autoengaños y con **sueños** despiertos no realizables.

Ahora bien, reflexionemos sobre el segundo componente del significado de la autoestima: el respeto al sí mismo, es una **15** *ibíd.*, pág. 45.

necesidad tan fundamental para todo ser humano; así se lo menciona: "de todos los juicios que entablemos en la vida, ninguno es tan importante como el que entablamos sobre nosotros mismos"¹⁶. Esto lleva a meditar sobre las percepciones de sí mismo que tiene todo ser humano, sea positiva o negativamente, pero que van a incidir en el concepto de uno mismo, afectando directamente a nuestra personalidad.

El mismo autor señala que: "el respeto a uno mismo entraña la expectativa de la amistad, el amor y la felicidad como algo natural, como resultado de quienes somos y de lo que hacemos"¹⁷. Por lo tanto, el respeto al sí mismo es pensar de que somos valiosos y que vale la pena ser feliz y activo: para apoyar, proteger el yo, alimentar nuestra vida, nuestro bienestar, de que somos buenos y merecedores del respeto y al mismo tiempo trabajar por nuestra felicidad y por la realización personal. En consecuencia, debemos considerarnos merecedores de premios por nuestras acciones.

Mencionemos en su esencia, el mérito y el respeto hacia uno mismo, siguiendo el pensamiento de Branden; el respetar el sí mismo es: afirmar la conciencia con relación a nuestro exterior e interior, la elección de pensar y ser consciente; pensar de manera independiente; saber de lo sentimos, lo que queremos, necesitamos, deseamos y nos hace sufrir; sentir miedo

18 Branden, N.: El respeto hacia uno mismo. Paidós. España. 2a, ed. 1997., pág. 9.

17 Branden, N.: Los Seis Pilares de la Autoestima. Paidós. España, 1a, ed. 1995. pág. 56.

lo que nos irrita y experimentar todo **sentimiento;tener** una actitud de autoaceptación y ser auténticos;negarse a aceptar la culpa inmerecida y corregir la culpa que podamos haber merecido;respetar nuestro derecho a existir,nuestra vida por pertenecernos; amar nuestra propia vida,posibilidades de madurar y de experimentar alegría, y amar las potencialidades que poseemos y ser merecedores de felicidad.

Después de haber visto estos dos elementos esenciales de la significación de la autoestima que fueron desarrollándose y apoyándose en la teoría humanística;concluiremos ahora,desde el pensamiento de Carl **Rogers** que considera a la persona desde el ángulo del mérito o merecimiento y el respeto al sí mismo,en tendencia a un funcionamiento pleno de ser; este autor confirma que: "la persona que goza de libertad psicológica tiende a convertirse en un individuo que funciona más plenamente; puede vivir en y con todos y cada uno de sus sentimientos y reacciones (...) se dedica de lleno a ser y convertirse en sí mismo"¹⁹. Debemos comprender que el sujeto del aprendizaje en la medida en que explora su sí mismo con esa libertad de percepción y es dueño de su experiencia cotidiana, de su mundo interior, que le permita expresar tal como él es, y de manifestar la totalidad de su personalidad es vivir plenamente auténtico.

18 Rogers,C.:Proceso de Convertirse en Persona,ob.cit., p.p.171-172.

2.3. ASPECTOS DE LA AUTOESTIMA

La autoeficacia y la autodignidad son los aspectos de la autoestima positiva, son las bases fundamentales y al mismo tiempo representa la esencia de la autoestima.

En la obra "La actitud psicoterapéutica", en torno a Carl Rogers, del autor Manuel E. Artiles (1975) da fundamentalmente lineamientos **generales**; dice así, que: "lo que Rogers constata es que el paciente avanza en su funcionamiento: más allá de las fachadas, más allá de yo debería, más allá de lo que se espera de él, más allá del deber de complacer a los otros, hacia la autodirección, hacia la movilidad como proceso, hacia la complejidad, hacia la apertura a la **experiencia**, hacia una aceptación del otro, hacia la confianza en sí mismo"¹⁹. Es esencial considerar que todo sujeto de aprendizaje que esté en el proceso de autodirección, de abrirse a otras actividades de aprendizaje en forma dinámica para asimilar experiencias complejas, le permitirá tener confianza y seguridad en su sí mismo.

En el sí mismo de cada ser humano se manifiesta las características **anteriormente** mencionadas, sin embargo, es preciso interrelacionar con los aspectos de la autoestima, siguiendo el recorrido de Nathaniel Branden, indicaremos que existe un

19 Artiles, M.: La Actitud Psicoterapéutica. Bonum. B. Aires, 1a, ed. 1975, pág. 201.

sentido de eficacia personal, que denomina autoeficacia; el otro es el sentido de mérito personal, que se le nombra autodignidad. Ambos constructos tienen una relación estrecha como las dos caras de una moneda, y la falta de cualquiera de uno de ellos se menoscabaría la autoestima. Ahora bien, cada aspecto vamos a considerar, a partir del pensamiento de Branden y Rogers, fundamentalmente para su comprensión:

2.3.1. AUTOEFICACIA

Todo sujeto social pretende tener confianza en el funcionamiento de su mente, en su capacidad de **pensar**, en el proceso de pensar, en el proceso por donde juzgar, elegir y decidir. Al mismo **tiempo**, **confianza** en su capacidad de comprender los sucesos reales; éstos están en el contexto de sus intereses y **necesidades**; **asimismo**, **confianza** en su **inteligencia**, como ser pensante y ser consciente de su realidad, que enfrenta los desafíos de la vida, y a la vez manifiesta un control sobre su propia persona.

Se ha presentado en forma descriptiva el término de autoeficacia que es muy valioso tenerlo presente, porque encierra al sujeto en la dimensión de ser competente y eficaz, en un mundo extrínseco e intrínseco de su cotidianidad.

Ahora bien, es indispensable que el concepto de autoeficacia

sea entendida desde la visión rogeriana, que percibe al ser: "Pero cuando es un verdadero hombre, cuando es todo su organismo, cuando la apercepción de su experiencia-atributo propio del ser humano-actúa plenamente, podemos creer en él, y su conducta es constructiva" o. Es el sujeto que ha alcanzado la confianza en la totalidad de su personalidad y que le ha permitido alcanzar la confianza en comprender su realidad experiencial y cognoscitiva para todo proceso de aprendizaje y le permita ser competente y ser eficaz y ser un sujeto de pensamientos positivos.

2.3.2. AUTODIGNIDAD

En el mismo sentido que acabamos de describir y conocer la autoeficacia, ahora nos aproximaremos a éste constructo, de acuerdo con Nathaniel Branden (1993), que indica que está en cada persona, que tiene un nivel alto de autoestima; en el cual, se manifestará en la seguridad de su valor como ser humano o ser persona, y que tiene una actitud positiva hacia el derecho de vivir con dignidad y de ser feliz; de expresar en forma adecuada sus pensamientos, deseos y necesidades; la expresión de la alegría sea en el ser un derecho natural.

En resumen, diremos que las personas deben experimentar en su

20 Rogers, C.: EI Proceso de Convenirse en Persona, ob. cit., pág. 102.

sí mismo,de ser dignas de lograr metas y objetivos,el éxito y la felicidad,el respeto y la amistad, finalmente, la la autorrealización.

La autorrealización "es,pues, el más ambicioso programa de desarrollo personal del ser humano. A medida que aumenta la seguridad y quedan satisfechas las necesidades básicas de alimento,amor, respeto, aprobación, autoestima, etc., se va poniendo en marcha el segundo sistema de fuerza que activa el desarrollo,la salud psíquica y la autorrealización"²¹. La persona no solamente está motivada por las necesidades básicas, sino también por las necesidades de desarrollo superiores,en el cual se da la autorrealización como proceso dinámico que va configurando las estructuras del sujeto equilibrado,seguro de sí mismo y que encontró un sentido a su existencia y para un funcionamiento óptimo.

2.4. ESTRUCTURA FUNDAMENTAL DE LA AUTOESTIMA

Se ha mencionado a los investigadores más prominentes hasta aquí;cada uno de ellos nos han entregado una definición que nos dice algo importante de la autoestima como fenómeno vital de toda persona,porque "la fuerza más profunda del hombre es su tendencia a llegar a ser él mismo (...) de

21 Tierno,B.:Valores Humanos,ob.cit.,pág.149.

captarse a sí misma. El dinamismo básico del hombre es su autoestima"22. Ahora se analizará la estructura fundamental. Por lo mismo, la información que está en nuestras manos constituyen indicadores brutos que debemos procesar para encontrar la estructura fundamental de la autoestima; los fundamentos o datos pueden ser organizados de múltiples maneras, no obstante, hallamos tres rasgos particulares que permitirá dar una explicación, de acuerdo al investigador Chris Mruk (1998); quien presenta la siguiente estructura:

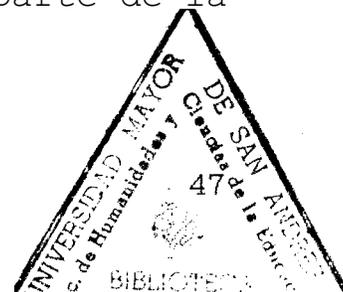
- Los componentes o elementos básicos de la autoestima y la relación entre ellos.
- Las cualidades de la experiencia implicada en la autoestima, o cómo se vive el fenómeno.
- Las dinámicas de la autoestima, especialmente, ¿cómo es ésta?, estable o al mismo tiempo abierto al cambio; aunque relativamente es estable la autoestima.

Ahora empecemos a desarrollar cada uno de ellos para su mayor comprensión.

2.4.1. LOS COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA

Al reflexionar sobre los componentes básicos de la autoestima: competencia y merecimiento que forman parte de la

22 Alcántara, J.A.: Cómo Educar la Autoestima, ob.cit., pág.15.



estructura "autoestima", se la debe tomar en cuenta por su interrelación **dinámica**. la falta de uno de ellos ocasionaría un nivel bajo de autoestima.

Los conocimientos sobre autoestima de Chris Mruk (1998) van a conducir a nuestro propósito; ha de permitirnos tener un panorama bastante comprensible y ser complemento de lo que mencionamos, en líneas anteriores. Los componentes más repetidamente mencionados por los investigadores son: la competencia y el **merecimiento**, el primero es el elemento más conductual que se puede observar en la medida en que el sujeto está en acción, en consecuencia, los resultados pueden ser observados y evaluados en términos de categoría de efectividad. Sin embargo, éste último término tiene distintos **nombres**, James lo llama éxito y White eficacia, basándose en el **constructo** competencia como rasgo central de la autoestima donde todo sujeto puede desarrollarlo.

Complementando a este análisis, debemos **añadir** una frase significativa de Branden: "competente en la vida", éste representa uno de los pilares básicos en su definición, eliminando toda duda al respecto. **Finalmente**, Pope al hablar del sujeto social, hace referencia a cinco áreas de estudio: Área social, área **académica**, autoestima familiar, la imagen corporal y la autoestima global. Por lo tanto, considera el éxito y el indicador: "suficientemente bueno", que tiene

similitud en relación a competencia.

Pasemos, por **añadidura**, al segundo componente de autoestima, el merecimiento que parece incluir un juicio de valor más unido al ejecutor que a sus acciones.

Desde una perspectiva de la fenomenología de la autoestima se puede probar " que ésta es el estatus vital de la competencia y merecimiento de un individuo al manejar los retos de la vida a lo largo del tiempo" **23**.

Mruk hace notar que el fenómeno de la autoestima está **interrelacionado** con los dos elementos vitales: competencia y merecimiento, ambos van a constituir la descripción de una estructura de la conducta del sujeto por ser esenciales.

Si pretendemos explicar desde la reflexión del psicólogo Mruk, la relación existente entre los dos **elementos**, tendríamos que **preguntarnos**, ¿Qué tipo de competencia está incluida? ¿A qué tipo de merecimiento se menciona y cómo **interactúan** para originar una autoestima?.

Intentaremos explicar desde diferentes ángulos de opinión; James reflexiona que la competencia está en relación con las aspiraciones y el éxito. White piensa a partir del dominio del mundo que rodea al sujeto como actor. Branden discurre ampliando el dominio para insertar, cómo vivimos nuestra vida en sí misma.

23 Mruk, Ch.: Autoestima Investigación Teoría y Práctica, ob.cit., pág.33.

Ahora intentemos responder, la segunda pregunta con relación a merecimiento, indicando que este elemento se basa en valores, es decir, de acuerdo a Murk "el valor, calidad o significado de lo que es eso que hacemos bien(o mal) también desempeña un rol vital en la creación de la autoestima. Aquí la autoestima debe considerarse como integrada por patrones y percepciones en relación a lo que es meritorio, merecedor o bueno"²⁴. Cada sujeto percibe la realidad en tanto asimile experiencias de su contexto de acuerdo a una necesidad y le asigne un valor para su existencia.

Los conocimientos psicológicos de Chris Mruk están cimentados en la experiencia clínica y académica, y es a partir de ahí donde considera el merecimiento, el cual tiene una base en los valores. Entonces, es menester una consideración a su pensamiento, porque nosotros creemos que no existen los valores como realidades aparte de las cosas o del hombre, sino como la valoración que el hombre hace de las cosas mismas. Por lo tanto, los valores no son objetivos ni subjetivos, sino ambas se interrelacionan; la persona valora las cosas, y el objeto ofrece un fundamento para ser valorado y apreciado.

De tal manera, podemos designar como valor aquello que hace buenas cosas en su contexto, aquello por lo que las apreciamos, por lo que son dignas de nuestra atención y deseo. En

²⁴ **Ibíd., pág., 37.**

consecuencia, el merecimiento está en relación de lo que preferimos y tiene significado bien o mal, obviamente afectará en el nivel de la autoestima.

Ahora, entremos a considerar, la última interrogación que nos hemos planteado; ¿En qué medida se relacionan los dos componentes de la autoestima?. Se ha comprobado en la experiencia que la competencia sin merecimiento no imprescindiblemente produce autoestima. De la misma manera, el merecimiento sin la competencia es posible. En consecuencia, diremos que se produce autoestima elevada cuando se combinan ambos principios en la realidad y viven juntos en el sujeto.

2.4.2. LAS CUALIDADES VIVIDAS DE AUTOESTIMA

Para desarrollar las cualidades vividas de autoestima, es necesario guiarnos a través de este pensamiento que indica: la "idea, opinión, creencia, percepción y procesamiento de la información. Nos referimos al autoconcepto definido como opinión que se tiene de la propia personalidad y sobre su conducta"²⁵. La persona vive de acuerdo a sus percepciones de la realidad de sí misma, de su entorno formándose juicios negativos o positivos sobre la personalidad y de actuar como sujeto activo de aprendizaje.

La definición fenomenológica debe tomarse en cuenta en

25 Alcántara, J.A.: **Cómo Educar la Autoestima, ob.cit., pág.19.**

relación a cómo se vive la autoestima; precisamente lo cognitivo implica los procesos de juicio y autoconciencia o autoconcepto que tiene toda persona en la dinámica de la autoestima desde el momento del nacimiento del fenómeno.

2.4.3. LAS DINÁMICAS DE LA AUTOESTIMA

Debemos entender a la autoestima como un fenómeno evolutivo que surge en los primeros años de vida y su vinculación se la encuentra en el comportamiento del sujeto, en su espacio vital, en el cual se construyen sus experiencias cotidianas.

¿Por qué, decimos que es dinámica el fenómeno de autoestima? porque "desempeña un papel en el modelado de las percepciones de la experiencia y de la conducta de la persona (...), es dinámica porque es relativamente estable y sin embargo, abierta al cambio"²⁶. Este enunciado invita a reflexionar sobre la dinámica de la autoestima, y cómo influye en nuestra forma de percibirnos, en nuestras experiencias cotidianas y en nuestra conducta; en la medida, en que una persona mantenga su estabilidad o se incline al cambio.

La estabilidad o el cambio se la debe entender en el marco de la autoestima global que está sujeto a la relatividad del mismo. Tanto James y Pope están dentro del plano de concebir el cambio; el primero considera a la autoestima como ratio,

26 Mruk, Ch.: Autoestima Investigación Teoría y Práctica, ob.cit., pág.31.

que convierte la apertura al cambio y el segundo que le da mayor significación a la ejecución como posible apertura de cambio de la autoestima. Todo sujeto social está con la posibilidad de cambio de nivel subiendo o disminuyendo.

2.5. FUENTES INTERIORES DE LA AUTOESTIMA γ

Recurriremos nuevamente a Nathaniel Branden, quien en su obra "Los seis pilares de la Autoestima", presenta un estudio detallado sobre las fuentes interiores de la autoestima. Fundamentalmente, se centra a partir de la persona y de lo que decide hacer en su entorno.

Nathaniel Branden (1995), lanza una serie de interrogantes sobre este punto: "¿Qué debe hacer una persona para crear y mantener su autoestima? ¿Qué pauta de acciones debe adoptar? (...). ¿Qué debe aprender a hacer un niño para gozar de su autoestima? (...). ¿Qué prácticas debería pretender despertar, estimular y apoyar en los niños los padres y educadores?"²⁷.

Estas preguntas, problematizan las prácticas y las acciones que deben guiar a todo sujeto, para mantener y fomentar una autoestima positiva. Por lo tanto, pareciera que el nivel de la autoestima está determinado por lo que hace la persona, en la dinámica de su conocimiento y sus valores. En la medida,

27 Branden, N.: Los Seis Pilares de la Autoestima, ob.cit., pág.79.

en que su actuar se articula con el mundo, será éste un reflejo en su mente y llegarán a constituir los procesos internos del ser humano.

Branden planteó las prácticas necesarias para la salud mental y hacia una buena autoestima, que los denominó los seis pilares de la autoestima, los cuales son todas operaciones de la conciencia, que a través de la práctica cotidiana permite afirmar el fenómeno psicológico.

El mismo autor, señaló a los seis pilares de la autoestima desde una perspectiva humanista con aspectos importantes para fortalecer el nivel de este recurso psicológico. Ahora bien, desarrollemos de la manera siguiente:

2.5.1. VIVIR CONSCIENTEMENTE

El ser humano pleno no puede eludir la realidad circundante, en tanto, "Percibimos la conciencia como la suprema manifestación de la vida. Cuanto más elevada sea la forma de conciencia, más avanzada será la forma de vida"²⁸. Invita a ser consciente de algún aspecto de la realidad y la opción de ser o no ser consciente de una verdad, estaría en relación con el nivel adecuado de conciencia que mostraríamos en nuestras actividades. Si esto no ocurre y no vivimos de manera consciente, las consecuencias afectarían a nuestra

²⁸ **Ibíd., pág.87.**

eficacia personal y al si mismo.

Nathaniel Branden (1998) autor del libro. El Arte de vivir Conscientemente", realiza profundas reflexiones sobre este pilar de la autoestima, señala que "el respetar la realidad, los hechos y la verdad es la base esencial para vivir vivir conscientemente'. La realidad es heterogénea en el sentido de la palabra porque en ella se dan los sucesos que van a influir en la personalidad del sujeto, en respetarla tal como se presenta ante él, esta actitud le llevará a vivir conscientemente.

El mismo investigador señala complementando que: "Vivir conscientemente significa estar mentalmente activo en lugar de pasivo. Es la capacidad de saber mirar el mundo con nuevos ojos. Es el regocijo de la inteligencia por su propia capacidad de funcionamiento (...) es el deseo de mantenerse siempre alerta hacia aquello que nos interesa, acciones, valores, motivos y objetivos. Es la voluntad de enfrentarse a los hechos, ya sean agradables o desagradables (...). Es respetar la realidad y la diferencia entre lo real y lo irreal (...). Es reconocer que en el acto de eludir la realidad subyace la esencia de todas las desdichas"³⁰. Todo sujeto de aprendizaje debe considerarse en este proceso como un sujeto de acción, sobre la realidad, aceptándola tal

29 Branden, N.: El Arte de Vivir Conscientemente. Paidós. España, 1a, ed. 1998, pág. 25.

30 Ibíd., pág. 17.

como se presenta, y ser consciente de ella asimilando a través de su inteligencia para vivir conscientemente los hechos y respetando la realidad, así sea negativamente o en forma positiva.

En definitiva, para ser eficaces debemos estar en contacto con el mundo que nos rodea y en relación con nuestro mundo interior; si percibimos la realidad heterogénea la tendríamos que ver: aquello que es, es; aquello que no es, no es.

2.5.2. LA ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO

Carl Rogers (1979) señaló con toda precisión que la aceptación de sí mismo, marca el comienzo del cambio de la persona. Branden (1995) pudo observar que "algunas personas se rechazan a sí mismas a un nivel tan profundo que no podrá comenzar ninguna labor de crecimiento" ³¹. En consecuencia, extraemos una conclusión esencial, cuando un sujeto no se acepte a sí mismo, corre el riesgo de estar encerrado en la imposibilidad de cambio y crecimiento de su personalidad.

Al proseguir con este análisis, Branden (1995) afirma que "La aceptación de sí mismo supone nuestra disposición a experimentar (...) que pensamos que pensamos, sentimos que sentimos, deseamos que deseamos, hemos hecho lo que hemos hecho y somos lo que somos" ³². Este juicio exige de toda persona la

31 Branden, N.: Los Seis Pilares de la Autoestima, ob. cit., pág. 111.
32 Ibíd., pág. 112.

aceptación de sí mismo.con toda experiencia que ha asimilado porque va a permitir modificar su propia organización interna,gracias a esta actitud positiva de la aceptación de de sí mismo.

Por lo tanto,la autoaceptación está implícita en la autoestima;si deseamos crecer y cambiar, debemos aceptarnos a nosotros mismos incondicionalmente como principios básicos. Así también lo manifiesta Rogers (1986) "El cliente ha incorporado la cualidad de movimiento,fluidez y cambio a cada aspecto de su vida (...). Vive conscientemente sus sentimientos,los acepta y confía en ellos" ³³. De tal manera,la aceptación de sí mismo nos conduce directamente a la autoestima,porque al percibir nuestro sí mismo con todo su bagaje de experiencias acumuladas nos lleva a aceptarnos tal como nos vemos,sin negar la realidad interna.

2.5.3. LA RESPONSABILIDAD DE SI MISMO

Debemos entender que la independencia y la autorresponsabilidad son necesarias para el bienestar psicológico de toda persona;del primero lo esencial es pensar y reflexionar de manera crítica,sobre los valores en el sentido autónomo.

Podemos pensar que la autorresponsabilidad es la clave de la

33 Rogers,C.:El Proceso de Convertirse en Persona,ob.cit.,pág.142.

eficacia y permite que la persona crezca para ser más pleno y equilibrado.

Branden (1997), investigador sobre el tema, es quien en su obra, "Cómo llegar a ser Autorresponsable", da una amplia explicación orientadora sobre este pilar de la autoestima, el autor dice que: "somos responsables de nuestra vida, de nuestro bienestar y de nuestros actos, en todos aquellos ámbitos en los que podemos elegir"³⁴. De tal manera responsabilidad no se la puede concebir en forma aislada, sino que se interrelaciona con otros pilares y fundamentalmente, con la conciencia de percibir nuestros actos de acuerdo a las decisiones que se han tomado en la realidad.

Por otra parte, el mismo autor complementa su análisis, exponiendo una serie de categorías para hacer más comprensible; sintetizaremos de la siguiente forma: "Soy responsable del nivel de conciencia con que realizo mis actividades (...) de las opciones que elijo, de mis decisiones y de mis actos (...) de satisfacer mis deseos (...) de las creencias y valores (...) de las prioridades (...) de mi elección de compañeros (...) cómo me relaciono con las demás personas (...) de lo que hago con respecto a mis sentimientos y mis emociones (...) de mi felicidad (...) de mi vida y de mi bienestar'. En suma, la responsabilidad del sí mismo es indispensable

**34 Branden, N.: Cómo llegar a ser Autorresponsable. Paidós. Argentina, 1a. ed. 1997, pág. 83.
35 Ibid., p.p. 83-84.**

para mantener y elevar el nivel de autoestima en toda persona y esencialmente en el sujeto, para fortalecer su autoconcepto y por ende su autoestima.

2.5.4. LA AUTOAFIRMACIÓN

Cuando respetamos nuestros deseos, nuestras necesidades y nuestros valores, y los expresamos dentro de un contexto real en forma adecuada; y vivimos según nuestro propio juicio con integridad y somos auténticos en todo lo que hacemos; por lo tanto, esto representa en nuestra persona autoafirmación.

"La autoafirmación significa la disposición a valerme por mí mismo, a ser quien soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas'. La autoafirmación es fundamental para la autoestima, porque está relacionada con la autenticidad del sujeto y su propia valía; es primordial que los alumnos en el proceso enseñanza-aprendizaje deban ser conscientes de su autoafirmación para ser competentes en el aprendizaje y mostrar un aprovechamiento satisfactorio.

2.5.5. VIVIR CON PROPÓSITO

Ningún ser humano puede vivir sin propósitos en este planeta todo sujeto no está para vivir a merced del azar, sino tiene

36 Branden, N.: Los Seis Pilares de la Autoestima, ob. cit., Pág. 139.

que vivir **productivamente, para** afrontar la vida con eficacia Si bien tenemos que ser responsables en decidir nuestras metas y nuestros propósitos e interesarnos en la manera de conseguirlas, en un sentido real y consciente, que permitirá tener una sana autoestima en las tareas que realicemos cotidianamente.

Ahora bien, al precisar "nuestros objetivos a corto y a largo plazo, las acciones necesarias para conseguirlas (formulando nuestro plan de acción) organizando nuestro comportamiento al servicio de dichos **objetivos; controlando** nuestras acciones para asegurarnos de que no nos desviemos y prestando atención a los **resultados, a** fin de identificar la necesidad de retroceder cuando sea **preciso**"³⁷. El ser humano al trazar objetivos para su vida está marcando por donde caminar, para encontrar a través de la acción necesaria: la meta preciada de logros y de éxitos; esta perspectiva de ver la realidad es el que le da el sentido de ser un estudiante para proyectarse hacia el futuro.

2.5.6. INTEGRIDAD PERSONAL

G. Mora (1995) en su libro, "Valores Humanos y Actitudes Positivas" , dice que: "La persona integra busca permanentemente la posesión de todos los valores y la demostración

37 *Ibid.*, pág. 197.

constante de actitudes positivas(...)aspira con vehemencia a la eficiencia,la efectividad la calidad y la perfección humanas" 38. Esta forma tan convincente de definir la integridad personal,lleva a pensar,que todo ser humano debe tener un comportamiento coherente con los valores,creencias,convicciones, normas y mostrar concordancia entre sus palabras y el comportamiento e inclinarse al bien.

Existen características para vivir con integridad,es así que "vivir en coherencia con lo que sabemos,profesamos y hacemos;siendo sinceros, cumpliendo con nuestros compromisos, mostrando con nuestras acciones los valores que afirmamos profesarse. Si la persona que vive en estrecha relación con lo que manifiesta y su comportamiento está paralelamente, entonces está mostrando un buen nivel de autoestima,aspecto fundamental para todo sujeto.

En definitiva,hemos considerado cada uno de los pilares de la autoestima en forma aislada,para su mejor comprensión. Sin embargo,es imprescindible hacer notar que cada uno de ellos está articulado a la autoestima para el funcionamiento óptimo de la persona,y cualquiera de ellos que entren en el sentido de merma o incoherencia sufrirá un deterioro a nivel global que afectará su personalidad.

38 Mora,G.:Valores Humanos y Actitude Positivas. Rocío Cárdenas.Colom., 1a,ed.1995pág.87.
39 Branden,N.:El Arte de Vivir Conscientemente,ob.cit.,pág.107.

2.6. LOS NIVELES DE LA AUTOESTIMA

El comportamiento de un ser humano está determinado por la percepción que tiene de sí mismo y de su entorno, en un campo perceptivo que es el universo subjetivo de la persona; su versión del mundo y el conjunto de la realidad, tal como es percibida por él. Ese campo perceptivo forma una imagen de sí mismo, cuadro de referencia interno, en el cual el sujeto se conoce como centro de ese campo, en el que su comportamiento y el entorno adquieren significación para todo ser social.

Precisamente, al considerar los niveles básicos de autoestima debemos tomar en cuenta al sujeto social que está inmerso en su contexto, influido por las fuerzas motivadoras externas e internas, a merced de constantes desafíos, donde tiene que poner toda su capacidad personal y su sentimiento de valía, que dependen de los grados de autoestima.

Al respecto vamos a considerar dos niveles básicos de autoestima:

2.6.1. AUTOESTIMA ALTA

Estamos convencidos y conscientes de que existen pruebas razonables que aseveran la existencia de un enlace entre autoestima alta y múltiples particularidades deseables de la

personalidad del sujeto_

La autoestima alta parece estar asociada a lo que suele referirse como afecto positivo, y sostener puntos positivos sobre la competencia y el merecimiento. Asimismo, debemos indicar que la personalidad está asociada con la autoestima a través de la efectividad en el manejo de diferentes tareas y retos de la vida, en que se presentan como desafíos.

Las personas que tienen presente los seis pilares de la autoestima y se autoestiman mucho, son los que gozan de una autoestima alta y pueden percibir situaciones con mayor exactitud de realismo, tanto de su mundo externo y del sí mismo, dice Branden.

La autoestima alta se manifiesta en el sujeto cuando su auto-percepción valorativa es positiva sobre sí mismo, es decir, "se percibe a sí mismo como persona más apta, con más mérito y más posibilidades de enfrentarse la vida; permite que más datos experienciales penetren en su conciencia, y así alcanza una apreciación más realista de sí mismo, de sus relaciones y de su ambiente(...) una mayor congruencia entre el sí mismo y el ideal . El educando es activo en la medida en que tenga fortalecida su autoestima y ésta le permita nuevas aperturas de asimilar experiencias y confianza en el sí mismo, para asumir actitudes conscientes

40 Rogers, C.: Psicoterapia Centrada en el Cliente. Paidós. México, 1a, ed. 1993, p.p. 130-131.

respecto a su mundo inmediato.

Se ha comprendido de que la persona que tiene autoestima alta es el que sabe vivir humanamente en su entorno y manifiesta los atributos siguientes: "Comprende, valora y desarrolla su cuerpo, al que encuentra bello y útil; es auténtica, honesta consigo misma y con los demás; (...) dispuesta a arriesgarse, ser creativa, demostrar su competencia, cambiar cuando la situación lo exige, y encontrar la forma de adaptarse a lo que es nuevo y diferente, conservando lo útil y descartando lo demás. El resultado, es una persona físicamente saludable, mentalmente despierta, amorosa, sensible, juguetona, auténtica, creativa y productiva. Alguien que se basta a sí misma, que ama profundamente y que puede pelear de manera justa y afectiva, que logra conciliar ternura y fuerza comprende la diferencia entre ambas y luchar tenazmente para lograr sus objetivos"⁴¹. Son características muy claras del sujeto que goza de un nivel alto de autoestima, que le permiten desarrollar niveles de aprendizaje superiores y de vivir una vida plena.

Numerosos investigadores y autores de tendencia humanista coinciden con los atributos positivos del sujeto con autoestima positiva; mencionaremos a algunos de ellos: Nathaniel Branden, Bernabé Tierno, José Vicente Bonet, Luis

41 Satir, V.: Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar. Páx. México. 1a, ed. 1981. pág. 299.

Raffo Benavides, Mauro Rodríguez Estrada, Renny Yagosesky, y otros, hicieron estudios sobre autoestima alta, y a la vez mencionaron otras características que corresponde a este fenómeno. Sin embargo, hemos tenido que resumir lo substancial, basándonos en los investigadores: Rogers, Branden y Satir, eminentes psicólogos.

No obstante, de lo ya mencionado en párrafos anteriores, se puede añadir a este estudio cuatro factores que se relacionan con la autoestima elevada o positiva, las cuales son: a) Las relaciones humanas dentro del grupo familiar, especialmente con los padres, si éstos muestran aprobación y aceptación. b) El autocontrol del afecto negativo que se relaciona con la paciencia del sujeto y su capacidad de tolerancia en el entorno. c) La **autoaceptación** que se relaciona con la capacidad de aceptarse a sí mismo, tal como uno es, y sentirse bien consigo mismo. d) La conducta social que se relaciona con el buen entendimiento con los demás y con el éxito en la escuela o colegio.

Para explicar este punto, desde la perspectiva educativa vamos apoyarnos en los juicios emitidos por el doctor Luis Raffo Benavides (1993) investigador en temas psicopedagógicos, señala que los alumnos con autoestima alta "muestran indicadores de adaptación personal y social: vinculación con los demás, respeto de sus cualidades, oportunidades para actuar

(poder)según y modelos de conducta. La experiencia social y educativa(...),influyen en sus sentimientos hacia sí mismo (...)la imagen de sí mismo y su valoración afectiva,es una condición para el uso de estrategias cognitivas para el aprendizaje"42. El educando en el ambiente escolar tiene mayor capacidad de adaptación para vivir las nuevas experiencias del proceso de aprendizaje y mostrando nuevas estrategias de asimilación de experiencias de conocimientos.

En otras palabras,son sujetos que en el proceso de aprendizaje,tienen los atributos de ser activos,con sentimientos de satisfacción y aceptación;con autorespeto,con sentimiento social,que buscan el éxito académico sin temor a fracasar y resuelven problemas porque son competentes;su nivel de desempeño en las habilidades y destrezas en el proceso de aprendizaje son notables por la gran iniciativa de creatividad que manifiestan en sus actividades.

2.6.2. AUTOESTIMA BAJA

Cuando el ser humano tiene un nivel bajo de autoestima es muy doloroso,porque tiene mermado el sentido de eficacia o merecimiento y la autovalía del sí mismo;son personas a veces hipersensibles que están a disposición de percibir los significados negativos y hacia una información negativa sobre sí mismo,y no perciben la información positiva.

42 Raffo,L.:Bases Psicoeducativas.S.Marcos.Perú,1a,ed.1993,pág.22.

El análisis nos muestra que son sujetos que tienen la sensación de ser personas que sufren una situación crónica) de afecto negativo: sentimiento de inferioridad, falta de merecimiento, inseguridad y soledad; son ansiosas, depresivas e ineficaces. Rogers (1993) hace énfasis en su libro "Psicoterapia Centrada en el Cliente", indicando que la persona "que su autoestima descienda a nivel muy bajo, y se sienta indigno y desesperanzado"⁴³. Esto lleva a pensar, en la medida en que el sujeto desvalorizado es un ser que no se conoce, que no se acepta y que no se valoriza su sí mismo; que se engaña, se autosabotea, ha perdido el contacto consigo mismo.

Se puede ampliar caracterizando que: "Las personas con baja autoestima terminan en compañía de las de su especie; el miedo e inseguridad compartidos reafirman la autoevaluación negativa (...) tienden a generar depresión y ansiedad. Si nos sentimos significativamente carentes de eficacia y valor, casi con seguridad sentiremos que la existencia es aterradora e infructuosa"⁴⁴. El testimonio señala que los educandos que son desvalorizados por las actitudes de los docentes y los padres; estos tienden a ser inseguros de sus cualidades intelectuales, habilidades y destrezas de aprendizaje, a esto debemos añadir la opinión negativa de sus compañeros.

Desgraciadamente existen numerosas personas que pasan la

43 Rogers, C.: Psicoterapia Centrada en el Cliente, ob. cit., pág. 132.

44 Branden, N.: El Respeto hacia uno mismo, ob. cit., pág. 23.

mayor parte de su vida con un nivel bajo de autoestima, porque piensan que no valen nada o muy poco. Estos sujetos esperan ser **engañadas, desvalorizadas, menospreciadas** por los demás, y como se anticipan a lo peor, lo atraen y por lo general les llega. Como defensa se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en la soledad y en aislamiento. Así, aisladas de los demás se vuelven apáticas, indiferentes hacia sí mismas y hacia las personas que la rodean. Les resulta difícil ver, oír y pensar con claridad; por lo tanto, tienen mayor propensión a desvalorizar y despremiar al otro. El temor es un **compañero** natural de esta desconfianza y aislamiento.

Finalmente, L. Raffo (1993) manifiesta que un sujeto que tiene un nivel bajo de autoestima, en el proceso de enseñanza-aprendizaje, tenderá a la pasividad e insatisfacción y a una baja iniciativa y creatividad; a la vez miedo a aprender y temor al fracaso escolar.

2.7. AUTOESTIMA Y VALORES

Habíamos enfatizado que autoestima implica merecimiento, también encierra cuestiones relativas a los **valores**. sino no estuviéramos cuestionándonos de la siguiente forma: ¿Cómo sabríamos qué vale la pena o a qué merece aspirar uno?. La

investigación al respecto es bastante compleja y ardua, porque, por un lado, estamos frente a una cultura donde los valores son relativos y por otro lado, es peligroso defender cuando la cultura exclusivamente determina qué es lo que merece la pena. La única forma de resolver este dilema es considerando ciertos valores imprescindibles y que son universales. Por lo tanto, comprobar la existencia de valores básicos es más accesible al conocimiento.

En nuestro contexto social, la mayoría de las personas parecen ser capaces de distinguir lo que es profundamente valioso de lo que no lo es. Los valores están relacionados con las grandes convicciones de los sujetos sociales de lo que es mejor y de lo que es óptimo.

Es menester recalcar la relación que existe entre los valores y la autoestima, aunque las personas con alta y baja autoestima pueden distinguir de acuerdo a sus expectativas para alcanzar las metas del éxito.

Según N. Branden (1993) señala que necesitamos valores que guíen nuestras vidas. Nuestras normas pueden ser apropiadas o no para lo que nuestra vida y bienestar requieren, pero es imposible que el sujeto social viva sin valores, sin normas y sin principios en una sociedad organizada, los precisa de ellos para conducirse como ser humano de aprendizaje superior. Porque el vivir con nuestras propias normas nos

llevaría a la autodestrucción como ser social.

Nosotros podríamos preguntarnos, ¿para qué sirven los valores? la respuesta sería sencilla, para guiar las conductas de las personas, son el fundamento por el cual hacemos o dejamos de hacer una cosa en un determinado momento.

Sin embargo, la esencia de los valores es su valer, el ser valioso. Así, la apreciación subjetiva y objetiva es fundamental: el sujeto valora las cosas, y el objeto ofrece un fundamento para ser valorado y apreciado. Por lo tanto, decimos valor aquello que hace buenas a las cosas; aquello por lo que las apreciamos, por lo que son dignas de nuestra atención y nuestro deseo; en consecuencia, afectará al comportamiento y a la autoestima del sujeto, porque configura y modela nuestras ideas dentro de un medio social.

La funcionalidad de los valores es cuando "El sujeto valora.. las cosas en función de sus circunstancias especiales, puesto que siempre se encuentra en interacción con el mundo, es decir, con las cosas, los bienes, los valores"⁴⁵. Posteriormente las personas estamos inmerso en un mundo donde estimamos a los objetos que nos rodean y a nuestros semejantes, en tanto somos mediatizados por un lenguaje hablado. Por este mismo hecho, no se puede hablar del valor en términos abstractos.

45 Tierno, B.: Valores Humanos, ob.cit., pág.17.

Intentaremos ampliar el significado de los valores a partir de dos investigadores humanistas, quienes dan a conocer tres definiciones, una de ellas se llama "Valores operativos", que tiene la inclinación "de los seres humanos a preferir, en sus acciones, determinado objeto u objetos en vez de otro (/ . . .) una elección de valores que se manifiesta en la conducta cuando el organismo selecciona un objeto y rechaza otro (. . .) "Valores concebidos", que indican la preferencia del sujeto por un objeto simbólico (. . .) la honestidad (. . .) "Valores objetivos", se habla de lo que es objetivamente preferible, sea concebido como deseable o no" ⁴⁸. Toda institución educativa **incentiva** a los educandos a preferir los valores positivos, a elegir y seleccionar aquello que permita el buen desarrollo de la personalidad. No sólo el sujeto los encuentra en una unidad educativa, sino que ya han sido introyectados en su núcleo familiar, incluso prefiriendo hasta los valores simbólicos.

Carl Rogers da un claro panorama de los valores, a partir de la existencia de una gran preocupación sobre el problema de los valores contradictorios, que se están dando en nuestro tiempo; la razón es que el sistema de valores del pasado, parece desintegrarse. En consecuencia, los sujetos sociales están inseguros y problematizados por las metas que juzgan valiosas.

48 Rogers, C. Y Freiberg, H. J.: Libertad y Creatividad, ob. cit., pág-317.

Ahora, señalaremos de manera muy escueta, algunas de las afirmaciones importantes de Rogers(1996), especificando que "el ser humano tiene desde el principio una clara concepción de los valores"⁴⁷. Desde la infancia el ser humano vive en "un proceso de valoración flexibles, cambiante y no un sistema fijo(...)la fuente o el lugar de la elección está dentro de él mismo" a. El sujeto infante de acuerdo a su propia experiencia está en juego todo su ser, todo su organismo que le indica en términos no verbales lo que desea. Es a partir de ahí donde se genera los valores más esenciales para la vida del ser humano.

Es fundamental **añadir, que** el proceso de introyección empieza desde la **niñez, tomando** cada juicio de valor como suyo, encontrando las fuentes primarias en los padres, maestros y su contexto. En suma, este autor afirma que: "Me arriesgo a creer que cuando el ser humano es internamente libre de elegir sus valores tiende a valorar aquellos objetos, aquellas experiencias y objetivos que contribuyen a la supervivencia, crecimiento y desarrollo de sí mismo y de los demás"⁴⁸. En la medida, en que el hombre sea valorado como persona y en un clima de libertad, éste hará una contribución positiva a partir de su propia experiencia personal, porque surgirá de su sí mismo pleno y tendrá la capacidad de valorar: "la sinceridad, la independencia, la autodirección, el

47 *Ibid.*, pág. 317.

48 *Ibid.*, pág. 318.

49 *Ibid.*, pág. 327.

autoconocimiento, la respuesta social, la responsabilidad social y las relaciones interpersonales afectuosas"50 .

Se ha definido, que el tener autoestima significa ser competente para los retos vitales y el merecimiento de la felicidad; y a la vez el tener confianza en la eficacia de nuestra mente y la habilidad para pensar; y pensar que el éxito y la autorrealización es merecimiento de toda persona.

Por este mismo hecho, como dijimos a principio de este subtítulo , que la autoestima está relacionada con los valores porque existe una interrelación y una interacción, indudablemente, donde cada ser humano en su libertad de elegir, se relaciona con valores positivos y con algunos contravalores que van a mermar su comportamiento y autoestima.

2.8. DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

2.8.1. LA INFANCIA Y LA PRE-AUTOESTIMA

Debemos empezar con algunas consideraciones para comprender el desarrollo de la autoestima. En principio preguntarnos: ¿Cómo se forma este fenómeno psíquico en los seres humanos?. No deseamos caer en la simplicidad, con una respuesta rápida; sin embargo, es preciso consultar a Yagosesky, quien

50 **Ibid.,pág.330.**

hace conocer dos aspectos que caracterizan a esta etapa de vida, porque "Desde el momento mismo en que somos concebidos primero de manera energética y luego psicológica"⁵¹. En otras palabras, los pensamientos y las emociones de la madre, con respecto al niño en formación, impresionan en su sistema nervioso a través de un lenguaje intraorgánico, entonces, en los "primeros meses de embarazo y el niño ha alcanzado cierto grado de sensibilidad(...) es captado por éste emocionalmente"⁵². El ser concebido en el vientre materno ha desarrollado cierta sensibilidad, el cual tendrá sus repercusiones posteriormente, aunque el sujeto no identifique comprender las causas de su comportamiento.

Cuando el ser humano ha nacido, toda experiencia externa influirá en su mundo interno, que repercutirá en su forma de ser como sujeto. Sin embargo, su si mismo aún no existe, pero está en la posibilidad de desarrollar y madurar hacia una autonomía, ésta le permitirá una separación-individuación.

El nacimiento del ser, es en si mismo el principio de un proceso: el niño deja el útero protector y empieza a existir como una entidad separada. En la medida, en que nuestro cuerpo y nuestro sistema nervioso se haya desarrollado, permitirá el descubrimiento del yo interior. A partir de ésta, la individuación jugará un papel preponderante en su

51 Yagosesky, R.: Autoestima San Pablo. Venezuela, 1a, ed. 1998, pág. 15.
52 Ibíd., pág. 15.

autonomía, es decir, la capacidad para el control interior, la autorregulación y la propia responsabilidad.

Es así, que la separación y la individuación contribuyen a que el sujeto infantil, naciera como ser humano, que distinga entre el yo y el no-yo. Precisamente, estos son los antecedentes para una autoestima bien desarrollada_ "El yo que se desarrolla durante el primer año de vida es un yo corporal"⁵³. El niño hasta sus 18 meses. tiene la característica de una separación, conciencia de su cuerpo y persona como únicos, es decir, existe una autoconciencia de su cuerpo y su entorno.

Las investigaciones que se hicieron tienen significación, "El desarrollo del yo emocional tiene lugar en el período entre el primer y el tercer año (...). Los sentimientos y las emociones están presentes, pero no de manera claramente diferenciada, y no existe conciencia de la propia identidad"⁵⁴. De tal manera, el niño demanda ser reconocido de quién es su contexto, a través de opiniones sólidas, es decir un autoreconocimiento y posteriormente, es capaz de definir la impresión sobre sí mismo, es decir, una autodefinición; característica que ocurre hasta el sexto año.

✓ Sin embargo, "entre el tercer y el sexto año de vida el infante aprende a pensar y también a reconocer que esos

53 Branden, N.: Cómo llegar ser Autorresponsable, ob.cit., pág.26.

54 Ibíd., pág.26.

pensamientos son suyo, expresa lo que siente y desea, y lo que percibe; es más capaz de relacionar, integrarlos y diferenciarlos; y se vale de sus pensamientos para modular su conducta" ⁵⁵. En esta etapa de vida el infante tiene más desarrollado los sentimientos y la capacidad de razonar sobre su entorno. El niño tiene una autonomía más avanzada y se manifiesta ser más persona, y adquiere otra categoría: el yo mental, como lo dice Branden.

Entonces, en este proceso de desarrollo, el infante sufre una especie de traslación desde el: "yo soy mi cuerpo a yo soy mis sentimientos y mi cuerpo, y después a yo soy mis pensamientos. mis sentimientos y mi cuerpo" ⁵⁶. Es un proceso de evolución que todo ser humano pasa a partir de su propio cuerpo para encontrarse, luego gracias a la experiencia con el desarrollo de la inteligencia y las emociones.

Hasta aquí, hemos pretendido ser claros para encontrar el nacimiento de la autoestima. Concluiremos, indicando que "uno de los primeros y más importantes aspectos de la experiencia de sí mismo del niño común es el de ser amado por sus padres. Se percibe a sí mismo amable, digno de amor, y su relación con sus padres es de afecto. Experimenta todo esto con satisfacción" ⁵⁷. Se trata de mostrar un elemento valioso y esencial en la estructura del sí mismo. Esta pri-

55 *Ibid.*, pág. 26.

56 *Ibid.*, pág. 27.

57 Roger, C.: *El Proceso de Convertirse en Persona*, ob. cit., pág. 423.

mera escena que se constituye en su conciencia de ser y de funcionar, se da como una experiencia gratificadora; se irá complicando mediatizado por su medio social. De tal manera, se puede afirmar que "Este concepto de sí mismo es una configuración organizada, contiene todas aquellas percepciones relativas a uno mismo (...) los demás. y los valores y objetivos de la persona"⁵⁸. El ser humano gracias al sí mismo tendrá la capacidad de autopercebirse sea en forma negativa o positiva, de tal manera, esta actitud le permitirá tratar a los demás, en el sentido que él es, incluyendo con sus valores y objetivos.

De tal manera, ciertas actitudes de los padres parecen influir sistemáticamente sobre la autoestima; en consecuencia se podría afirmar: "Los padres y otras figuras de autoridad, serán piezas claves para el desarrollo de la autoestima del niño, quien dependiendo de los mensajes recibidos, reflejará como espejo lo que piensan de él"⁵⁹. Para un desarrollo del sí mismo, donde está su campo de percepción, es menester para que sea positiva la aceptación incondicional de los progenitores, de ver las virtudes y debilidades de un hijo o ser conscientes de sus potencialidades y sus limitaciones, como sujeto de aprendizaje.

En tales circunstancias se da el desarrollo del merecimiento

58 Gondra, J.M.: La Psicoterapia de C.Rogers. Desclee de Brouwer. España, 4a, ed. 1984, pág. 151.
59 Yagosesky, R.: Autoestima, ob.cit., pág. 15.

como precursor evolutivo de la autoestima, articulándose a la aceptación: interés y amor, que viene del mundo social inmediato, donde está constituido por valores y juicios, relacionados con el mundo cultural del niño.

Hemos apreciado el inicio del desarrollo de la autoestima en el ser humano, que la podríamos llamar pre-estima, porque se hace difícil precisar una autoestima en sí, por los primeros años de vida del sujeto que está atravesando. Por esta razón, las investigaciones realizadas en la infancia hasta los cinco años, han sido relativamente escasas. Nosotros somos conscientes que en los dos primeros años de edad, la vida del niño es preverbal, razón suficiente para tener una actitud de indiferencia en las observaciones.

Aunque se puede señalar que el infante ejecuta ciertas acciones, donde es posible ver que tiene éxito o no tiene; son actos que requieren cierto grado de competencia, pero es imposible saber qué experimenta. Sin embargo, la actitud competente es importante desde etapas tempranas de la vida.

En conclusión, la competencia depende del modo en que el infante responda al contexto y al medio social inmediato, y el merecimiento depende de las actitudes en que respondan los de su entorno ante el niño, en especial el contacto físico y afectivo de los progenitores, marcará el nacimiento de la autoestima.

2.8.2. LA APARICION DE LA AUTOESTIMA

Las etapas más importantes para la aparición y su adquisición de la autoestima son la infancia y la adolescencia. Por esta razón, una psicóloga prominente, dice que: "Desde la edad preescolar hasta la adolescencia, la forma en que los niños se ven varia espectacularmente. A partir de ideas basadas en experiencias concretas, desarrollan conceptos absolutistas de sí mismo (...) empiezan a evaluarse a si mismos basándose en la comparación de sus atributos o habilidades con otros **muchachos**"⁶⁰. Los infantes se ven a sí mismo en términos de apariencia **física, nombre, acciones** y aptitudes pero no tienen una noción de sus características permanentes o su personalidad. En la medida, en que el sujeto desarrolla y madura, pasa de perspectivas concretas y fragmentadas de sí mismo a perspectivas más abstractas, organizadas y objetivas está desarrollando su autoconcepto y autoestima en grados. Si hiciéramos una pregunta: ¿Quién es usted?. Un niño de 7 años respondería: Soy un niño, tengo el pelo negro y largo. Una niña de 9 a 14 respondería: Soy graciosa y floja, pero soy inteligente para matemáticas. Se ha comprendido de que la competencia y el merecimiento evolucionan de forma independientes, porque el sujeto social puede realizar bien, algo que no valora mucho. Entre los 6 a 7 años de vida del

60 Pope, A., McHale, S. Y Craighead, ob. cit., pág. 34.

niño, se tiene desarrollado el concepto final de ¿quién es? (yo verdadero) y de ¿cómo quiere ser? (yo ideal). El auto-concepto está razonablemente sólido, y la relación entre competencia y merecimiento parece ser más importante en esta etapa de vida.

Siguiendo el desarrollo del niño, entre los 7 a 12 años de edad, se considera como ser independiente, que está acompañado de cambios afectivos, cognitivos y sociales. Es la edad del ingreso y la permanencia en la escuela, donde el niño muestra mayor iniciativa e independencia, incorpora normas y valores, comentarios y experiencias, contribuyendo o aportando a su cognición. Está en el plano escolar y principalmente a través de su competencia académica y merecimiento de éxito que va a afectar a su autoestima.

En esta etapa de vida del sujeto, es donde se puede precisar que: " La autoestima brota como tal por primera vez durante el periodo de entre 6 a 12 años, cuando el niño es capaz de iniciar conductas con destrezas (lo que requiere competencia) de evaluar sus logros, en términos de normas sociales, como válidos o no válidos (merecimiento) y después experimentar una relación entre procesos" ⁶¹. Los niños saben manejar sus demandas de aprendizaje, sus nuevas habilidades, y empieza a ver la relación entre perseverancia y el placer de realizar una tarea. La cooperación, la responsabilidad y la

61 Mruk, Ch.: Autoestima Inv. Teoría y Práctica, ob.cit., pág.158..

curiosidad toman un papel fundamental para las actividades que realizan, y existe el afán de participar en un trabajo productivo. Sin embargo, corre el riesgo de caer en una crisis de sensación de inferioridad, fracaso e incompetencia.

Este recorrido, ha permitido ubicar a la autoestima como tal; en consecuencia, es imprescindible realizar algunas consideraciones finales. Al terminar la infancia el niño llegará a adquirir un nivel global de autoestima. No obstante de ello, existirán dos elementos básicos que influirán rotundamente en el desarrollo de su personalidad, primero: su mundo social se ampliará con los **profesores, compañeros** y el barrio; segundo: entrarán en juego nuevos valores y normas de comportamiento del grupo subcultural en el que está inmerso como **sujeto; así** como los valores de la cultura en general.

En su mundo inmediato y **cotidiano**, el sujeto experimenta una serie de éxitos y fracasos: grandes o **pequeños; entonces**, el niño descubre, en sentido relativo, que es competente en ciertas tareas y menos en otras. Por lo tanto, en esta etapa la autoestima empieza a tener un impacto significativo sobre la conducta.

Ahora **bien, nos** damos cuenta que la autoestima se forma gracias a nuestras experiencias competentes y merecedores, por esta razón, este fenómeno empieza a proteger al sujeto de los ataques de la vida y éste debe tener la actitud de

mantenerla y protegerla. En consecuencia, este recurso psicológico en esta etapa de vida va a jugar un papel preponderante en el proceso de aprendizaje.

2.8.3. AUTOESTIMA EN LA ADOLESCENCIA

Se ha comprendido que la autoestima es un proceso dinámico, al inicio de la infancia. Conforme ingresa a la **adolescencia**, el niño empieza a pensar sobre sí mismo, en términos de valores y actitudes abstractos. Con la llegada de la pubertad y la adolescencia, se da la bienvenida a la sexualidad y a la necesidad del joven de encontrarse a sí mismo. En esta etapa es crucial ya que en ella surgen con fuerza la competencia y el deseo de ser mejor que los demás. El sujeto experimenta una gran necesidad de aprobación por parte de su grupo inmediato y aprende a dirigirse hacia quienes lo aplauden y a huir de quienes lo critican.

De acuerdo, a la autora Pope que dice **que: "más** tarde empiezan a evaluarse a sí mismo basándose en la comparación de sus atributos o habilidades con los de otros **muchachos"**⁶². Efectivamente los adolescentes experimentan un proceso de desarrollo y cambio a nivel físico y **psicológico**; sin embargo en las relaciones interpersonales tienen características de obrar en función del grupo al que pertenece.

62 Pope, A., McHale, S. y Craighead, W.: Mejora de la Autoestima, ob.cit. pág.34.

Estamos hablando de una de las etapas más críticas del ser humano, que es la adolescencia; período de tiempo que transcurre entre la niñez y la edad adulta. Lo que caracteriza en el aspecto psicológico es la evaluación de los valores familiares, el concepto de si mismo, la evolución de la personalidad y las experiencias emotivas en la cotidianidad.

El adolescente experimenta más cambios en dos o tres años que en cualquier otro momento concreto de su desarrollo. Ello implica la necesidad de aprender a aceptar de modo satisfactorio, para él mismo, la nueva forma de su cuerpo, así como las características sexuales primarias y secundarias.

El sujeto adolescente pasa uno de los períodos de mayor desarrollo de las capacidades cognitivas, es decir, aprende a utilizar el nuevo potencial intelectual, el de emplear un pensamiento abstracto para el análisis de cualquier problema y en "empieza a seleccionar lo que debería ser codificado en su mente (...) pasa a dar más importancia a lo que presencia (...) y aprende a evaluar las cosas antes de creerlas'.

En la etapa infantil, se basaba su identidad en la familia, en su escuela y en su grupo, ahora ya adolescente necesita integrar todas las experiencias previas con el fin de formar su propia identidad única y personal; incluso, establece independencia emocional y psicológica de los

padres. Como dice Pope (1996) "conlleva nuevas habilidades cognitivas que disponen al adolescente a reflexionar, a preocuparse de cómo lo ven los demás, y a pensar que puede y debe convertirse en adulto"⁶⁴. Simultáneamente a estos cambios se forma paulatinamente la capacidad del muchacho para controlar su propia conducta y, al menos en parte, se determina qué tipo de reacciones recibe de los demás (aprobación, desaprobarción) y en qué áreas sobresaldrá.

En esta etapa de vida, unos y otros persiguen, con distintos modos la afirmación del sí mismo, es decir, la afirmación del yo al tomar conciencia de su propio mundo interior, en la medida en que lo van consiguiendo, se serena su existencia y se equilibran, y armonizan las manifestaciones de su conducta. En consecuencia, en esta etapa "el individuo adquiere mayor capacidad de escucharse a sí mismo y experimentar lo que ocurre en su interior; se abre a sus sentimientos de miedo, desánimo y dolor, así como a los de coraje, ternura y pánico"⁶⁵. El adolescente puede descubrir sus sentimientos y vivirlos particularmente, tal como existen en él y vivir de plena las experiencias de su organismo sin verse obligado a impedirles el acceso a la conciencia.

Es esencial el proceso de interacción entre el organismo y el medio, esto permite a todo sujeto mayor conciencia de la

64 Pope, McHale y Craighead. Mejora de la Autostima, ob.cit., pág.34.

65 Rogers, C.: Psicoterapia Centrada en el Cliente, ob.cit., pág.169.

realidad y de su yo, que es la certeza propia del sujeto vígil y lúcido, que es "como la configuración de la autopercepción, de las percepciones de los otros y del mundo, así como la percepción de los objetivos y de los ideales, **incluyendo, a** nuestro parecer, las ideas más grandes que la persona puede tener respecto de su **imagen**"⁶⁶.

La autoestima encierra al yo emocional que se ha desarrollado, en la medida, en que pudo asimilar las **experiencias**, es decir, en un proceso mediatizado por las relaciones interpersonales del mundo inmediato del sujeto, que se percibe en libertad a explorar su sí mismo y aumentar su nivel de autoestima en sentido de competencia y merecimiento.

El ser adolescente es una constante búsqueda de sí mismo, de lo que es o de lo que debe ser. Por esta **razón, está** presente el deseo de crecer, en tanto que su yo se afirma y crezca con experiencias positivas, y su autoestima le acompañe en su derrotero.

En esta etapa del desarrollo humano, se caracteriza porque "la autoestima puede ganarse o perderse, y el individuo desempeña un rol crucial en el manejo de este recurso psicosocial **esencial**"⁶⁷. A la vez señala que cualquier experiencia está relacionada con la autoestima y se llama éxito-fracaso, por esta razón, existen adolescentes que tienen

66 Paretti, A.: El Pensamiento de C. Rogers. Atenas, España, 1a, ed. 1979, pág. 205.
67 Mruk, Ch.: Autoestima Inv. Teoría Y Práctica, ob. cit., pág. 159.

éxito en alguna actividad y algunas veces fracasan en su intento, basándose en la competencia para el logro de sus metas. Existe otro tipo de momento, que es de naturaleza interpersonal: aceptación o rechazo, que se da mayormente en las relaciones románticas, las relaciones con sus compañeros de curso y las relaciones con los miembros de su familia, estos se articularán con el merecimiento o inmerecimiento.

Al finalizar este recorrido de la autoestima en esta etapa el sujeto entrará a cambios espontáneos que cambiarán su autoestima, así como dice Harter (1993) que estará asociada a los períodos de cambios en la vida. Por este mismo hecho, el adolescente tiene que pasar, por un proceso de búsqueda interna, para encontrarse con su sí mismo, a través de la experiencia cotidiana y así encontrarse con su identidad, su autonomía, su responsabilidad, su aceptación de sí mismo y finalmente la autorrealización de persona creativa.

2.9. AUTOESTIMA Y EDUCACIÓN

Antes de considerar estos dos fenómenos: autoestima y educación, realizaremos algunas consideraciones fundamentales y necesarias, identificando su relación entre ambas y señalando con claridad, que "la educación es la formación del hombre por medio de una influencia exterior (...) o por un

estímulo que proviene del mismo individuo y que suscita en él una voluntad de desarrollo "autónomo"⁶⁸. La educación es una realidad social y un proceso social y dinámico, que tiende al desarrollo integral y al perfeccionamiento espontáneo e intencional de todas las dimensiones del hombre, como consecuencia de la acción ejercida sobre sí y sobre los demás, para actuar capaz y conscientemente frente a nuevas situaciones de la vida. Se puede considerar a "la educación como un proceso de crecimiento interior y al mismo tiempo de incorporación y transformación de los elementos del medio sociocultural"⁶⁹. Es decir, es una transformación mundo interior y a la vez es la posibilidad de socialización.

La realidad cotidiana nos hace ver que la educación puede considerarse como un proceso que se da en todos y cada uno de los seres humanos de una sociedad durante toda su vida. Asimismo, es un proceso de socialización y un proceso de individualización, por el cual el sujeto desarrolla sus capacidades, hace efectivas sus posibilidades y crece interiormente.

Una vez que se ha identificado la definición de educación, es de prioridad referirse a la escuela tradicional y a la nueva término utilizado por J.A. Jaramillo; porque va a permitir reflexionar, sobre la autoestima en ambos enfoque de educación.

68 Castro, Ch.C.: Técnica de la Dirección del Aprendizaje. Burillo. Bolivia, 1a, ed. 1972, pág. 13.

69 Avolio, S.: Tarea Docente. Merymar. B. Aires. 4a, ed. 1979, pág. 16.

2.9.1. ESCUELA TRADICIONAL

Al hablar de la escuela tradicional, se caracteriza por ser esencialmente: carente de individualidad, abstracta, libresco, intelectualista y memorista, lejos de nuestra realidad; los hombres para aprovecharla tenían que adaptarla como pudiera a los problemas de la existencia. Asimismo, "la estricta disciplina tomada, más como fin que como medio de ayuda a la formación de la **personalidad**, el exagerado memorismo, distanciamiento entre profesores y alumnos en una educación de tipo **vertical**"⁷⁰. Se sigue manifestando esta forma de actitud en la mayoría de las instituciones educativas, que no contribuyen al fortalecimiento de la autoestima.

En consecuencia, no podemos juzgar la totalidad de este estilo de educación, pero eso sí, no estamos de acuerdo a estas alturas del siglo XXI, que se sigan conservando en nuestras instituciones educativas métodos que son menos aptos y **desaconsejables**, por ser anticuados y van en contra de los educandos.

Así, dentro de este marco de referencias que se tiene de nuestra educación, nosotros nos preguntamos, ¿es posible que el estudiante pueda desarrollar un nivel alto de autoestima? ¿es posible mantener un buen nivel de autoestima en estas circunstancias?, sabiendo que la actitud del docente es, como

70 Jaramillo, J.A.: Educación Personalizada, ob.dt., pág.17.

lo dice **Freire(1987)**, el educador es quien sabe, piensa, habla, actúa y es el sujeto del proceso; los educandos son quienes no saben, son objetos pensados, son los que escuchan, son los que tienen la ilusión de actuar como el docente y son meros objetos de la educación.

Creemos que la autoestima positiva se desarrolla en un clima de libertad responsable, donde existe el respeto y la aceptación del alumno, en un ambiente de comunicación auténtica e incondicional. Esto permitirá que el educando desarrolle una personalidad plena, que le permitirá ser un sujeto creativo y **dueño** de su vida, para lograr una autorrealización por sí mismo, aceptando los desafíos de la cotidianidad.

Bajo este estilo de educación y bajo este sistema de educación vertical, se "consideran que la naturaleza del hombre es tal que no se puede tener confianza en él, que debe ser guiado por aquellos que poseen más sabiduría o un rasgo más elevado"⁷¹. Esta es una de las características de nuestra educación, donde el docente es el dueño del conocimiento, en sentido vertical. Por esta **razón, señala** el mismo autor, que nuestras instituciones "educativas más obstaculizan que contribuyen al desarrollo de la personalidad y ejercen una influencia negativa sobre el pensamiento creador"⁷².

Es esencial, recalcar que dentro de la educación tradicional

71 Rogers, C.: El Poder de la persona. Manual Moderno, México, 2a, ed. 1980, pág. 5.

72 Ibíd., pág. 177.

el "aprendizaje que es más que la simple acumulación de conocimientos. Es un aprendizaje que provoca un cambio en la conducta del individuo (...), por un conocimiento profundo **penetrante**"⁷³. En la escuela tradicional, lo fundamental es la acumulación del conocimiento de la asignatura en el sentido memorístico, sin tomar en cuenta las necesidades de pensamientos y sentimientos del alumno.

El ser humano tiene una necesidad básica para su autorrealización, que es el de fomentar su autoestima positiva, porque ello significa confianza en sí mismo y respeto de sí mismo; por esta razón, como seres humanos merecemos tener confianza en nuestra mente y de que somos competentes para vivir, en un clima de libertad responsable.

Carl Rogers ha afirmado en 1996, que no es la cantidad de libertad lo fundamental para un aprendizaje, porque dentro de esta realidad se puede dar, que el docente como los alumnos pueden estar en aprietos, ya sea con exámenes severos y con un horario rígido, y un determinado manual, etc. Lo esencial **dice, Rogers, es una libertad auténtica que sea percibida como tal por los educandos.**

2 9 . . ESCUELA NUEVA

La escuela nueva toma como centro de atención al alumno

73 Rogers, C.: El Proceso de Convertirse en Persona, ob. cit., pág. 248.

en toda "la actividad educativa, se observan con atención sus necesidades y se trata de encontrar los medios de ayudarlo, considerando más importante su formación como **persona**"⁷⁴. En suma, es una educación que permite al sujeto ser actor de su propio aprendizaje, que le va a permitir desarrollar cualidades significativas, para ser creativo.

En nuestro **país, se** ha promulgado la Ley de la Reforma Educativa en el año 1994, para el mejoramiento y transformación de la educación, en respuesta a un sistema educativo que está en crisis y que no responde a una realidad de necesidades. Por esta **razón, un** cambio global que se pretende llevar adelante, está delimitado en transformar los aspectos pedagógicos, curriculares e institucional-administrativo.

En otras palabras, estamos señalando dentro de este contexto, nuestra educación siendo aún tradicional, al sujeto se lo considera como pasivo de un proceso y no se lo conceptúa como responsable en las elecciones y en las decisiones, más aún como persona en crecimiento.

Sin embargo, encontramos en el Capítulo IV, "De la Estructura de Organización Curricular" de la Reforma Educativa, en el artículo 8, puntos: 2 y 3, donde señala la de incentivar la autoestima, la capacidad de pensar, de actuar, de aprender por sí mismo, de ser creativo y construir el conocimiento en

74 Jaramillo, A. Educación Personalizada, ob.cit., 1 a, ed. 1994. pág. 18.

base de métodos actualizados. Son aspectos que el docente debe tomar en cuenta en el proceso de **enseñanza-aprendizaje**.

Esto permite darnos cuenta de que la Ley aún está en los primeros pasos de su ejecución, con el incipiente conocimiento del fenómeno de autoestima. Creemos que es una necesidad, dirigirse hacia una "escuela humanista que se preocupa de la educación, tratando de desarrollar la autonomía y la responsabilidad de cada uno a través de la autodisciplina (...) favorecer el proceso continuo de adquisición de los conocimientos (...) pensar por sí mismo, aprender por sí mismo. Educar y fortalecer la autoestima, en la medida en que toda experiencia y toda percepción sobre sí mismo, permitirá ser consciente de uno mismo y vivir dentro de un marco de autoaceptación, que elevará su nivel de autoestima de todo sujeto para ser competente en todas sus asignaturas.

2.9.3. PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

No pretendemos ser amplios en esta subdivisión, sino abarcar lo imprescindible para relacionar con nuestro trabajo de investigación, porque creemos que el proceso enseñanza-aprendizaje está implícito en el comportamiento del sujeto, en tanto, manifieste una transformación interna y a vez

75 Poeydomenge, M.L.: La Educación según Rogers, ob. cit., pág. 85.

afecte a su entorno inmediato con su conducta: familiar y educativo. En suma, a su autoestima.

Habíamos señalado con énfasis, que el aprendizaje es un proceso, porque se caracteriza de ser dinámico, continuo y que lo realiza el educando a través de sus experiencias y percepciones. Es una serie coordinada de actos sensoriales, **intelectuales, emotivos y volitivos**, encaminados a adquirir, retener y utilizar conocimientos, destrezas y hábitos para ajustarse a las demandas de la vida.

La tendencia humanista afirma que: "el aprendizaje centrado en la persona es, primero, un proceso, y segundo un resultado (...) centra su atención en la persona como un todo-valores individuales, opiniones y actitudes". Este enunciado nos hace ver con **precisión**, que es el estudiante quien toma el control de su propio aprendizaje y de su propia **vida**; el alumno es el centro de la actividad del proceso de aprender y crecer como ser **humano, facilitado** por un clima psicológico empático de parte del profesor.

Por lo que podemos **apreciar**, el enseñante -profesor- ya no es el mediador exclusivo del saber, en la nueva educación. Por lo tanto, el sujeto de la educación, en la medida, en que evoluciona será influido por el aprendizaje, donde ambos

78 Rogers, C. Y Freilberg. Libertad Y Creatividad en la Educación, ob.cit., pág. 85.

elementos interacturán, para ser determinado por el medio sociocultural, en el cual el docente será el facilitador en un clima de aceptación.

Si partimos del enunciado de N. Gronlund (1978), señala que: "el propósito fundamental de la educación es contribuir a que el individuo adquiriera mejor comprensión de sí mismo para que pueda tomar entonces decisiones más inteligentes y valorar más eficazmente su propio desempeño"⁷⁷. No hay mejor camino cuando los docentes están en el plano de ser guías de los adolescentes, los cuales están atravesando una doble crisis: su sexualidad y su personalidad; por esta razón, ellos requieren comprensión de los profesores para encontrar mayor afirmación a su mundo.

Habíamos indicado que en el desarrollo del nivel de la autoestima, se puede dar en un clima de respeto al sujeto, en la medida, en que se lo vea como persona y tenga la posibilidad de autorrealizarse, y de participar en forma concreta y directa en el proceso de aprendizaje.

Por muchas razones fundamentales y vitales, la labor o el rol del docente toma un nuevo sentido, en el desarrollo de la enseñanza-aprendizaje, que se orienta "la autorrealización del educando dentro del proceso educacional, destaca una nueva dimensión humanizante de la enseñanza como modelo para

77 Gronlund, D.: Elaboración de Test Aprovechamiento. Trillas, México, 2a, ed. 1978, pág. 14.

propiciar en el alumno el desarrollo de su capacidad para: decidir, criticar **constructivamente**, dar soluciones inteligentes, ser responsable de su aprendizaje, adaptarse a nuevas situaciones y cooperar con el **docente**"⁷⁸. Entonces una educación similar, llevaría adelante un aprendizaje superior y significativo, en el cual el sujeto encontraría una oportunidad para hacer crecer su personalidad.

Si nuestra investigación ha de centrarse en el tema de la autoestima con relación al rendimiento escolar, no se puede concebir sin el proceso enseñanza-aprendizaje, porque involucra una serie de elementos que se relacionan con el enseñante y el sujeto del **proceso**; el primero: si el maestro ofrece sus clases **afectuosas**, el entorno se convertirá más adecuado para el aprendizaje y la disciplina, así señalan **Rogers** Y **Freiberg** (1996); estos dos psicólogos continúan con su análisis sobre el **docente**, el cual tiene la autoridad en la clase y se ve con suficiente seguridad en su sí mismo, y su relación con el discente es de plena seguridad y confianza en su capacidad de aprendizaje .

El proceso enseñanza es la serie de actos que realiza el educador con el propósito de crear condiciones que le den a los alumnos la posibilidad de aprender, es decir, de vivir experiencias que le permitan adquirir nuevas conductas o

78 Raffo, L.: Bases Psicoeducativas, ob. cit., pág. 104.

modificar las existentes, en última instancia su autorrealización, donde el estudiante es mucho menos dependiente, mucho menos espectador, mucho más autónomo y autodirigido.

Las recomendaciones vitales están tendidas en el fascículo: "Organización Pedagógica de la Reforma Educativa" (1995) sobre las funciones del maestro, en el sentido de "interactuar efectiva y creativamente para el logro de aprendizaje relevantes, equitativos y eficaces (...), motivador e impulsor de la dinámica del aprendizaje (...) estimula, orienta y apoya a sus **alumnos**"⁷⁹. No hay otra actitud positiva y efectiva para un aprendizaje de desarrollo, en consecuencia, la exhortación va mucho más allá de una función, va a la esencia de un cambio de actitud y de una nueva pedagogía, la cual debe centrarse en el alumno, donde debe considerarse las necesidades y las experiencias del educando.

Estas características de educación, tienen ciertos principios que están centrados en el estudiante, los cuales son activos en la solución de problemas, practican estrategias de aprendizaje, toman decisiones y descubren ideas importantes. En consecuencia, el aprendizaje y la autoestima se destacan cuando los alumnos tienen relaciones de respeto e interés por sus **compañeros**, los cuales ven su potencial, aprecian sus talentos únicos y los aceptan como individuos. En suma,

79 Organización Pedagógica, Secretaría Nal. de Ed. Bolivia, 2a, ed. 1995, pág. 18.

"la autoestima y el aprendizaje se refuerzan mutuamente"⁸⁰. Es decir, ambos fenómenos en el proceso manifiestan un conjunto de capacidades, de conocimientos y de saber hacer de manera organizada, una serie de tareas, mostrando "capacidad para actuar con eficacia, y satisfacción en relación a sí mismo y al medio ambiente (natural y social) en el que nos desenvolvemos"⁸¹. En consecuencia, es un sujeto social de aprendizaje competente y merecedor de logros y de respeto hacia su sí mismo.

2.9.4. MOTIVACIÓN Y APRENDIZAJE

Hemos hablado del proceso de aprendizaje, que es la adquisición de nuevos conocimientos, significados y orientaciones personales, incluidas las actitudes de evitación y de no hacer lo que ya se hizo una vez. En un sentido más específico, el hecho de aprender algo generalmente va seguido de un cambio de la conducta, del pensamiento, del sentimiento, en un clima de libertad responsable y permita inclinarse hacia la creatividad, la autonomía, autorrealización y determinación.

Un investigador Hamachek, D. en su libro Motivación en la Enseñanza y el Aprendizaje, señala con exactitud, "que la motivación es un proceso, que puede conducir a los educandos

80 Woolfk, A.: Psicología Educativa, ob. cit., pág. 481.

81 Calero, M.: Constructivismo. S. Marcos, Perú, 1a, ed. 1997. pág. 103.

a experiencias en las que puede haber **aprendizaje,asimismo,** dinamizarlos y activarlos y mantenerlos en actitud razonable y alerta,con una atención concentrada hacia el propósito **buscado"** **82.** La motivación es un estado interno que activa, dirige y mantiene el **comportamiento,es** el impulso que mantiene el interés en los sujetos.

Los proponentes de la psicología humanista como Abraham Maslow (1968,1970), Carl Rogers y Freiberg (1994) enfatizan que la motivación debe ser intrínseca en el sujeto,por esta **razón,el** primero indica que la persona tiende a la autorrealización;los **segundos,señalan** que la necesidad de motivación se relaciona con la tendencia de actualización innata o la necesidad de autodeterminación. No obstante a ello,la perspectiva humanista señala que las personas están motivadas de modo continuo por la necesidad innata de explotar su potencial.

Desde la perspectiva humanista, motivar al alumno implica fomentar sus recursos internos: su sentido de competencia, autoestima,autonomía y autorrealización. En **suma,el** planteamiento de la motivación que enfatiza la libertad personal,la decisión,la autodeterminación y la lucha por el crecimiento personal.

Se puede concebir que la rapidez del aprendizaje depende de

82 Hamachek,D.:La Motivación en la Enseñanza y Aprendizaje,ob.cit.,pág.10.

la fuerza del motivo, porque involucra los **intereses, urgencias, deseos** y causas para satisfacer. En consecuencia, es una necesidad interna, muy intensa y que gracias a ella el aprendizaje puede ser satisfactorio.

El psicólogo educativo Beed, Homer B. (1962), en su libro, "Psicología de las Materias de Enseñanza Primaria" se refiere a este tema, señalando que: "es importante comprender la relación que existe entre la motivación y el aprendizaje, porque aquélla determina no sólo la intensidad del esfuerzo para aprender, sino también la medida en que este esfuerzo es una actividad de la personalidad **total**"⁸³. Esta proposición lleva a meditar a que la motivación es un elemento indispensable del aprendizaje, es un estado de necesidad en el organismo y es la satisfacción de la misma.

A nosotros nos interesa ver con claridad la motivación **intrínseca**, porque permite tener un argumento claro sobre el nivel de autoestima del sujeto, sabiendo que en la persona está la capacidad de **autorrealizarse**, de ser conducta menos dependiente, menos espectador, más autónomo y autodirigido, cuando está regido por las determinantes de su interior: sus potencialidades, sus **capacidades**, sus talentos, sus impulsos creativos y la necesidad de autoconocerse, integrarse y unificarse cada vez más, de ser cada vez más consciente de lo

83 Beed, H.: Psicología de las Materias de Enseñanza. Hisp. México, 1a, ed. 1962. p.p. 33-34.

que en realidad es y desea.

Carl Rogers habla de una motivación fundamental y capital que proporciona "una confianza básica en la tendencia autorrealizadora de los estudiantes (...) cuando se hallan en contacto real con los problemas de la vida, los alumnos desean aprender, crecer, descubrir y crear (...) el móvil (...) la tendencia del hombre a realizarse, a llegar a ser sus potencialidades (...) al impulso a expandirse, crecer, desarrollarse y madurar que se manifiesta en toda vida orgánica y humana"⁸⁴. Por lo tanto, la motivación es parte del proceso de aprendizaje que se relaciona para un desarrollo pleno.

Estos conceptos esenciales sobre la motivación, nos obliga a preguntarnos: ¿Es la autoestima, motivacionalmente, una necesidad o una llamada?. Para responder desde la dimensión motivacional de la **autoestima, diremos** que investigadores **señalan** que la autoestima motiva la conducta del estudiante. Por lo tanto, es posible entender a la autoestima como una necesidad para proteger la integridad del self o la **identidad;** "la autoestima motiva a la persona de un modo que la empuja hacia la acción protectora o defensiva, pero también la impulsa a ir más allá de las limitaciones corrientes y explorar nuevos territorios **psicosociales**"⁸⁵.

Nos referiremos a las necesidades y a la motivación,

84 Rogers, C.: El Proceso de Convertirse en Persona, ob. cit., p.p. 255-304.

85 Mruk, Ch.: Autoestima Inv. T.p., ob. cit., pág. 44.

puntualizando, primero: se puede describir como un requerimiento biológico o psicológico, por lo **tanto**, el estudiante está motivado por las presiones que las necesidades provocan para actuar a fin de alcanzar las metas que podrían satisfacer las necesidades.

Sin embargo, es esencial analizar la teoría humanista de la motivación, por tratarse de un concepto fundamental, que tiene relación con la autoestima.

Abraham Maslow (1970) en su obra "Motivación y Personalidad" sugirió que los seres humanos tenemos una jerarquía de las necesidades, las cuales están divididas en siete niveles, que tiene la forma de una pirámide, en el que está dividida por dos partes; la una se llama necesidades por **deficiencia**, que son las del nivel inferior: necesidades **psicológicas (sobrevivencia)** necesidades de seguridad, necesidades de pertenencia y amor, y necesidades de estima (autoestima). El nivel superior se denomina, necesidades del ser (**crecimiento**), está formado por las: necesidades de saber y comprender, necesidades estéticas y la necesidad de autorrealización. Las cuatro primeras necesidades cuando son satisfechas, la motivación de satisfacer las **disminuye**, casi nunca pueden ser satisfechas por completo, porque se van renovando de modo interminable. Las tres últimas **necesidades**, al ser satisfechas no desaparece la motivación, sino que aumenta para buscar una mayor realización.

A. Maslow da una manera para ver a la persona en su totalidad, cuyas necesidades físicas, emocionales e intelectuales se interrelacionan. Asimismo, permite ver con mayor claridad el comportamiento de los estudiantes, porque una de las características que hemos mencionado es el de pertenecer a un grupo social y el de mantener la autoestima en ese grupo. Es un sujeto con nuevas habilidades cognitivas para lograr ciertas competencias y merecimiento de éxito en el entorno en el que está.

El alumno desmotivado tendrá una imagen pobre de sí y "que el bajo rendimiento escolar puede relacionarse con el concepto que el alumno tiene de sí mismo, como individuo incapaz de aprender lo que se le enseña". Entonces, creemos que la autoestima es un fenómeno que motiva al sujeto a realizar las tareas escolares, a través de su experiencia y sus percepciones de su mundo interior.

2.9.5. RENDIMIENTO ESCOLAR

Toda tarea de los estudiantes tiende al logro de ciertas metas en el proceso enseñanza-aprendizaje, por lo tanto, las caracterizamos llamándolas objetivos de aprendizaje, que es un proceso dinámico, continuo, lo que realiza el alumno a través de sus experiencias, es decir, de su interrelación con

86 Hamachek, D.: La Motivación en la Enseñanza y Aprendizaje, Col. B. Aires, 1a, ed. 1970, pág. 9.

los contenidos, técnicas, recursos, que integran la situación de aprendizaje y "produce un cambio relativamente permanente en su conducta, es decir, en su manera de pensar, hacer, sentir o querer" 87 .

El aprendizaje como proceso fundamental tiene dos conceptos básicos: actividad y experiencia, con los cuales se relacionan entre sí; el primero son las respuestas a las situaciones planteadas por el profesor. El segundo son resultados de experiencias anteriores, que van a permitir la interrelación entre el alumno y las condiciones externas del medio para ser asimilada como nuevas experiencias.

La autora del libro, "La tarea Docente" Susana Avolio de Cols (1979) se refiere al rendimiento escolar como los resultados obtenidos después de un proceso de aprendizaje. Los resultados de aprendizaje se clasifican: cognoscitivo, psicomotriz y volitivo-afectivo. En suma, entendemos por rendimiento escolar o académico al resultado del proceso de aprendizaje que el sujeto realiza en su unidad educativa, es decir, es la respuesta a las exigencias de las actividades planteadas por el docente y que van hacer traducidas en calificaciones o notas, las cuales constituyen una apreciación sintética que refleja la evaluación de un proceso en el campo educativo.]

En el último Reglamento de Evaluación Escolar (1996), de

87 Avolio, S.: La Tarea Docente, ob.cit., pág. 82.

nuestro Sistema Educativo, da una orientación al respecto en el Capítulo II "De las Fases de la **Evaluación**", Art.10, donde se señala que: "La evaluación sumativa es el recuento del proceso de aprendizaje. Tiene por finalidad determinar si se han alcanzado o no los propósitos u objetivos. Es la estimación de los logros alcanzados en los conocimientos y el desarrollo personal y social de los educandos para la calificación **correspondiente**"⁸⁸. En otras palabras, la evaluación sumativa es el resultado final de todo proceso de aprendizaje realizado por el estudiante y que se va a traducir en una nota de calificación cuantitativa y a la vez cualitativa.

/ Ahora bien, una vez que se ha definido el término de Rendimiento Escolar, a partir del proceso de aprendizaje realizado por el educando, ahora, es necesario ampliar con algunas consideraciones sobre esta variables que es motivo de nuestro estudio, tomando en cuenta dos evaluaciones.

Partamos, entonces, primero del concepto de evaluación educativa de un proceso de aprendizaje y nos guiaremos por las ideas del autor José M. Valero García (1976), en su obra "Educación **Personalizada**"; él concibe que: "Desde el punto de vista educativo, entendemos por evaluación a un proceso integral, sistemático, gradual y continuo que valora los cambios producidos en la conducta del educando, la eficacia

88 Reglamento de Evaluación. Bolivia, 1995, cap.2.pág.5.

de las técnicas empleadas, la capacidad científica y pedagógica del educador, la calidad del plan de estudio y todo cuanto converge en la realización del hecho educativo⁸⁹. Cuando se dice que es integral, debe entenderse como tal, que se ocupa de todas las manifestaciones de la personalidad del alumnos: intelectual, afectivo y aptitudes. A la vez se indica que es sistemática, porque obedece a normas y a objetivos, y competencias de un plan de unidad.

Asimismo, es continua y acumulativa, porque se ejercita en forma continua e ininterrumpida durante el proceso de aprendizaje y se caracteriza por el fruto de observaciones significativas, las cuales exige de un registro de calificaciones; para el cual emplea técnicas y métodos de fiabilidad.

En el proceso de evaluación tradicional se ha entendido de otro modo el enfoque de la evaluación en sí; se ha tomado otro sendero, el de "cuantificar la información que los alumnos son capaces de memorizar. Se somete a los alumnos a cuestionarios elaborados a partir de las lecciones impartidas, se les da un tiempo determinado para responder, y sólo se mide, qué proporción de esos contenidos pueden reproducir.

Por lo tanto, es una medición del área cognoscitiva y no tomaba otras características de la evaluación, hasta que en algunos casos se tornaba subjetiva y no garantizaba el

89 Valero, J.: Educación Personalizada. Paulinas, Madrid, 1a, ed. 1976, pág. 70.
90 Reforma Ed. Org. Pedagógica. Bolivia, 1996, pág. 41.

progreso individual y social, que el educando ha vivido y experimentado sus competencias en el aprendizaje.

Más aún, al alumno se le asigna una calificación cuantitativa numeral que refleja muy poco de la capacidad de desempeños y competencia en la vida social. En otras palabras, es una representación muy superficial del rendimiento escolar.

/ Sin embargo, se puede decir que nuestro sistema educativo no ha salido aún de los marcos de la educación tradicional, se siguen tomando algunos criterios, algunas técnicas y métodos nada actuales; éstos van en contra del desarrollo de la personalidad del educando.

[Precisamente, por esta razón, la Reforma Educativa ha sido implantada en nuestro país; por lo mismo, recomienda una nueva evaluación que se proponga "observar y determinar cuánta y qué ayuda es necesaria para que los alumnos vayan alcanzando logros de aprendizaje mayores. No se evaluará al alumno en forma aislada, sino el proceso en el cual éste interactúa con su maestro y con sus compañeros de grupo. No se medirá el avance, al final solamente, sino durante todo el proceso, a fin de ayudar al alumno a superar sus obstáculos y dificultades en todo momento"⁹¹. En suma, esta evaluación busca estimar las competencias adquiridas al término del trabajo de una unidad, un módulo o un ciclo. A la vez motivar en forma intrínseca la valoración personal, en el sentido de

91 *Ibíd.*, pág. 62.

competencia y merecedor de éxito para el fortalecimiento de su autoestima.

2.9.6. RENDIMIENTO ESCOLAR Y AUTOESTIMA

Nathaniel Branden(1995),hace referencia a la peculiaridad de la autoestima en las instituciones **educativas, donde** en ella, el estudiante encuentra una segunda oportunidad de conseguir un adecuado sentido de sí mismo y una mejor aceptación y **comprensión, de** la que no pudieron tener en sus hogares.

El mismo autor prosigue, señalando con precisión que: "la escuela es un encarcelamiento impuesto por la ley a manos de maestros que carecen de autoestima (...), que no inspiran, sino que humillan. No hablan el lenguaje de la cortesía y el respeto, sino del ridículo y el sarcasmo(...),no motivan ofreciendo valores sino provocando **miedo**". Estas son realidades que ocurren en las aulas educativas,siendo el maestro y el alumno los pilares del proceso enseñanza-aprendizaje se encuentran divorciados por falta de una comunicación auténtica que les permita interrelacionarse en el sentido de personas,para un aprendizaje significativo.

Dentro de este ambiente vertical y rígido,es imprescindible

92 Branden,N.Los Seis Pilares de la Autoestima,ob.cit.,pág.223.

plantearnos interrogantes como lo hicimos anteriormente: ¿Es posible tener una sana autoestima? ¿Es posible mantener el mismo nivel de autoestima en el sujeto? ¿Es posible que el rendimiento escolar sea afectado por el trato desvalorizado del docente?; finalmente, ¿el rendimiento escolar hasta qué punto está relacionado con la autoestima?, y ¿es posible desarrollar y fortalecer la autoestima en estas condiciones?. Estas interrogantes no van a ser absueltas por las características en que se presentan. Sin embargo, nos interesa fundamentalmente investigar la relación que existe entre autoestima y rendimiento escolar.

Creemos con toda certeza que la autoestima debe estar basada en la realidad, es donde el sujeto de la educación con una autoestima sana, siempre va a inclinarse a la valoración de sus capacidades y logros dentro del marco de la realidad, ni negando ni exagerando.

Al hacer un análisis de la educación de nuestros tiempos se señala que: "tendemos a crear conformistas, estereotipos (...), en vez de pensadores creativos y **originales**"⁹³. Este pensamiento nos lleva a una apertura de percibir, que el sistema educativo rígido no constituye una garantía para desarrollar la confianza en sí mismo, a la **vez**, el estudiante no es capaz de vivir plenamente en y con cada uno de sus

93 Rogers, C.: El Proceso de Convertirse en Persona, ob. cit., pág. 246.

sentimientos y reacciones en el proceso de aprendizaje.

Hemos explorado nuestro sistema educativo y la actitud del docente, éste como elemento que conforma el proceso **enseñanza-aprendizaje** y al alumno como otro elemento fundamental de esta interrelación del P.E.A.

El docente cuando desempeña el papel de facilitador de los alumnos, ayuda "a sentirse visible ofreciéndole la retroalimentación adecuada, fomenta su conciencia de sí mismo"⁹⁴, a la vez, ayuda a formentar su autoestima, porque refleja una actitud positiva respecto de sí y los demás, por esta razón, "si una educación adecuada tiene que incluir la comprensión de los **sentimientos**"⁹⁵, es porque está cumpliendo con uno de los principios de la educación **significativa**, el de aceptar incondicionalmente al alumno para que permita el docente el crecimiento de su personalidad, la autoaceptación y el respeto por el sí mismo.

Las características del papel que desempeña un docente es esencial para decir que éste está en disposición de enseñar a los alumnos un respeto consciente hacia los sentimientos unidos a la conciencia de que se puede aceptar un sentimiento sin tener que estar dominado por él, así dice Branden. El vivir conscientemente y la aceptación de uno mismo, con todos sus sentimientos en el sentido de mantenerlos o cambiarlos,

94 Branden, N.: Los Seis Pilares de la Autoestima, ob.cit. pág. 234.

95 Ibíd., pág. 238.

ayuda a conservar la autoestima, mejorarla y subir de nivel.

A los adolescentes estudiantes les lleva la contidianidad a encontrarse con sus compañeros o amigos, motivados por la amistad de sus similares, aunque los jóvenes procuran ser más independientes y autónomos día tras día, son capaces; sin embargo de someterse voluntariamente a los dictados del grupo, por esta razón, el sujeto valoriza la amistad y es un valioso aliado que le ayuda a dejar definitivamente atrás los años de la infancia y es insustituible, porque experimenta los primeros pasos de la conducta adulta.

Por lo tanto, aspira al reto de interrelacionarse eficazmente con sus condiscípulos, y será eficaz en la medida en que haya logrado el respeto hacia sí mismo. Por este motivo, "al proporcionar formación en eficacia interpersonal conseguiremos dos objetivos a la vez: alimentamos la autoestima y fomentamos la competencia en lo que la vida pide de nosotros" ⁹⁶. Las relaciones humanas dentro del grupo de estudiantes es primordial para fomentar actitudes positivas que le permitan interrelacionarse en las tareas escolares y ser activo en cada una de ellas.

Los padres de familia creen, con razón, que los problemas educativos existen cuando las calificaciones bajan o son malas como ellos los nombran; una gran parte de maestros en reuniones de Consejo Pedagógico afirman, que los alumnos no

⁹⁶ **Ibid., pág. 242.**

desarrollaron su nivel de aprendizaje en forma satisfactoria debido a razones: flojera e irresponsabilidad; opiniones que no toman en cuenta el sí mismo del educando en un plano racional, porque "las bajas calificaciones o algún comentario del maestro, sin alguna prueba que lo confirme, deben considerarse solamente como punto de partida para el diagnóstico de los problemas de enseñanza"⁹⁷. Este enunciado tiene validez en la medida en que se ha asistido a reuniones de docentes para escuchar informes del proceso enseñanza-aprendizaje y se ha constatado que dichas opiniones, no contenían una base científica para detectar problemas de aprendizaje.

Si preguntáramos con certeza a los educandos del proceso, si se hallaran libres de tensión y tuvieran confianza en sí mismo; y los maestros razonablemente serían empáticos, ¿qué resultados esperaríamos de su rendimiento escolar?. Obviamente los resultados serían alentadores, porque "ayudar a los alumnos a valorarse a sí mismo, a desarrollar la confianza en sí mismos y la autoestima"⁹⁸, es primordial de toda educación y de todo proceso de aprendizaje.

Si el estudiante no satisface el nivel que corresponde a su capacidad intelectual, tiene un bajo rendimiento o un rendimiento insuficiente, así tenga "calificaciones buenas puede tener un rendimiento insuficiente(...), no trabaja

97 Bricklin, P. y Barry. Causas Psicológicas del Bajo Rend. Esc., Pax-México, 1a, ed. 1975. pá. 4.

98 Rogers y Frelberg, H.: Libertad y Creatividad en Educación, ob. cit., pág. 27.

de acuerdo a su capacidad potencial puede considerarse como de rendimiento **insuficiente**"⁹⁹. Es **así, que** se encuentran en las aulas alumnos inhibidos por varios factores que ellos y los docentes desconocen, y el educando no llega a precisar **conscientemente, el** factor de la baja autoestima, sin embargo, al suscitar y fortalecer el fenómeno en los alumnos, esto le permitirá encontrar confianza en su sí mismo y lograr aprendizajes de nivel creativo.

En consecuencia, la falta de este fenómeno psicológico traerá consecuencias futuras a todo ser, como dicen las Bricklin (1975) "La falta de confianza en sí mismo, que al principio se redujo al campo de la aritmética, se extendió hasta incluir otras materias. Su confianza decayó al punto de afectar todo su **trabajo(...), y** la falta de **autoconfianza**"¹⁰⁰ hizo que se suscitara un rendimiento insuficiente.

Las dos psicólogas educativas se refieren al ser humano que tiene su sentido de **valía, se** agrada a sí misma y se siente razonablemente buena; asimismo, su trabajo en el colegio era bueno de acuerdo con los objetivos planteados. En consecuencia, asume una actitud realista con respecto a lo que puede hacer y esperar de sí mismo.

Sin **embargo, ¿qué** ocurre con el alumno que tiene un sentido poco sano de su valor?, estamos seguros que se considera malo

⁹⁹ **Ibíd.,pág.7.**

¹⁰⁰ **Ibíd.,pág.12.**

y desagradable e indigno de mérito y de competencia.

Cuando el estudiante está atravesando un rendimiento bajo o insuficiente no solamente siente angustia de la frustración, sino que sufre la pérdida total de su propio valor de sí y su autoconfianza.

Se ha descrito la forma de evaluación tradicional al que se halla aún sometido el alumno, y este proceso va a provocar una gran influencia en el autoconcepto del educando en lo que piensa de sí mismo, ya sea positiva o negativamente de su imagen.

En suma, lo que estamos señalando es que las calificaciones están representando la totalidad del sentido del propio valor de sí mismo. Creemos que esta forma errónea de pensar marcaría una actitud de bloquear su autoestima. Lo manifiestan claramente las autoras Bricklin (1975), que: "antes de que el alumno pueda realmente tener éxito al competir, debe tener una razonable confianza en sí"¹⁰¹.

Otro factor que contribuye al fortalecimiento de la autoestima positiva es la **interrelación** con los compañeros de curso, porque quiérase o no, van a emitir un juicio de valor en las actividades educativas que ellos realizan, sea negativa o positiva, esta actitud contribuirá al fortalecimiento de la autoestima o en su defecto al deterioro, cuando

101 *Ibid.*,pág.37.

el alumno está inclinado a admitir las influencias externas que su propia opinión autovalorativa.

Precisamente, "el bajo rendimiento escolar puede relacionarse con el concepto que el alumno tiene de sí mismo, como individuo incapaz de aprender lo que se le enseña"¹⁰². Una vez más encontramos, en este autor, la importancia del respeto de uno mismo y la autoaceptación del sí mismo, para ser eficiente en el proceso de aprendizaje.

Recurriremos, ahora, al autor José Antonio Alcántara (1995), que flexiona en base a las Orientaciones metodológicas derivadas de la Teoría de David Ausubel, que señala que: "la adquisición de nuevas ideas y aprendizajes está subordinada a nuestras actitudes básicas; de éstas dependen que los umbrales de la percepción estén abiertos o cerrados que una red interna dificulte o favorezca la integración de la estructura mental del alumno, que se generen energías más intensas de atención y concentración. Aquí reside, en buena parte, la causa de tanto fracaso escolar"¹⁰³. La disposición de una actitud positiva por parte del alumno para un aprendizaje significativo y acompañada de una autoestima elevada, darán como resultado un buen rendimiento académico en sus estudios.

El mismo autor señala que "cuando un alumno o cualquier persona goza de autoestima es capaz de enfrentar los

102 Hamachek, D.: La motivación en la Enseñanza y el Aprendizaje, ob.cit., pág.9.

103 Alcántara, J.A.: Cómo Educar la Autoestima, ob.cit., pág.10.

fracasos y los problemas que le sobrevenga"¹⁰⁴. Por esta razón, la fuerza más profunda es la inclinación a llegar a ser él mismo, a captarse a sí misma y en última instancia la afirmación del yo en el **adolescente**, esto va a permitir: fortificar la seguridad de sí mismo, elevar la conciencia de la identidad personal y desarrollar una sana autoestima que contribuya a la confianza en sí mismo, en consecuencia, sus posibilidades y capacidades, las tenga en forma positiva y optimista.

Los factores del bajo rendimiento escolar pueden ser atribuidos, según las investigadoras, Bricklin (1975), que mencionan cuatro categorías: 1.- Causas **físicas: defectos** de la vista o en el oído; 2.- Causas pedagógicas o del método de enseñanza; 3.- Causas sociológicas: el ambiente del hogar que subestima la educación; 4.- Causas emocionales: el alumno no puede rendir óptimamente por culpa de determinadas actitudes emocionales conflictivas.

El interés de esta investigación es centrarse en el estudio, existente, de la relación entre las dos variables: "Autoestima y Rendimiento **Escolar**", **ubicados** en la cuarta categoría, entendiéndose, como fenómenos psíquicos muy íntimos que impulsan a determinados comportamientos del sujeto social en un aprendizaje, manifestando entre dos polos opuestos en las personas, "desagradables o exitante, y tranquilas o placente-
104 **ibíd., pág. 11.**

ras" ¹⁰⁵, en el sentido en que las emociones no sólo obstaculizan el equilibrio psicológico, sino que además lo favorecen, mejorando las calificaciones en las pruebas de rendimiento escolar. Porque debemos entender que "las emociones y los pensamientos son parte integral de un mismo proceso" ¹⁰⁶.

Por esta razón, Rogers (1969) manifiesta que el proceso de aprendizaje para ser significativo debe tener un proceso de conocimiento producido por el educando, debe tender a ser un aprendizaje penetrante y articulado con las experiencias de su existencia, para resolver problemas.

No se pretende profundizar, este trabajo de investigación, las í causas que provocan la baja autoestima, sino precisar la relación que tienen: Autoestima y Rendimiento Escolar.

2.9.7. CONDICIONES Y ACTITUDES PARA UN

APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO

Antes de entrar a definir el aprendizaje **significativo**, es preciso señalar que existe clases de aprendizajes: el aprendizaje por recepción o **memorístico**, por repetición y por descubrimiento o significativo. A este último se la debe considerar "Desde el punto de vista psicológico, el aprendizaje significativo por descubrimiento es, obviamente, más

105 Gondra, J.M.: La Psicoterapia de C.Rogers, ob.cit., pág.149.

106 Goleman, D.: La Inteligencia Emocional. Editor, B.A. Argentina, 2a, ed.1996, pág.95.

complejo que el significativo por recepción: involucra una etapa previa de resolución de problemas antes que el significado emerja y sea **internalizado**"¹⁰⁷.

El aprendizaje significativo es cuando el sujeto incorpora a su estructura cognoscitiva situaciones nuevas significativas al que ya posee y relacionadas con la experiencia cotidiana, con hechos u objetos.

La esencia del aprendizaje significativo consiste en que la nueva información con la cual se encuentra el alumno es relacionada de modo no **arbitrario**, con conocimientos que el sujeto ya posee.

Lo fundamental del aprendizaje significativo consiste en que el material debe ser claro, preciso y una conexión lógica entre **sí**, y una actitud positiva del alumno hacia el aprendizaje significativo por descubrimiento y no memorización. Esto va producir una retención más duradera y una asimilación de nuevos conocimientos, que le permitirán asimilar otros aprendizajes relacionados.

David Ausubel (1990) no se sale del contexto que él ha **señalado**, indicando que el aprendizaje significativo se manifiesta a partir de la interacción entre los nuevos conceptos que recibe el alumno y los ya existentes, pero destacando la capacidad transformadora del sujeto, en la medida en que

107 Ausubel, D. :Psicología Educativa. Trillas, México, 1a, ed. 1983, pág. 36.

muestre una actitud activa y positiva para el aprendizaje. Sin embargo, el autor Briones, 1995 hizo investigaciones sobre Ausubel quien señala las condiciones de este aprendizaje, por un lado está la naturaleza del material, por otro la actitud positiva y la estructura cognoscitiva de nueva información.

Hemos señalado anteriormente una de las posiciones más significativas de la nueva educación moderna. Sin embargo, Carl Rogers propone una nueva apertura a una nueva enseñanza que se centra en la personalidad del alumno en cuanto a su realización y participación concreta y directa en el proceso enseñanza-aprendizaje; considerando sus necesidades, aptitudes actitudes, intereses, conocimiento y objetivos personales, a la vez reconociendo un nuevo rol del docente, en la interrelación docente-alumno, en el sentido de cooperación activa, tomando al sujeto como un ser integral.

Los dos investigadores anteriores coinciden en un aprendizaje significativo y efectivo, a partir de la iniciativa, de su responsabilidad, de su autodirección, de su libertad de aprendizaje y compromiso. En definitiva, la afirmación del yo en el adolescente, fortifica su seguridad de sí mismo y el desarrollo de su autoestima.

Es imprescindible, seguir la línea humanista de Rogers para reiterar de que la confianza en sí mismo y la autoestima son fundamentales para que el estudiante tenga una visión

positiva, optimista de sus posibilidades y sus capacidades, y de su identidad, para que se dé cuenta de su imagen o representaciones que tiene de sí mismo.

En el capítulo trece "Ideas Personales sobre la Enseñanza y Aprendizaje", Carl Rogers (1986) dice: "He llegado a sentir que el único aprendizaje que puede influir significativamente sobre la conducta, es el que el individuo descubre e incorpora por sí mismo". Así como Ausubel hace ver que el alumno es el actor de su propio aprendizaje significativo; es decir, el aprendizaje debe estar basado en el propio descubrimiento, para ser asimilado por el sí mismo.

No es un aprendizaje de acumulación de conocimientos o hechos a un nivel cognitivo y memorístico, sino es un aprendizaje por descubrimiento, que se interrelaciona con experiencias, con hechos u objetos.

Preguntamos: ¿Qué características toma la persona que ha atravesado esta clase de aprendizaje? Es bastante significativa, por la transformación de experiencias y de personalidad que sufre, es decir, como dice C. Rogers (1986), que la persona se ve diferente, acepta su sí mismo y sus sentimientos, y a las personas de su contexto; a la vez, tiene mayor confianza en los objetivos que persigue, tomando iniciativa al trabajar en grupo, creando ideas nuevas, no en el sentido de competir unos con otros, sino una competencia y un merecimiento en la

108 Rogers, C.: EI Proceso de Convertirse en Persona, ob. cit., pág. 24^o.

perspectiva de alcanzar un objetivo **personal**, el cual representa un descubrimiento algo significativo para el alumno, en el que entra en juego sus pensamientos como sus sensaciones, es **decir**, el aspecto sensitivo y cognitivo.

Sin embargo, como señala el autor Poeydomenge (1986), para que exista un aprendizaje significativo "Parece que la ayuda en clases necesita 3 categorías de elementos: la persona del educando y su unidad interior, sus actitudes respecto de los alumnos (...) técnicas pedagógicas que favorezcan el **aprendizaje**"¹⁰⁹. Es esencial desarrollar estas tres actitudes, porque conduce al sistema educativo a una nueva apertura de educación experiencial significativa, de tal **suerte**, el educando tenderá a desarrollar una personalidad plena.

2.9.7.1. CONGRUENCIA Y AUTENTICIDAD

La primera exigencia es la congruencia o autenticidad del **maestro**, como Rogers y Freiberg (1996), señalan que el docente, cuando "es una persona auténtica, obra según es y trabaja relación con el estudiante sin presentar una máscara o fachada, su labor será proclive a alcanzar una mayor **eficacia**"¹¹⁰. El profesor es de una sola pieza, que tiene conciencia de su experiencia inmediata y es capaz de comunicar si ello es **deseable**; es decir, que la interrelación con el

109 Poeydomenge, M.L.: La Educación según Rogers, ob.cit., pág.88.

110 Rogers y Freiberg. Libertad y Creatividad en la Educación, ob.cit., pág.187.

alumno es de manera directa y personal, mostrándose el mismo, tal como **es**, con toda su experiencia plena de vivencias como fluye en el momento de su existencia.

Carl Rogers (1986) trata este punto dándole importancia a la autenticidad del maestro, en el que debe mostrar coherencia y congruencia en su relación con los **estudiantes**, para facilitar el aprendizaje, y "sea una persona **unificada, integrada** (...) debe ser exactamente lo que es, y no un disfraz, un rol, una **simulación**(...) debe ser él mismo, libre y profundamente y aceptarse tal como es "111.

Entonces, el educando debe mostrarse con mucho entusiasmo con los materiales que les son presentados, antes de estar aburrido con los objetos que no le agradan; no necesita imponer a nadie, es una persona, y a la vez, es un docente que expresa su sí mismo en el proceso, como un ser vivo con convicciones personales y que experimenta sus **sentimientos**, y los transmite cuando es necesario.

La autenticidad o congruencia deben significar para el alumno una ayuda, por la atención, la apertura y la disponibilidad del docente. Esta es una de las condiciones previas para un aprendizaje significativo, dentro de un contexto de interrelación de respeto por el educando; esto va a permitir madurar su percepción de sinceridad y confianza por el otro.

111 Rogers, C.: El Proceso de Convertirse en Persona, ob. cit., pág. 250.

En la medida, en que se dé esta clase de comunicación el devenir de un nivel elevado de autoestima, se producirá.

2.9.7.2. ACEPTACIÓN INCONDICIONAL

La aceptación al alumno significa acogerle, apreciar sus **sentimientos, sus** opiniones y toda su persona. Es preocuparse respetando su individualidad y tener confianza en su proceso de aprendizaje. Asimismo, escucharle y tratar de comprender en su particularidad.

De tal **manera, el** docente debe acoger al alumno tal como él es, esto le da la posibilidad de tener confianza en sí mismo; a la vez, **siente** su clase con un clima de aceptación incondicional hacia su persona. Así corrobora la opinión de un estudiante: "Su manera de ser con nosotros es una revelación para mí. Durante su clase me siento importante, maduro y capaz de hacer cosas por mí mismo (...). Creo que usted me considera como una persona con sentimientos y necesidades reales, en suma, como un ser humano" **112** .

Si bien, la aceptación incondicional es necesaria en la interrelación **docente-alumno, las** actitudes deben partir de la autoaceptación de sí mismo, como lo señala Branden (1993), "la autoaceptación está implícita en la autoestima. Los individuos con una autoestima positiva tienden a evitar caer

112 Rogers, C.: Libertad y Creatividad en la Educación, ob.cit., pág.01.

en una relación de enemistad con ellos mismos"¹¹³. En estas circunstancias el docente al tratarse a sí mismo con respeto, tiene un principio de no negar la realidad, ni mucho menos entrar en guerra consigo mismo. Esto posibilita la valoración de sí mismo, la cual se va a reflejar en los estudiantes convirtiéndose en una autoaceptación incondicional, y comunicándose como personas.

Es preciso darse cuenta del potencial que tiene el alumno, y el aceptarlos tal como ellos son lleva a "confirmar, dice, significa (...) aceptar todas las potencialidades del otro (...). Puedo reconocer en él, conocer en él a la persona que tenía que llegar a ser a partir de su creación. Lo confirmo en mí mismo y después en él con relación a esas potencialidades que ahora pueden desarrollarse y evolucionar"¹¹⁴. La actitud de aceptación por parte del profesor es esencial para descubrir el deseo de crecimiento y autonomía, y mostrar su potencial creador de los educandos.

Dos actitudes ineludibles del educando, donde considera que "Cada persona es valiosa en sí misma y, por tanto, debe ser respetada como tal (...). Cada individuo tiene derecho a su autogobierno, a escoger o seleccionar sus propios valores y objetivos, a tomar sus propias decisiones"¹¹⁵. La disposición del docente debe estar inclinada hacia estas dos

113 Branden, N.: El Poder de la Autoestima, ob. cit., pág. 90.

114 Rogers, C.: El Proceso de Convertirse en Persona, ob. cit., pág. 85.

115 Avila, Rodríguez. Psicodiagnóstico Clínico. Eudema Univ. Madrid, 1a, ed. 1992, pág. 174.

actitudes, que le permitirán al alumno explorar en una atmósfera abierta para expresarse y mostrarse a sí mismo, para lograr un aprendizaje significativo.

2.9.7.3. EMPATIA

Nuevamente recurrimos a Carl Rogers (1986) para develar el ser empático, que significa entrar en el mundo íntimo y personal de los **alumnos**; esto implica una sensibilidad constante de parte del **docente**, el cual es un ser humano fiel en comprender en su **intimidad**, al otro, para que pueda llegar a ser él mismo.

El penetrar en la intimidad de todo sujeto de aprendizaje, es ver con los ojos de éste, en sentido de autenticidad y congruencia, que eliminará todo peligro alguno; entonces el educando mostrará su personalidad en forma transparente y auténtica.

Cuando existe una buena comunicación de sentimientos encontramos la posibilidad indispensable de que "la empatía se construye sobre la conciencia de uno mismo; cuanto más abierto estamos a nuestras propias emociones, más hábiles seremos para interpretar los **sentimientos**" ¹¹⁶. El docente, en la medida, en que se abra a sus propios sentimientos en forma auténtica, estará más capacitado sin esfuerzo para

116 Goleman, D.: Inteligencia Emocional, ob.cit., pág. 123.

interpretar las manifestaciones emocionales del alumno inclusive las emociones no verbales; esto permitirá reflejar en los educandos, los cuales mostrarán actitudes semejantes.

Creemos que la empatía se desarrolla a partir de la infancia como señala Goleman (1998), que: "De todos los momentos, los más críticos son aquellos que hacen que el niño sepa que sus emociones son recibidas con empatía, aceptadas y correspondidas, en un proceso (...) sintonía"¹¹⁷. Casi de la misma manera ocurre con los sujetos del aprendizaje, en su interrelación con el docente, el cual en su autenticidad comprende los sentimientos, las acepta tal como son y las responde en el sentido de sintonía.

La empatía es una ayuda, que no debe faltar, por el enorme significado que representa; por esta razón dice que: "Esta actitud que de algún modo consiste en ponerse en el lugar del estudiante, en ver las cosas con sus propios ojos, resulta prácticamente desconocida en las aulas. Se puede asistir allí a millares de intercambios sin hallar un solo ejemplo, comprensión empática, comunicada sin equívoco, adecuada. Qué efecto de liberación, sin embargo cuando esto se produce!"¹¹⁸ Entonces es una necesidad de los docentes a aprender esta actitud en profundidad e implicarse en los sentimientos del alumno para encontrar un aprendizaje profundo.

117 *Ibid.*, pág. 129.

118 Roger, C.: *El Proceso de Convertirse en Persona*, *ob.cit.*, pág. 96.

Cuando se da una interrelación auténtica en el aprendizaje "la empatía sigue siendo una condición necesaria para la adquisición del saber y de sus metodologías"¹¹⁹. Conociendo esta índole de característica para un aprendizaje profundo, es menester que se manifieste la comprensión empática, a través de la plena escucha y que permitirá la influencia determinante en la creatividad.

La forma de ser del docente es esencial "para favorecer un aprendizaje válido es indispensable que exista entre el que quiere facilitar su aprendizaje, una relación interpersonal, implica ciertas calidades de actitudes"¹²⁰. Por lo tanto, el estudiante debe percibir en forma sincera y auténtica la coherencia, la aceptación y la empatía del facilitador, esto le va a permitir ser un sujeto de aprendizaje con una autoestima de nivel elevado y mantener en equilibrio este recurso psicológico.

2.10. IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA ✓

Conforme hemos estudiado el fenómeno de la autoestima, en este recorrido de características significativas, y que se han encontrado elementos de su constitución esenciales para su comprensión, ahora solamente resta abordar la última

119 Poeydomenge, M.L.: La Educación según Rogers, ob.cit., pág.102.

120 Rogers, C.: El Proceso de Convenirse en Persona, ob.cit., pág.91.

subdivisión de nuestro marco teórico. Es preciso, para ello, cuestionarnos con una interrogante esencial, ¿Por qué es importante la autoestima, para los sujetos de aprendizaje? ¿Por qué es una necesidad en los educandos?. No quisiéramos caer en la simplicidad al dar una respuesta apresurada, sino entrar al campo de análisis, por tratarse de un fenómeno psicológico que está presente en la vida de cada ser social, sea **positivamente**(nivel alto) o negativamente (nivel bajo).

Como seres humanos, estamos viviendo conscientemente nuestros pensamientos y nuestras elecciones, éstas determinan la clase de autoestima que poseemos, en la medida en que hayamos efectuado elecciones de acuerdo a libre voluntad. Los esfuerzos que pongamos no siempre nos van a dar un resultado positivo, porque entendemos que no existe garantía de éxito en toda empresa que efectuamos. Por esta razón, está presente en nosotros la incertidumbre y **libertad**, los cuales van a crear la necesidad de la autoestima.

Es preciso **señalar, con** claridad, nuevamente que en la autoestima están integradas la confianza en sí mismo y el respeto al sí mismo. "La necesidad de autoestima que tenemos es la necesidad de saber que las elecciones que efectuamos se adecuan a la realidad, a nuestra vida y bienestar. Se trata de la necesidad que sentimos de saber que nos hemos vuelto competentes para vivir"¹²¹. En otras palabras, es el sujeto

121 Branden, N.: El Respeto hacia uno mismo, ob.cit., pág.38.

que debe sentirse adecuado como persona y apto para la felicidad. En suma, la autoestima es una necesidad porque motiva a la autorrealización de la persona; por lo tanto, es una necesidad básica en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En la manera, en que nos sentimos con relación a nosotros mismos, afectan a los aspectos de nuestra experiencia cotidiana, en el proceso de aprendizaje "la autoestima es la clave del éxito o del fracaso" ¹²², en la medida, como están los sentimientos de capacidad personal y los sentimientos de valía personal, en qué nivel oscilan o en qué grado se encuentran: alto o bajo. Porque tener autoestima alta es sentirse confiadamente apto para la vida, capaz y valioso; y el tener una autoestima baja es sentirse inútil para todo y errado como persona.

Cuando el estudiante tiene un nivel alto de autoestima estará preparado para afrontar las adversidades de la vida, será un sujeto de aprendizaje profundo y creativo, y en su interrelación social se mostrará constructivo y digno de respeto y de confianza, competente y merecedor de logros.

Se debe poner énfasis en la importancia de la autoestima sana, precisando que ésta "reside en el hecho de que es la base de nuestra capacidad para responder de manera activa y positiva a las oportunidades que se nos presentan" ¹²³.

122 Branden, N.: Cómo mejorar su Autoestima. Paidós. España, 3a, ed. 1991, pág. 10.

123 Ibíd., pág., 15.

Por lo tanto, es fundamental en el proceso educativo este constructo, porque "condiciona el aprendizaje hasta límites insospechados" ¹²⁴ .

¿Qué otros alcances básicos tiene la autoestima en el proceso de aprendizaje? Mencionaremos de acuerdo a Alcántara (1995), quien expresa que el estudiante con autoestima positiva tiene un buen rendimiento en sus estudios, es capaz de enfrentar los fracasos y problemas que le sobrevengan; son educandos responsables y capaces de comprometerse con sus actividades; el tener autoestima positiva inclina al educando a la creatividad, que significa que el alumno tiene como característica un autovaloración indiscutible y una vivencia de la propia valía; el discente asume la responsabilidad de conducirse a sí mismo y posibilita una relación social saludable de respeto y aprecio hacia uno mismo y a las personas de su alrededor inmediato; finalmente la autoestima constituye el núcleo de la personalidad, porque es la "fuerza más profunda del hombre es su tendencia a llegar a ser él mismo (...), captarse a sí mismo (...), su autorrealización" ¹²⁵ . Es decir, que es la necesidad de encontrar el sentido de su vida y no encontrar un vacío existencial. En última instancia, el proceso enseñanza-aprendizaje, debería apuntar a un solo fin: 'Educar es suscitar la autoestima' ¹²⁶.

124 Alcántara, J.A.: Cómo Educar la Autoestima, ob.cit., pág.10.

125 Ibíd., pág.15.

126 Ibíd., pág.15.

CAPÍTULO TERCERO

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. EL MÉTODO

Creemos que el mejor camino para llegar a un conocimiento efectivo y estudiar la relación del fenómeno que hemos elegido para su estudio científico, merece un tratamiento de enmarcar dentro de una metodología que exige esta investigación **cuasiexperimental**.

En principio, diremos, para alcanzar la expectativa nuestra, el abordaje que se ha realizado en el plano de la práctica, se ha tomado en cuenta el instrumento de medición, asimismo el procedimiento.

Sin embargo, es necesario señalar que el método a seguir mediante una serie de operaciones y procedimientos ha permitido alcanzar nuestro objeto de estudio: relacionar Autoestima y Rendimiento Escolar.

Siendo una **investigación transversal** correlacional porque pretende fundamentalmente conocer la relación que existe entre el fenómeno autoestima y rendimiento escolar de los educandos. Por esta razón, el diseño que se ha elegido ha permitido estructurar y organizar esquemáticamente para relacionar y controlar las variables de estudio.

3.1.1_ DISEÑO EXPERIMENTAL

En la presente investigación no se ha pretendido determinar la causa efecto del fenómeno autoestima, sino la existencia de una relación entre dos variables: Autoestima y Rendimiento Escolar. Por lo tanto, es una investigación transversal correlacional, por las características mencionadas.

El diseño metodológico es una estrategia que orientará las acciones y las operaciones de nuestra investigación, es decir los pasos o acciones que se va a seguir hasta encontrar la posible solución a nuestro problema.

Se ha elegido el Diseño Cuasiexperimental para medir el grado de relación que existe entre dos grupos: Experimental y Control. Saber cómo se comporta las variables: autoestima y rendimiento escolar. En este diseño los sujetos no han sido asignados al azar a los grupos, sino que dicho grupo ya estuvo formado antes del experimento, era intacto o natural.

Vamos a esquematizar de la siguiente manera:

G.	PRETEST	TRATAMIENTO	POSTEST
G E (1)	X	O	X
G C (2)	X	-	X

PRE-TEST.- Exploración de los niveles de autoestima en los educandos, a través del instrumento de Puntuación para el Test de Autoestima (PPTA).

TRATAMIENTO.- Aplicación del Método de Incrementar la Autoestima, en cuatro etapas (MIA).

POST-TEST.- Evaluación de los progresos alcanzados en el incremento de la autoestima, a través de Puntuación del Test de Autoestima.

3.2. INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

Se ha utilizado en este tipo de investigación cuasiexperimental, dos instrumentos: Puntuación para Test de Autoestima, a nivel operativo y el Método para Incrementar la Autoestima MIA, a nivel de recolección.

3.2.1. PUNTUACIÓN PARA EL TEST DE AUTOESTIMA

Con este instrumento adecuado, se ha pretendido registrar los datos observados, que representan verdaderamente a las variables que el investigador tiene planeado. Este instrumento mide el nivel de autoestima del educando, el cual presenta un puntaje específico, tanto cualitativamente, como cuantitativamente. Se ha aplicado en las etapas de Pre-test y Post-test a ambos grupos: Experimental y Control. Consta

de 60 ítemes, donde los estudiantes respondieron a tres alternativas o escalas: Casi siempre = 2; Algunas veces = 1; Casi nunca = 0. Antes de su aplicación se hizo una pequeña prueba piloto a un curso, con resultados positivos para que tenga confiabilidad y validez en nuestra investigación.

3.2.2. MÉTODO DE INCREMENTO DE AUTOESTIMA

El proceso experimental se realizó a través del tratamiento de incrementar el nivel de autoestima en los educandos; esta técnica tiene como objetivo desarrollar la autoestima del alumno y mostrar un cambio, en tanto obtenga un puntaje al principio y manifieste un cambio al final del tratamiento.

La aplicación del Método para Incrementar la Autoestima incide en elevar progresivamente el fenómeno, según los aportes técnicos de José Antonio Alcántara (1995), que está en su obra "Cómo educar la Autoestima", ha servido de orientación para desarrollar el fenómeno en los educandos, y ha permitido el progreso gradual de elevación de su aprendizaje. A la vez se empleó la técnica de utilizar frases incompletas, propuestos por Nathaniel Branden, para la comprensión de sí mismo y el fortalecimiento de la autoestima.

El método para Incrementar la Autoestima se ha utilizado para que el educando pueda realizar observaciones propias de.

uno mismo.y a la vez la asimilación e interiorización de la imagen de sí,con relación a la opinión que los compañeros de curso puedan expresarse o proyectar sobre el estudiante, mediatizada por una interrelación satisfactoria y la comprensión de sí mismo.

La actitud de facilitar el desarrollo del trabajo en su totalidad,extendiéndose al tratamiento se siguió los principios de la Psicoterapia Centrada en el Cliente,basado en la escucha activa,la aceptación incondicional,la empatía y la congruencia.

En resumen diremos:

Para la variable independiente,se ha utilizado los instrumentos siguientes: Puntuación para el Test de Autoestima, (PPTA),El Método para Incrementar la Autoestiam(MIA) y las actitudes **terapéuticas** de la Terapia Centrada en el Cliente.

Sin embargo,para la variable dependiente se ha aplicado los instrumentos siguientes: Puntuación para el Test de Autoestima y la dinámica de grupos.

3 3. PROCEDIMIENTO

En primera instancia se hizo una solicitud al director del establecimiento para realizar un trabajo de investigación

con los alumnos de primero de secundaria y solicitar a los docentes la cooperación de sus horas de trabajo.

En segunda instancia se tuvo la autorización de los docentes más de la asignatura de psicología para que cediera las clases que le corresponde y se tenga así el tiempo suficiente para realizar el trabajo de investigación sin ninguna dificultad.

La primera parte del trabajo empezó en el primer trimestre de la gestión de 1998 y se tuvo el primer contacto con los educandos para explicar en forma breve sobre las actividades que se llevarían adelante en la gestión, y pidiéndoles su cooperación hasta lograr con los objetivos planificados.

3.3.1. SELECCIÓN DE LA MUESTRA

La Unidad Educativa "Julián Apaza", que está ubicada en la Ciudad de El Alto, es donde se realizó el estudio, no cuenta con los Servicios de Orientación, ni asesoramiento. Por lo tanto, el trabajo que se ha emprendido, ha marcado las expectativas futuras, para contar con un Departamento de Asesoramiento Psicológico.

Los criterios para realizar la selección de la muestra, se ha considerado el problema y los objetivos que se plantearon, de tal manera, se ha considerado la población accesible de un

curso de 45 alumnos, de esta población se ha extraído la muestra o el subconjunto que se ha considerado representativa de la población accesible, donde los resultados permitirán generalizar a la población. En suma, hemos determinado e identificado la población objetivo, el establecimiento; luego, la población accesible, 45 estudiantes del grado primero de secundaria y finalmente el subconjunto de 24 estudiantes, del mismo curso, para formar el grupo experimental y control.

La selección de los sujetos experimentales se ha efectuado a partir de los puntajes obtenidos de la aplicación del instrumento de Puntuación para Test de Autoestima y las notas de calificación del Primer Trimestre de Rendimiento Escolar.

La muestra de asignación de los sujetos a los grupos se realizó mediante un proceso de aleatorio simple que consiste en que todos los alumnos tienen la misma probabilidad de ser escogidos directamente como parte de la muestra. Se tomó en el factor estratificación para mejorar la representatividad.

El tamaño de la muestra cumple con las cualidades de ser adecuada para la validez técnico-estadística y a la vez cumple con los requisitos de ser representativa, como también en su tamaño.

Las calificaciones del Primer Trimestre han servido para

detectar los puntajes bajos de los 45 educandos y la aplicación de la prueba de Puntuación del Test para Autoestima. Las notas de evaluación corresponden al primer Trimestre de la Gestión 1998, a la vez, se ha realizado una prueba de estadística a la totalidad de los estudiantes, es decir, a los 45 alumnos para verificar la relación existente entre las dos variables: Autoestima y Rendimiento Escolar. (Ver tabla 2.1.).

Se ha analizado los puntajes bajos del Test de Autoestima, donde se ha considerado a partir del puntaje: 0 a 35 puntos, los que están enmarcados en bajo nivel de autoestima, a la vez se ha examinado las calificaciones bajas, estimando un puntaje: 0 a 35 puntos, como rendimiento escolar no satisfactorio, con relación a la escala de 1 a 70 puntos, de acuerdo al Reglamento de Evaluación.

Estos argumentos han permitido utilizar la técnica de selección aleatoria simple donde cada sujeto tuvo la misma oportunidad de ser seleccionado por las características similares que presentaban. Por lo tanto, fueron 24 alumnos que cumplían con la particularidad esperada, que fueron divididos en dos grupos de a 12 sujetos, conformando así: El Grupo 1 Experimental y el Grupo 2 Control, ambos presentaban una similitud en el rendimiento escolar y en el nivel de autoestima. (Ver las tablas 2.2., 3.1. y 4.1.).

3.3.2. RECOLECCIÓN DE LOS DATOS

Anteriormente, hemos enfocado nuestro diseño de investigación pensando que es el plan más adecuado para nuestras acciones organizadas, para la recolección de los datos esenciales, los cuales serán analizados e interpretados, una vez que se haya desarrollado en forma progresiva hasta su finalización. También se ha procedido a la selección de una muestra adecuada, asimismo, el planteamiento del problema de estudio y la formulación de la hipótesis. Ahora en esta etapa, **consiste** en recolectar los datos pertinentes sobre las dos variables referente a nuestra investigación.

Habíamos mencionado, que en este trabajo se ha utilizado, un instrumento de medición: Puntuación para el Test de Autoestima, que ha sido aplicado al principio de la investigación (PPTA), llamando pre-test y al final post-test. El otro instrumento que ha sido empleado a nivel operativo: El Método de Incrementar la Autoestima (MIA).

El proceso de recolección de datos empezó con la primera etapa del Pre-test, donde se aplicó el instrumento de Puntuación para el Test de Autoestima a los 45 alumnos. Una vez que se obtuvieron los puntajes, se relacionaron con las calificaciones de aprovechamiento escolar, que la Dirección

del Establecimiento nos facilitó los Boletines de Notas Trimestrales, en el que se hallaban los promedios del Primer Trimestre. (ver tabla 2.1.)

En esta Primera Etapa, se seleccionaron los 24 alumnos para el trabajo de investigación, de los cuales se dividieron dos grupos: Experimental y Control. (Ver tablas 3.1. y 4.1.).

Luego de concluir con la aplicación de la prueba de Puntuación para el Test de Autoestima (PPTA). se ingresó a la Segunda Etapa de aplicación del **Método** para Incrementar la Autoestima al Grupo 1 Experimental, para que cada educando pueda incrementar y desarrollar su autoestima, en la medida en que vaya revalorizando su sí mismo y haya descubierto sus **potencialidades, sus** experiencias, en tanto positivas como **negativas, que** servirán para construir un aprendizaje **profundo, en** el que se muestre como sujeto competente y de mérito. Sin embargo, al Grupo 2 Control se le aplicó una variable placebo que son actividades de grupo con temas: Relaciones **humanas, aplicando** la técnica de las dinámicas de grupo.

El Grupo 1 Experimental trabajó dos veces a la semana, de la misma manera el Grupo 2 Control, con un horario de 60 minutos por cada tratamiento. El proceso en su totalidad se extendió: Segundo Trimestre y parte del Tercer Trimestre.

En tal **virtud, al** finalizar el trabajo operativo con el

Grupo 1 Experimental y el Grupo 2 Control, se volvió a aplicar la prueba de Puntuación para el Test de Autoestima (PPTA), es decir, el post-test.

El Programa de tratamiento para la aplicación del Método para Incrementar la Autoestima (MIA) estuvo dividido en cuatro fases:

Fase Primera: Estrategia del reflejo, donde el educando se refleja sus cualidades, capacidades y competencias en el sentido positivo. El tiempo de duración fue de mayo a 17 de junio.

Fase Segunda: Estrategia de la autoinspiración, donde el educando a través de su imaginación y su intelecto debe fabricar una percepción de sí mismo. El tiempo de duración de esta estrategia fue del 13 de julio a 24 de agosto

Fase Tercera: El cambio en la experiencia y la aceptación del mismo. La estrategia de la dramatización. El tiempo de duración de esta actividad fue del 2 de septiembre al 11 del mismo mes.

Fase Cuarta: El fortalecimiento de la autoestima, la aceptación y la comprensión de sí mismo. El tiempo de duración de esta estrategia fue del 14 septiembre al 23 de octubre.

FUENTES EXTERIORES DE LA AUTOESTIMA

Son los factores del entorno: los mensajes transmitidos verbal o no verbal, las experiencias suscitadas entre educandos.

FASE PRIMERA: ESTRATEGIA DEL REFLEJO

NUEVE EJERCICIOS

El objetivo central de esta estrategia es reflejar las cualidades y competencias que observamos en el alumno. Es imprescindible que el educando deba encontrar en sus compañeros que le reflejen un conocimiento objetivo de sí mismo en el aspecto positivo, dejando de lado los defectos.

Obviamente, los educandos desde la infancia han ido desarrollando una **autopercepción** de acuerdo con la imagen que le imprimieron sus familiares, profesores y compañeros. Su comportamiento estuvo enmarcado de acuerdo a las personas importantes que desean y esperan que haga en las actividades que realiza el sujeto de acuerdo a deseos de otros y percepciones falsas de otros, y no auténticas o genuinas de uno mismo.

En el Grupo Experimental los educandos, que se han sometido a nueve ejercicios, tenían las características que desde la infancia introyectaron conceptos de imagen negativa de su sí mismo, producto de los **padres**; el sujeto tuvo el hábito de

pensamiento malos, que marcó constantemente para interpretar su realidad de forma **irreal**. éstos se han asociado con las actitudes negativas de los maestros y compañeros, en el que tuvo en su entorno de ser estudiante y que imprimieron una serie de distorsiones que le causaron problemas para percibir su propia realidad de emprender un proceso de aprendizaje satisfactorio.

De tal **manera**, se ha ido procediendo, tomando en cuenta las particularidades que corresponden a los sujetos que han sido sometido a nueve ejercicios. Por esta razón, el Grupo 1 Experimental tuvo que partir de un análisis de la autoestimación, del cual nacen tres causas: La observación propia de uno mismo que se realizó en base a autoevaluaciones, que se lograron alcanzar con las actividades propuestas **previamente**; la otra es la asimilación e interiorización de la imagen y opinión que los compañeros de curso tienen y proyectan en el sujeto alumno.

Por lo tanto, se ha cumplido con las indicaciones esenciales de invitar al Grupo 1 Experimental a sentarse en círculo, para recibir las instrucciones de las características de la actividad, en tal sentido, se ha pedido a un alumno voluntario para que pueda pasar al medio del grupo, para que sus compañeros le expresaran alguna cualidad positiva que hayan observado durante el primer trimestre. En consecuencia, cada

uno de los miembros del grupo salió por la peculiaridad de necesidad de aprecio y reconocimiento que demandaba.

En cada una de la intervenciones, el alumno en medio del círculo escuchaba con mucha atención, cada una de las intervenciones de sus **compañeros** que manifestaban características positivas de su persona;era una comunicación cara a cara,mirando a los ojos para su efectividad y penetrante. Al finalizar la participación del sujeto que está en medio, terminaba agradeciendo al grupo,luego retornaba a su sitio correspondiente.

El investigador o facilitador de la estrategia registra en un cuaderno personal de observaciones todas las cualidades y conductas positivas o favorables. Una vez que se ha terminado con la participación de todo el grupo,se realiza una **síntesis,repitiendo** las cualidades positivas de sus **compañeros,así** sucedió con cada miembro del grupo. Este ejercicio es una experiencia personal del educando para cambiar la manera de percibirse hacia sí mismo,es decir,su autoconcepto.

En la segunda parte del ejercicio se han formado dos filas de alumnos por parejas y durante 3 minutos, respondiendo ambos sujetos a la pregunta: ¿Qué ves de bueno en mi forma de **ser?**,la respuesta tiene ser auténtica y congruente. En el mismo sentido,van cambiando las parejas para formar otras

con otros compañeros, con un tiempo fijado. Al finalizar, volvemos todos en círculo para realizar la evaluación del ejercicio, formulando las siguientes preguntas: ¿Nos ha gustado? ¿Nos conocemos un poco mejor a nosotros mismos? ¿Sabía cada uno que poseía las cualidades que le han expresado?. La totalidad del grupo no había experimentado, una experiencia como tal, ni mucho menos había reconocido cualidades positivas en su **persona; gracias** al ejercicio tomaron conciencia de nuevas experiencias de sí mismo, y una nueva imagen que revelaron a sus compañeros a partir de la experiencia.

En la tercera parte, los **alumnos, durante** unos minutos en silencio, pensaron en dos cualidades sobresalientes de su carácter, para manifestarla en voz alta y en forma auténtica, y complementando la **frase: "Me siento satisfecho de ser..."**. Una vez que haya mencionado sus cualidades, sus compañeros corroboran y confirman, afirmando lo manifestado en sentido de apoyo.

En la cuarta parte, los alumnos forman grupos de a cuatro o **cinco, donde** cada miembro tiene una tarjeta con la siguiente cuartilla: Ni nombre. Cualidades mías advertidas por mis compañeros. ¿Qué siento ante lo que me han dicho?.

Cada miembro del grupo escribe a uno de sus compañeros cualidades positivas y hace la entrega inmediata al

interesado, hasta concluir con el resto del grupo. Luego personalmente rellena con otras cualidades y entrega a un miembro del grupo para que lea en voz alta la cuartilla. Esta misma acción repiten, en círculo, ante todos los compañeros para resaltar su imagen valiosa como persona y alumno.

En la quinta parte del ejercicio se ha formado dos grupos de seis miembros, a cada uno de los sujetos se ha entregado una hoja, donde en la parte superior escribió su nombre con letras mayúsculas, luego entregó al compañero que estuvo a su derecha para que llenase con cualidades buenas en el tiempo de tres minutos. A la señal del facilitador, todos pasan inmediatamente la hoja al compañero de su derecha y así sucesivamente hasta terminar con todos los educandos.

El folio vuelve nuevamente a su titular para luego ser leído ante el grupo. Acto seguido, vuelven a intercambiar los folios y cada miembro realiza un resumen, tomando en cuenta el encabezamiento siguiente: **ASI HEMOS VISTO A NUESTRO COMPANERO(SU NOMBRE)**. En posición de círculo cada educando lee el resumen de su compañero y luego hace la entrega al titular.

En el sexto ejercicio se prepara una ficha sin nombre, en la cual están descritas las cualidades, habilidades o destrezas; las fichas sólo tendrán para su identificación un número visible. Acto seguido cada miembro del grupo lee en silencio

y anotando secretamente el nombre del titular correspondiente. Finalmente, se recoge todas las fichas para ser leídas y preguntar: ¿A quién corresponde la ficha?, después de las intervenciones se devela el nombre del sujeto que corresponde; al final, se escucha los aciertos que han tenido los miembros del grupo, fundamentalmente los máximos.

En el séptimo ejercicio se entrega pequeños papelitos, en el cual escriben su nombre, para luego doblarlos y depositar en una caja; acto seguido cada uno va retirando al azar uno de ellos. Una vez que el compañero tiene un nombre procede a redactar una carta en un tiempo prudencial, para luego ser entregado a su destinatario; éste al otro lado de la hoja redacta otra carta, con el título: RESPUESTA. La lectura se realiza en forma privada y nuevamente vuelve a su destinatario para ser conservado discretamente como algo suyo e importante.

En la octava parte del ejercicio cada alumno debe rellenar en una tarjeta, donde contiene los siguientes datos: Nombre. Principal rasgo físico. Afición más importante. Profesión que desea alcanzar. Persona con la que se identifica. Cualidad personal más sobresaliente.

Por parejas se reúnen para presentar el contenido y entregar a su compañero, así sucesivamente hasta formar un círculo donde cada sujeto presenta a su compañero.

En la novena parte del ejercicio, se ha preparado una bolsita, donde están los nombres de los educandos del grupo, cada uno de ellos sacó un nombre que no sea el suyo y en una cuartilla escribió una misiva al **compañero**, cuyo nombre había sacado. Escribió tomando los puntos siguientes: a) ¿Qué te gusta de ese compañero? b) ¿Qué cosas has visto que hace bien? o) Felicítale por algo. Una vez que hayan terminado, todo el grupo se coloca en círculo para dar lectura en voz alta. Finalmente es comentada la misiva entre el autor y el destinatario, sobre lo que se ha escrito.

Los nueve ejercicios han servido fundamentalmente para que los **educandos, entre sí, puedan** servir de espejos positivos, proyectando una imagen valiosa de cada compañero del grupo experimental. Los resultados han sido alagadores, porque cada sujeto se ha alimentado de un buen **autoconcepto** que le ayudó a ver su interior con otra perspectiva o visión; esto se desarrolló a partir de la fuentes exteriores.

FASE SEGUNDA: ESTRATEGIA **AUTOINSPIRACIÓN**

El educando es quien fabrica en su imaginación e intelecto la percepción de sí mismo, en la medida en que el sujeto haya pasado una experiencia cotidiana significativa y positiva. Esta estrategia se ha desarrollado en tres etapas: A. El Autorreflejo. B. La Autoinstrucción y C. La Inoculación.

La primera etapa consta de tres **estrategias**, las cuales son: La estrategia del autoespejo, donde los educandos hicieron un diario personal con las características siguientes: a) Su duración será de siete días. b) Cada día anotará una o varias actitudes positivas y obras que hayan realizado en la jornada. c) ¿Qué hice? ¿Dónde lo hice? ¿Cuándo? d) Deben escribirlo con mucha autenticidad o genuinidad para los resultados positivos.

Después de una semana todo el grupo experimental se ha reunido para dar lectura a su diario sin presentar ningún acto de inhibición por parte de los sujetos. Y se ha recomendado proseguir con el ejercicio, para repetirlo posteriormente, durante un mes después; es así como se tuvo que cumplir con lo propuesto.

En la segunda estrategia, que es parte de la etapa del **Autorreflejo**, los alumnos tuvieron que redactar una carta a un ser **familiar**, un profesor, un **amigo**, etc., el contenido de la misiva debe presentar la descripción de algunas conductas buenas y éxitos logrados. Esta actividad se ha concluido con la lectura en clases y otras se han entregado a su destinatario.

En la tercera **estrategia**, el educando elabora un anuncio de oír mismo para un periódico, describiendo las cualidades personales y sus capacidades positivas. Luego se dio lectura

a todos los anuncios, en la próxima clase.

Ahora, pasemos a la etapa de autoinstrucción, donde el alumno realiza un diálogo consigo mismo, valorándose como persona que posee aptitudes positivas. Siguiendo un modelo: "Me gusta estudiar, me gusta conocer cosas nuevas, soy un buen estudiante"; tomando diferentes actitudes en el tono de voz, éstas se vuelve a repetir.

Todo el grupo experimental realiza los lineamientos del modelo, donde cada educando abre su libro, luego empieza a repetir las frases, cambiando de tono de voz hasta llegar a la voz silenciosa, acompañándose de gestos. Terminamos con una recomendación: que lo vuelvan a repetir cuando estén estudiando. El programa ha tenido duración 3 semanas en los horarios respectivos, agregando once frases más: Soy responsable, agradecido, cuidadoso, alegre, admirador de la belleza, pacífico, deportista, servicial, colaborador, independiente y auténtico.

Cada palabra es para cada día, donde el educando en su cuaderno escribe con mayúscula la frase primera: Soy responsable; luego deben escribir varias frases: Yo soy responsable, yo cumplo con mis promesas, yo realizo las tareas que me encargan, yo realizo mis tareas de todas las materias, ayer fui responsable, hoy estoy siendo responsable. Luego repiten tres veces, en voz silenciosa para sí mismos. se

prosigue con el ejercicio cerrando los ojos unos cinco minutos. Se recomendó que lo hagan frente a un espejo repitiendo las frases y agregando otras espontáneamente. Se repitió la totalidad de la actividad después de tres semanas .

En la estrategia de **inoculación**, se procedió a repartir una cuartilla a todo el grupo, donde el educando escribió un brevísimo mensaje a un **compañero**, con un contenido negativo y acusativo. Seguidamente se recoge todas las acusaciones y se las distribuyen nuevamente, para que redacten una autodefensa a la acusación pertinente.

Terminamos el ejercicio colocándonos en círculo , donde el facilitador lee el contenido acusatorio, empezando por la derecha y el alumno aludido responde con su defensa, y así sucesivamente.

FASE TERCERA: CAMBIO DE ACTITUD HACIA SÍ MISMO DRAMATIZACIÓN

Para esta estrategia se ha tenido que explicar algunas técnicas de dramatización, fundamentalmente la identificación con el personaje a desarrollar. Se procedió a sortear el papel a **desempeñar** de acuerdo a la necesidad de incrementar la autoestima: Estudioso y responsable, sincero y auténtico, creativo y autónomo, comunicativo y animador, solidario y sociable, iniciador y creativo, honesto y congruente.

Los siete ternas a representar en escenario fueron sorteados quince días antes de su presentación; los alumnos se reunieron por grupos para preparar el argumento respectivo. Cada grupo representó su papel en clases con una duración de diez minutos. En cada intervención se formó un círculo para comentar en forma positiva la interpretación y remarcando las actitudes que ayudarán a mejorar su autoestima. El educando asimila en su interior la identificación con su papel, esto va a operar un cambio de actitud hacia sí mismo y a su autoimagen.

FUENTES INTERIORES DE LA AUTOESTIMA

Son factores que están creados por el individuo: ideas o creencias, prácticas o conductas, de lo que deciden a partir de ellos mismo.

FASE CUARTA: FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA Y LA COMPRENSIÓN DE SÍ MISMO

Las anteriores estrategias se pensaron desde el entorno del sujeto: Compañeros de curso, que fueron un factor decisivo y fundamental para el incremento de la autoestima. Ahora el enfoque de la cuarta fase está centrado en la acción a partir de la persona de lo que decide hacer para incrementar y mantener su autoestima.

Los pilares de la autoestima son una propuesta para ser practicadas en forma indispensable para la salud de la mente y el funcionamiento efectivo de toda persona, son operaciones de la conciencia, como dice Branden. Éste autor considera que la práctica significa una forma disciplinada de actuar, de una determinada manera y perseverante ante los problemas grandes y pequeños, es una forma de comportarse, que es también una forma de ser.

En la fase cuarta, hemos utilizado la técnica de completar frases para fortalecer la autoestima y la comprensión de sí mismo. La esencia de la técnica consiste en que se ha presentado un principio de oraciones a los educandos; frases incompletas para ser agregados con diferentes terminaciones hasta completar una oración. Se debe trabajar lo más rápidamente posible y sin pausa para pensar, dejar fluir las palabras, no importa inventar, aunque el final sea verdadero o falso, o significativo. Esta estrategia lo realizaron en un cuaderno.

;, Para qué realizar estas prácticas?, fundamentalmente porque la autoestima es una consecuencia, un producto de prácticas que se generan interiormente en el sujeto. El educando cuando realiza las prácticas está encauzándose a elevar el nivel medio de competencia para experimentar un crecimiento en eficacia personal y respeto de uno mismo.

Los criterios básicos de acuerdo a Branden son:

VIVIR CONSCIENTEMENTE: Respetar la realidad, hechos y verdad.

ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO: Aceptarse a sí mismo, como uno es.

RESPONSABILIDAD DE MÍ MISMO: Autonomía, control de mi vida.

AUTOAFIRMACIÓN: Respetar necesidades, valores, valerme por mí.

VIVIR CON PROPÓSITOS: Tener objetivos y autodisciplina.

INTEGRIDAD PERSONAL Y AUTENTICIDAD: Ser íntegro en ideales, en convicciones, en las normas, en conducta, congruente entre las palabras y el comportamiento, y ser lo que uno es.

La técnica se ha desarrollado progresivamente, empezando a concientizar al alumno por medio de fichas, donde contenían las características esenciales de cada uno de los pilares de la autoestima. Ellos formaron dos grupos para que el diálogo fuera más productivo y concientizador, y con previa explicación del facilitador; esta fue la peculiaridad del proceso de llevar hacia adelante, cada uno de los pilares.

Hacemos notar que esta estrategia ha sido empleada por el psicólogo Nathaniel Branden, nosotros la hemos adaptado para su aplicación en nuestra investigación; se ha realizado una prueba piloto a 100 estudiantes, antes de aplicar al Grupo Experimental, con resultados positivos. En el recorrido de la aplicación se tuvo que corregir la estructura gramatical de algunas oraciones y en algunas frases completar con palabras de estilo sencillo para mayor comprensión en el significado semántico. (Ver Apéndice C).

CAPÍTULO CUARTO

4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. RESULTADO DEL EXPERIMENTO

Los resultados del análisis de los datos, permiten mostrar si los datos obtenidos apoyan o no, a las hipótesis de la investigación. En consecuencia, se ha procesado la información recabada, esto es, haber codificado y tabulado los datos que se recolectaron para proceder posteriormente a su análisis.

En el presente capítulo, se describen los resultados del manejo estadístico de los datos obtenidos, que fueron tratados estadísticamente de acuerdo a la necesidad de la investigación. El procedimiento ha seguido tres fases esenciales:

- a) La prueba de bondad de ajuste-Kolmogorov Smirnov que se efectuó para confirmar que las variables en estudio se ajustan a una distribución normal, para luego posteriormente realizar pruebas de hipótesis de T-student.
- b) Los resultados obtenidos en las Etapas de Pre-Test y Post-Test fueron sometidos a los procesos de obtención

de la media aritmética, es decir, la suma de todas las calificaciones en la distribución, dividida entre el número total de calificaciones. A la vez, para la Puntuación del Test de Autoestima de 60 ítems, donde es considerado un puntaje de 2 puntos cada ítems, llegando a una puntuación total de 120 como máximo. Se ha aplicado la regla de tres para su equivalencia al puntaje de rendimiento escolar de 70. Siendo la mínima calificación 36 para ambas variables.

c) También se ha calculado medidas de dispersión, obteniéndose la desviación media, la desviación estándar, error estándar de la media, el valor-T., el valor P., el coeficiente de correlación, correlación funcional, matriz de correlación y análisis de varianza.

Se han realizado estos análisis estadísticos para verificar la existencia de una correlación entre las variables de Autoestima y Rendimiento Escolar. \

En la tabla 2.1., permite observar la distribución de los puntajes obtenidos, con la aplicación de Puntuación para el Test de Autoestima y los Promedios Escolares del universo total (N), el cual está formado por 45 estudiantes de Nivel Secundario, datos que corresponden a la Etapa de Pre-test. Asimismo, está distribuido el puntaje de rendimiento académico que corresponde al primer trimestre.

Los datos que arrojó la aplicación: Puntuación para el Test de Autoestima, (Ver Apéndice A), etapa Pre-Test, se los relacionó con los promedios escolares del Primer Trimestre de la gestión 1998.

Los resultados de los 45 sujetos que han sido sometidos a la prueba Pre-test, se muestran en la Tabla 1.1.

Tabla 1.1.

NIVELES DE AUTOESTIMA	RENDIMIENTO ESCOLAR		T.
	NO SATISFACTORIO	SATISFACTORIO	
BAJO	24	0	24
ALTO	5	16	21
TOTAL	29	16	45

Esta es una tabla de contingencia que presentan los datos de las dos variables: Autoestima y Rendimiento Escolar. A partir de estos resultados se ha procedido a la división de N, que es la población total, en dos subgrupos n1 Experimental y n2 Control. El trabajo de investigación se ha realizado con 24 sujetos, que cumplían los requisitos pre-establecidos para la aplicación del tratamiento de la variable independiente autoestima, es decir, que estos sujetos tenían las características de haber obtenido un promedio de rendimiento escolar, No Satisfactorio, por debajo de 35 puntos, y una

DISTRIBUCIÓN DE PUNTAJES OBTENIDOS EN PUNTUACIÓN PARA
 EL TEST DE AUTOESTIMA Y PROMEDIOS ESCOLARES ETAPA PRE-TEST
 Tabla 2.1.

SUJETOS	PROM. ESCOLAR	PTAJE. AUTOESTIMA
1	27	18
2	52	40
3	27	20
4	27	25
5	28	20
6	28	27
7	29	22
8	34	50
9	29	27
10	30	24
11	29	28
12	32	29
13	34	48
14	34	45
15	46	40
16	30	26
17	32	30
18	32	26
19	33	31
20	32	28
21	32	29
22	49	45
23	49	40
24	49	42
25	35	45
26	40	36
27	49	44
28	33	32
29	36	40
30	43	48
31	33	32
32	53	47
33	36	50
34	33	30
35	33	31
36	52	58
37	52	49
38	35	33
39	48	42
40	46	40
41	34	33
42	35	34
43	34	45
44	35	33
45	46	39

Puntuación para el Test de Autoestima, por debajo de 35 puntos que representa un nivel bajo de autoestima. La Tabla 2.2. muestra la distribución de los puntajes obtenidos por los 24 sujetos.

**PUNTUACIÓN PARA EL TEST DE AUTOESTIMA Y PROMEDIOS
ESCOLARES ETAPA PRE-TEST**

Tabla 2.2.

SUJETOS	PROM. ESCOLAR	PTAJE. AUTOESTIMA
1	27	18
3	27	20
4	27	25
5	28	20
6	28	27
7	29	22
9	29	27
10	30	24
11	29	28
12	32	29
16	30	26
17	32	30
18	32	26
19	33	31
20	32	28
21	32	29
28	33	32
31	33	32
34	33	30
35	33	31
38	35	33
41	34	33
42	35	34
44	35	33

Los sujetos, para el experimento, fueron divididos en dos

grupos: Experimental y Control. Las Tablas 3.1. y 4.1. muestran la distribución de los puntajes del Test de Autoestima y los Promedios Escolares, en ambos grupos, Etapa Pre-Test. Tanto el Promedio Escolar y Puntuación de Autoestima han sido ordenados de manera ascendente para facilitar el análisis estadístico.

**PROMEDIOS ESCOLARES PRIMER TRIMESTRE Y PUNTUACIÓN PARA
EL TEST DE AUTOESTIMA ETAPA PRE-TEST
GRUPO EXPERIMENTAL 12 SUJETOS**

Tabla 3.1.

SUJETOS	PROM. ESC.	PTJE. AUTOESTIMA
1	27	18
2	28	20
3	29	22
4	30	24
5	30	26
6	32	26
7	32	28
8	32	29
9	33	30
10	33	31
11	34	33
12	35	34

La Tabla muestra a 12 sujetos para ser sometidos a la variable independiente, porque presentan un rendimiento académico, no Satisfactorio; los promedios escolares están cuantitativamente por debajo de 35 puntos, el cual indica que

estos estudiantes están reprobados en el trimestre; Y 27 puntos, el mínimo que señala de la misma manera. A la vez, muestran un nivel bajo de Puntuación en el Test de Autoestima, cuantitativamente están por debajo de 35 puntos, que representa un nivel bajo de autoestima.

**PROMEDIOS ESCOLARES PRIMER TRIMETRE Y PUNTUACIÓN PARA
EL TEST DE AUTOESTIMA ETAPA PRE-TEST
GRUPO CONTROL 12 SUJETOS**

Tabla 4.1.

SUJETOS	PROM. ESC.	PTJE. AUTOESTIMA
1	27	20
2	27	25
3	28	27
4	29	27
5	29	28
6	32	29
7	32	30
8	33	31
9	33	32
10	33	32
11	35	33
12	35	33

La Tabla señala a 12 sujetos que han obtenido en el Primer **Trimetre** un rendimiento académico, no Satisfactorio y un nivel bajo en Puntuación para el Test de Autoestima, porque presentan un puntaje, por debajo de 35 puntos. En suma, son educandos que reprobaron el trimestre.

Los datos que han sido procesados en la Etapa Pre-Test, permitirán desarrollar los resultados de nuestro trabajo de investigación, asimismo accederán a la contrastación de nuestras hipótesis.

La prueba siguiente será realizada para confirmar de que las variables en estudio: Autoestima y Rendimiento Escolar, se ajustan a una distribución normal, para luego realizar posteriormente las pruebas de hipótesis de T-student y la correlación de las mismas.

**PRUEBAS DE HIPÓTESIS- PRUEBA DE BONDAD DE AJUSTE
(KOLMOGOROV-SMIRNOV)**

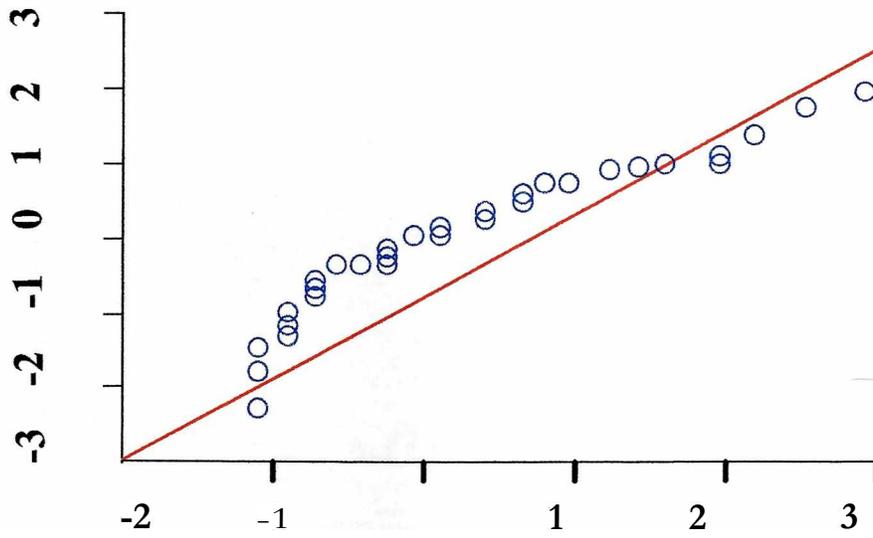
Tabla 5.1_

VARIABLES	MEDIAS	D. STANDAR	VALOR P.
PROM. ESCOLAR	35.7917	7.8387	0.0867
PUNTUACIÓN DE AUTOESTIMA	32.5625	8.1708	0.6809

La prueba Kolmogorov-Smirnov está relacionada con las estadística, no paramétrica. Con esta se probará que las variables Y y X, están distribuidas normalmente o no siguen. Por esta razón, se escoge el nivel de significancia = 0,05. Luego, la estadística de prueba: Valor "P", donde el valor P= es probabilidad de hacer un procedimiento de decisión equivocada.

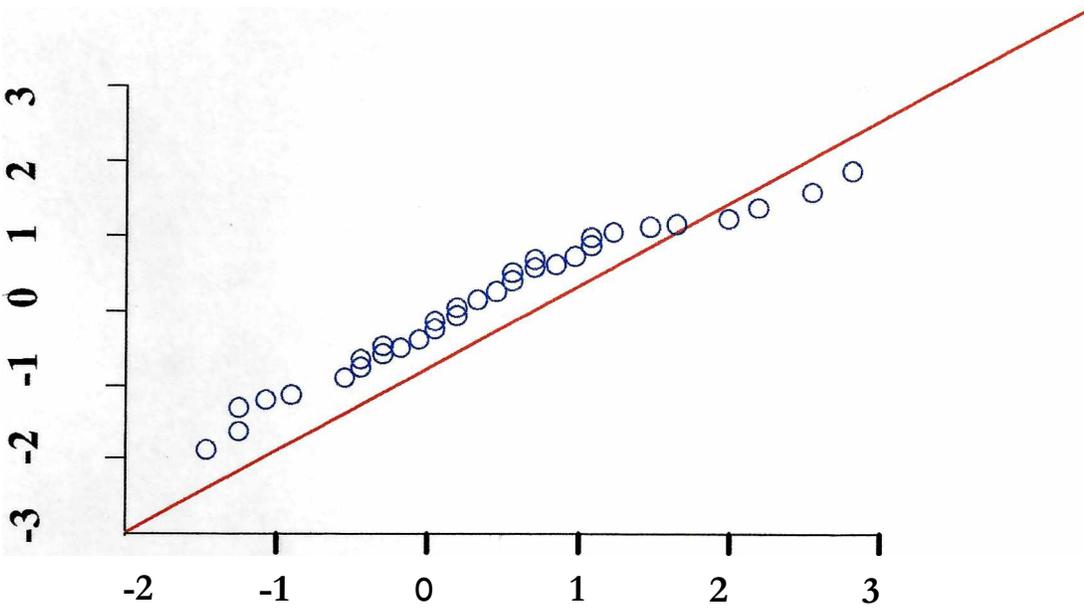
Gráfica 1

Q - QPLOT de Promedio Escolar



Gráfica 2

Q - QPLOT Puntuación de Autoestima



do. La prueba de KOLMOGOROV-SMIRNOV se realizó en el paquete estadístico SPSS, donde llegamos a la siguiente conclusión: Rechazar la H_0 , si el valor $P \leq \alpha$, según la Tabla 5.1. el valor $P=0,0867(8,67\%)$, comparando con $0,05$, no se rechaza la H_0 , porque $8,67$ es $> 5\%$, significa que el Prom.Esc.se distribuye normal. De igual manera, en la variable autoestima, el valor $P=68$ que es superior a $0,05\%$. Por lo tanto, es bueno proseguir con el análisis estadístico. (Ver gráfica 1y2).

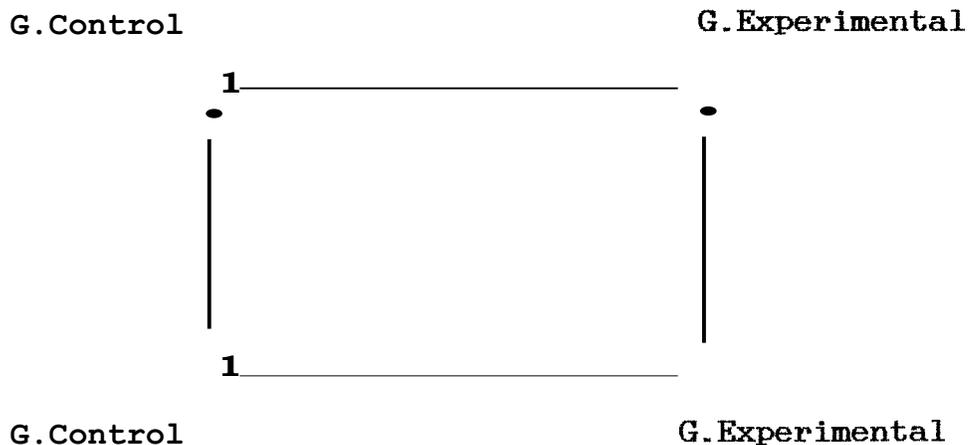
PRUEBA DE HIPÓTESIS: VARIABLE RENDIMIENTO ESCOLAR

ETAPA PRE-TEST

GRUPO CONTROL Y GRUPO EXPERIMENTAL

H_a pre-test control = pre test experimental

H_1 : pre-test control \neq pre test experimental



De acuerdo al esquema presentado, estamos constatando la

variable Rendimiento Escolar en la Etapa Pre-Test, donde formulamos dos hipótesis: $H_0: M_{\text{pre-Test Grupo Control}} = M_{\text{pre-Test Grupo Experimental}}$. $H_1: M_{\text{pre-Test Grupo Control}} \neq M_{\text{pre-Test Grupo Experimental}}$, que permitirá rechazar o aceptar la hipótesis nula. (Ver las Tablas 6.1 y 6.2).

Tabla 6.1.

VARIABLE	CASOS	MEDIAS	D.E. MUESTRAL	ERROR EST. LA MEDIA
PRE-TEST G. CONTROL	12	31.0833	2.937	.848
PRE-TEST G. EXP.	12	31.2500	2.454	.708

DIFERENCIA DE MEDIAS= $-.1667$

TEST DE IGUALDAD DE VARIANZA: $P = .295$

Tabla 6.2.

T -TEST DE IGUALDAD DE MEDIAS				95%
VARIANZA	V.T.	G.L.	VALOR P	IC PARA DIFERENCIA DE M.
IGUAL	0.15	22	0,0881	(-2.459, 2.125)

Según la interpretación de las dos tablas presentadas, señalan que no se debe rechazar la hipótesis nula (H_0), dado que en este tipo de análisis, si el cero pertenece al intervalo de confianza, de diferencia de medias poblacionales entonces, las medias son iguales, o sea estamos partiendo con

promedios escolares en ambos grupos: Experimental y Control, con semejanza en calificaciones, (Ver Tabla 6.3.), que se relaciona con los resultados de la tabla 6.1.

La Tabla 6.1. muestra los promedios escolares del Grupo Experimental y del Grupo de Control, donde podemos apreciar los resultados del Promedio Trimestral, obtenidos por los educandos en la Etapa Pre-test y que tienen una característica peculiar, la de asemejarse en el puntaje media (31.25=31.08). Para su tabulación los datos han sido extraídos de los Boletines de Calificaciones de los docentes.

PROMEDIOS ESCOLARES DE RENDIMIENTO ACADÉMICO

GRUPO EXPERIMENTAL Y GRUPO CONTROL ETAPA PRE-TEST

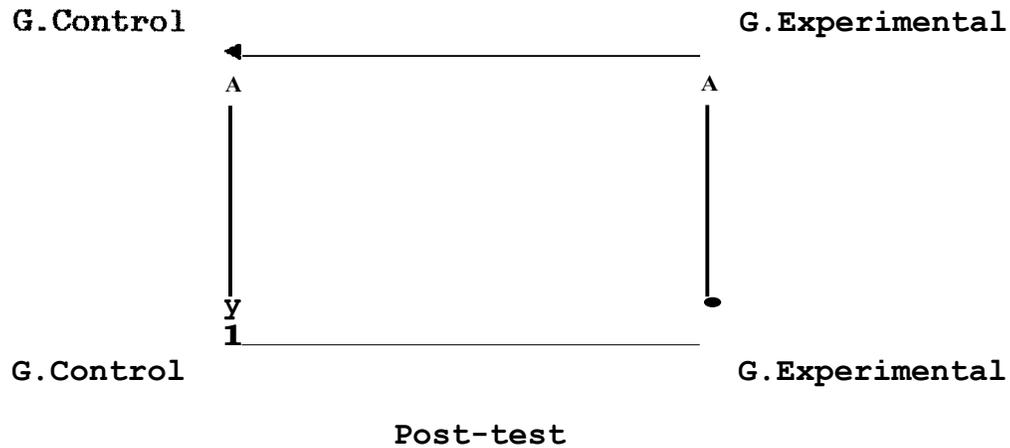
Tabla 6.3.

	GRUPO EXPERIMENTAL	GRUPO CONTROL
SUJETOS	PROM. ESC.	PROM. ESC.
1	27	27
2	28	27
3	29	28
4	30	29
5	30	29
6	32	32
7	32	32
8	32	33
9	33	33
10	33	33
11	34	35
12	35	35
SUMATORIA	375	373
PROMEDIO	31.25	31.08

PRUEBA DE HIPÓTESIS: RENDIMIENTO ESCOLAR

ETAPA POST-TEST

GRUPO CONTROL Y GRUPO EXPERIMENTAL



$$H_0: \mu_{\text{post-test control}} = \mu_{\text{post-test experimental}}$$

$$H_1: \mu_{\text{post-test control}} \neq \mu_{\text{post-test experimental}}$$

El esquema está señalando que la flecha bidireccional, se encuentran el Grupo Control y el Grupo Experimental, en la etapa Post-Test; planteamos dos hipótesis: $H_0: \mu_{\text{post-test Grupo Control}} = \mu_{\text{post-test Grupo Experimental}}$; $H_1: \mu_{\text{post-test Grupo Control}} \neq \mu_{\text{post-test Grupo Experimental}}$ (Ver Tabla 7.1.).

Este análisis permitirá rechazar enfáticamente la hipótesis nula (H_0) o aceptarla; sabiendo que ambos grupos han partido con misma igualdad de promedios.

Tabla 7.1.

VARIABLES	CASOS	MEDIAS	DESVIACION ESTANDAR	ERROR ESTANDAR DE LA MEDIA
POST-TEST G. CONTROL	12	33.4167	4.379	1.264
POST-TEST G. EXPERIMENTAL	12	47.4167	5.334	1.540

DIFERENCIAS DE MEDIAS= -14.0000

TEST DE IGUALDAD DE VARIANZA: P= .582

Tabla 7.2.

T-TEST DE IGUALDAD DE MEDIAS 95%

VALOR T.	VALOR P.	G.L.	IC PARA DIF. DE MEDIAS
-7.03	0,000	22	-18.132,-9.868

Las Tablas 7.1 y 7.2. muestran que se rechaza la hipótesis nula (H_0). Como el cero no se encuentra en el intervalo de confianza (-18.132,-9.868), entonces las medias son diferentes o sea el promedio escolar del grupo experimental es significativo con relación al grupo control, esto se puede constatar en las tablas anteriores, en la columna de promedios escolares, donde el rendimiento escolar del grupo experimen-

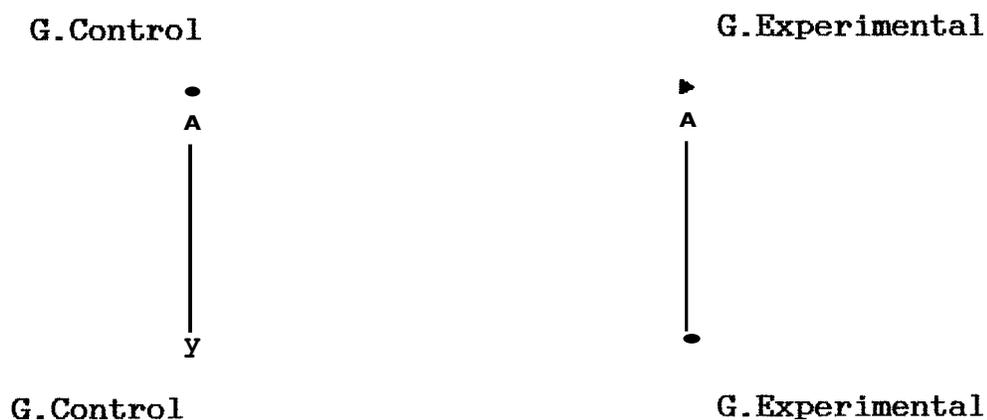
tal es mayor al grupo control. Este resultado es a efecto del tratamiento que ha sido aplicado al grupo experimental, empleando el Método para Incrementar la Autoestima, el cual más adelante se detallará en su interpretación y análisis, a través de resultados estadísticos.

PRUEBA DE HIPÓTESIS: RENDIMIENTO ESCOLAR

ETAPAS PRE-TEST Y POST-TEST GRUPO CONTROL

$$H_0: \mu_{\text{pre-test G.C.}} = \mu_{\text{post-test G.C.}}$$

$$H_1: \mu_{\text{pre-test G.C.}} \neq \mu_{\text{post-test G.C.}}$$



El esquema muestra la dirección de la flecha bidireccional, etapa pre-test y post-test del Grupo Control, donde se ha planteado dos hipótesis: Una hipótesis nula: $H_0: \mu_{\text{pre-test Grupo Control}} = \mu_{\text{post-test Grupo Control}}$, bien para rechazarla o aceptarla; la otra es la hipótesis alternativa: $H_1: \mu_{\text{pre-test}}$

Grupo Control \neq Mpost-test Grupo Control, que indica que entre el pre-test y el post-test, existe la diferencia; sólo el análisis estadístico despejará toda duda.

T -TEST PARA MUESTRAS PAREADAS.

Tabla 8.1.

VARIABLES	CASOS	CORRELACION	MEDIAS	D.E.	ERROR ESTANDAR DE LA MEDIA
PRE-TEST G. CONTROL	12	0.958	31.0833	2.937	.848
POST-TEST GRUPO CONTROL			33.4167	4.379	1.264

Tabla 8.2.

DIFERENCIAS PAREADOS						95%
MEDIA	D.E.	ERROR DE MEDIA	INTERVALO DE CONFIANZA	V.T	V.P	GRADOS DE LIBERTAD
-2.33311.775		0.512	(-3.462,-1.205)	4.5	0,1	11

Las Tablas 8.1. y 8.2. muestran que se rechaza la hipótesis nula (H_0). Como el cero no se encuentra en el intervalo de confianza (-3.462,-1.205), entonces las medias son diferentes, o sea el promedio escolar del grupo control, etapa pre-test es poco significativa, con respecto al post-test del mismo. Sin embargo, el aumento en el rendimiento académico, sigue

No Satisfactorio con relación a la escala de aprobación, que es de 36 hasta 70 puntos. Esto significa que: 31.08 a 33.41, es una calificación cuantitativa baja y cualitativamente No Satisfactorio. En suma, los datos indican, que los alumnos están con bajas calificaciones (Ver Tabla 8.3).

**PROMEDIO ESCOLAR DEL GRUPO DE CONTROL
ETAPA PRE-TEST Y POST-TEST**

Tabla 8.3.

SUJETOS	PRE-TEST PROM. ESC.	POST-TEST PROM. ESC.
1	27	28
2	27	28
3	28	29
4	29	29
5	29	31
6	32	32
7	32	36
8	33	36
9	33	36
10	33	38
11	35	38
12	35	40
SUMATORIA	373	401
PROMEDIO ESC.	31.08	33.41

La Tabla 8.3., muestra que en la etapa de Pre-test, el Grupo Control, está al 100%, con un promedio escolar bajo y los sujetos están reprobados en el primer trimestre. Sin embargo, el promedio escolar de la etapa post-test indica una

leve mejoría, donde el 50% de los educandos están con calificaciones muy regulares, y un 50% con promedios bajos. En suma, el Grupo Control sigue con un rendimiento general No Satisfactorio en el promedio general.

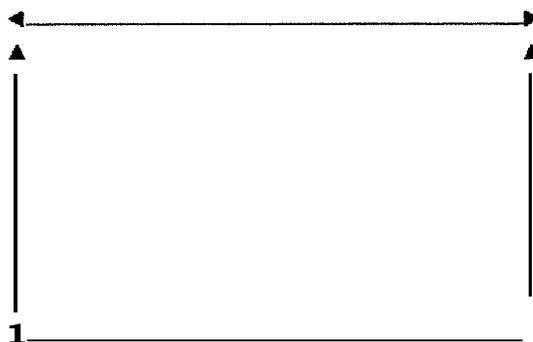
PRUEBA DE HIPÓTESIS: RENDIMIENTO ESCOLAR

ETAPAS: PRE-TEST Y POST-TEST GRUPO EXPERIMENTAL

$$H_0 : \begin{matrix} \mu_{\text{pre-test G.Exp.}} & = & \mu_{\text{post-test G.Exp.}} \\ \mu_{\text{pre-test G.Exp.}} & & \mu_{\text{post-test G.Exp.}} \end{matrix}$$

G.Control

G.Experimental



G.Control

G.Experimental

Siguiendo el recorrido de nuestro esquema, ahora encontramos la bidirección de la flecha, que señala las etapas del Pre-test y el Post-test en el Grupo Experimental. Para el análisis e interpretación estadística, hemos planteado dos hipótesis: Una la hipótesis nula H_0 : Grupo Experimental =

Post-test Grupo Experimental, bien para rechazar o aceptarla; la otra la hipótesis alternativa, $H_1: M_{\text{pre-test Grupo Experimental}} \neq M_{\text{post-test Grupo Experimental}}$, para ello realizamos el siguiente análisis de datos e interpretación estadística.

T -TEST PARA MUESTRAS PAREADAS

Tabla 9.1.

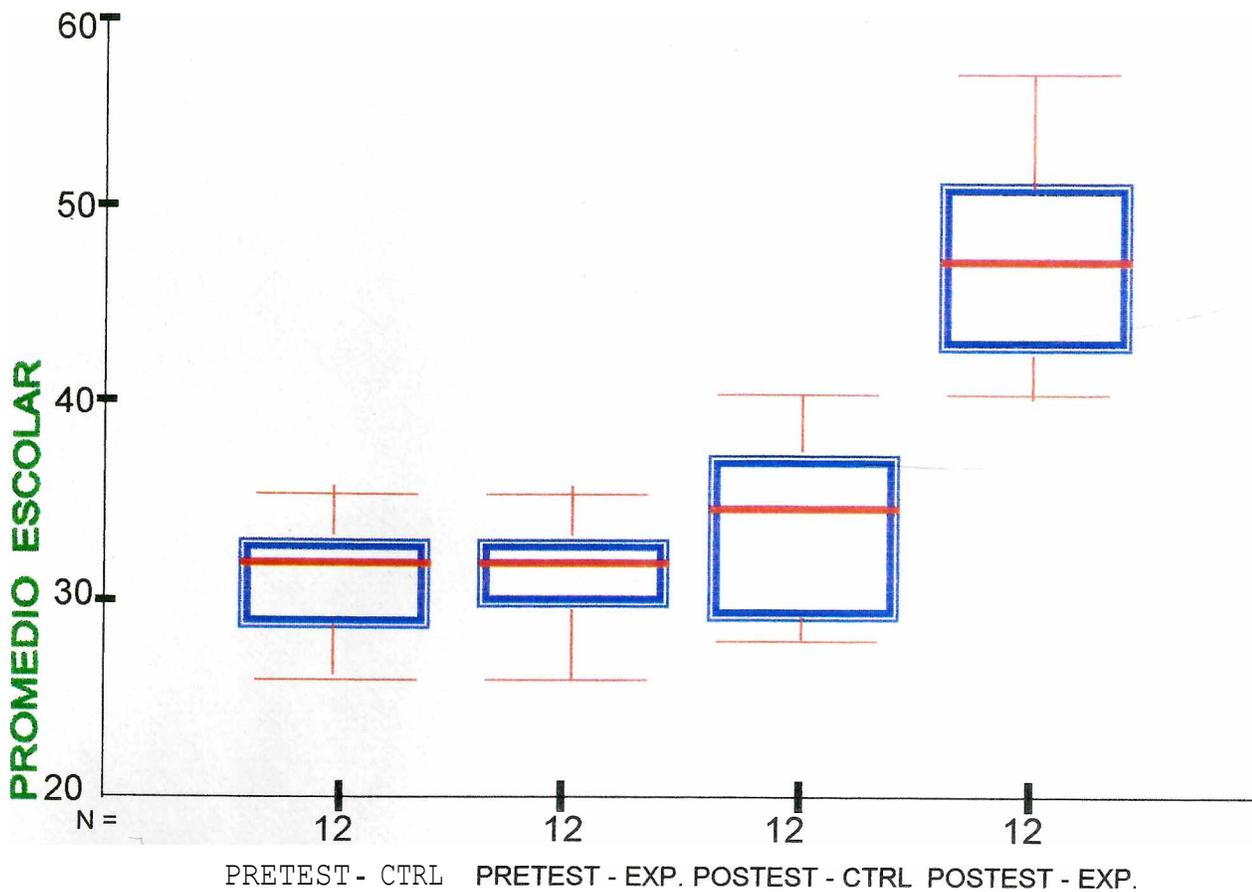
VARIABLES	CASOS	CORRELACION	MEDIAS	D. ESTAN-DAR	ERROR E. DE MEDIA
PRE-TEST G. EXP.	12	0.971	31.25	2.454	0.708
POST-TEST G. EXP.			47.4167	5.334	1.54

Tabla 9.2.

DIFERENCIAS PAREADOS			95%	VALOR P. 0.000	
MEDIA	D.E.	ERROR E. DE MEDIA	INT. DE CONFIANZA	VALOR T	G.L.
16.1667	3.010	0.869	(-18.080, -14.254)	18.61	11

Las Tablas 9.1. y 9.2., muestran que se debe rechazar la hipótesis nula (H_0), dado que en este tipo de análisis, si el cero pertenece al Intervalo de Confianza de diferencia de medias poblacionales, entonces la medias son iguales. Sin embargo, como el cero no se encuentra en el Intervalo de

GRÁFICA 3



GRUPOS

En la Gráfica 3 del Box - plot, nos muestra los promedios escolares en las etapas de Pre-test y Post-test del Grupo Control y Grupo Experimental. Los promedios de la primera fase, como se ven son similares en ambos grupos; sin embargo, los promedios escolares de la segunda la fase, en el Grupo Control están por debajo de la caja del Post-test del Grupo Experimental. En consecuencia, esto significa que el promedio del Grupo Experimental es superior al Promedio del Grupo Control.

Confianza(-18.080,-14.254);en consecuencia,las medias son diferentes,o sea el Promedio Escolar del Grupo Experimental en la Etapa Pre-test es significativo,con relación al Post-test del mismo grupo. La significancia del Rendimiento Escolar,se la puede aún ver en la Tabla 9.3.

**PROMEDIO ESCOLAR DEL GRUPO EXPERIMENTAL
ETAPAS PRE-TEST Y POST-TEST**

Tabla 9.3.

SUJETOS	PRE-TEST PROM. ESC.	POST-TEST PROM. ESC.
1	27	40
2	28	41
3	29	42
4	30	44
5	30	45
6	32	46
7	32	49
8	32	49
9	33	50
10	33	52
11	34	54
12	35	57
SUMATORIA	375	569
PROM. ESC.	31.25	47.41

En la Tabla 9.3, muestra la diferencia significativa de los promedios escolares del Grupo Experimental, a partir de la Etapa Pre-test y Post-test. Los alumnos que se sometieron al experimento y se les aplicó la variable independiente

Autoestima, a través del Método de Incrementar la Autoestima, ellos subieron en su rendimiento académico en los dos Trimestres, sacando promedios de Rendimiento Satisfactorio y Rendimiento Óptimo, de acuerdo a la escala del Reglamento de Evaluación: 36 a 55 puntos es Rendimiento Satisfactorio; 56 a 70 puntos es Rendimiento Óptimo. (Ver Gráfica 3).

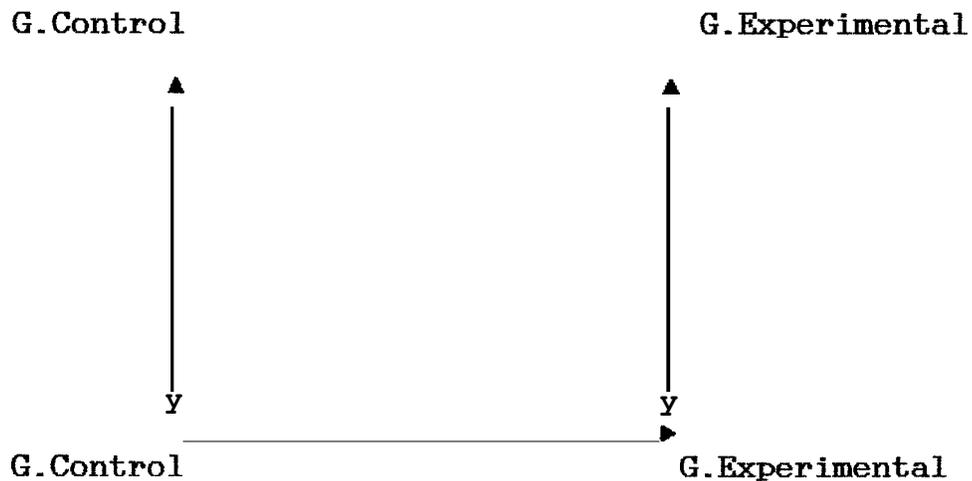
PRUEBA DE HIPÓTESIS: VARIABLE AUTOESTIMA

ETAPA PRE-TEST

GRUPO CONTROL Y GRUPO EXPERIMENTAL

$$H_0: \mu_{\text{pre-test control}} = \mu_{\text{pre-test experimental}}$$

$$H_1: \mu_{\text{pre-test control}} \neq \mu_{\text{pre-test experimental}}$$



Nuestro recorrido de acuerdo al esquema, ubicamos en la

flecha bidireccional, entre el Grupo Control y el Grupo Experimental, donde planteamos dos hipótesis: Hipótesis nula, $H_0: M_{\text{pre-test Grupo Control}} = M_{\text{pre-test Grupo Experimental}}$; la otra es hipótesis alternativa, $H_1: M_{\text{pre-test Grupo Control}} \neq M_{\text{pre-test Grupo Experimental}}$, bien para rechazar la hipótesis nula o aceptarla, para ello seguimos el análisis de datos y la interpretación estadística.

Tabla 10.1.

VARIABLE	CASOS	MEDIAS	DESVIACION ESTANDAR	ERROR ESTANDAR DE LA MEDIA
PRE-TEST G. CONTROL	12	28.9167	3.825	1.104
PRE-TEST G. EXP.	12	26.7500	5.048	1.457

DIFERENCIAS DE MEDIAS=2.1667

TEST DE IGUALDAD DE VARIANZA: 1.271 P= .272

Tabla 10.2.

TEST DE IGUALDAD DE MEDIAS		95%	VALOR P.0,249	
VARIANZA	VALOR T	GRADOS DE LIBERTAD	ERROR DE LA DIFERENCIA M.	IC PARA LA DIFERENCIA DE MEDIAS
IGUAL	1.19	22	1.828	(-1.626, 5.959)
DIFERENTE	1.19	20.50	1.828	(-1.636, 5.969)

Las Tablas 10.1 y 10.2. muestran que no debemos rechazar la hipótesis nula (H_0), porque el cero se encuentra en el intervalo de confianza $(-1.626, 5.959)$, por lo tanto, las medias de la variable Autoestima en ambos grupos son similares en el resultado de las puntuaciones. (Ver la Tabla 10.3.).

PUNTUACIÓN PARA EL TEST DE AUTOESTIMA

ETAPA PRE-TEST

GRUPO EXPERIMENTAL Y GRUPO CONTROL

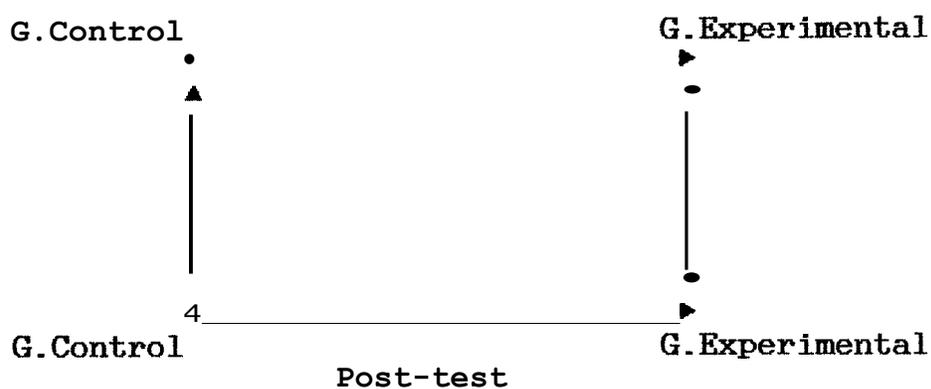
Tabla 10.3.

GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL
SUJETOS	P.T.A.	P.T.A.
1	20	18
2	25	20
3	27	22
4	27	24
5	28	26
6	29	26
7	30	28
8	31	29
9	32	30
10	32	31
11	33	33
12	33	34
SUMATORIA	347	321
PUNTUACIÓN	28.9	26.7

La Tabla 10.3. muestra el total de la Puntuación para el Test de Autoestima en ambos grupos, donde el Grupo Control tiene una media de 28.9 y el Grupo Experimental 26.7, que indica que ambos grupos tienen una baja autoestima y una

puntuación similar, antes de partir con nuestro trabajo de investigación. La variable independiente será manipuleado a través del Método para Incrementar la Autoestima, los resultados serán estadísticamente presentados más adelante.

**PRUEBA DE HIPÓTESIS: AUTOESTIMA ETAPA POST-TEST
GRUPO CONTROL Y GRUPO EXPERIMENTAL**



$$H_0: \mu_{\text{post-test control}} = \mu_{\text{post-test experimental}}$$

$$H_1: \mu_{\text{post-test control}} \neq \mu_{\text{post-test experimental}}$$

Siguiendo la flecha bidireccional de nuestro esquema, ahora ubicamos la doble dirección donde están las etapas de Post-test del Grupo Control y G.Experimental. Planteamos dos hipótesis: la hipótesis nula, $H_0: \mu_{\text{post-test Grupo Control}} = \mu_{\text{post-test Grupo Experimental}}$, bien para rechazar o aceptar la hipótesis planteada; la otra es la hipótesis alternativa, $H_1: \mu_{\text{post-test Grupo Control}} \neq \mu_{\text{post-test Grupo Experimental}}$,

para constatar si las medias son diferentes en el resultado final. (Ver Tablas 11.1. Y 11.2.).

Tabla 11.1.

VARIABLES	CASOS	MEDIAS	DESVIACION ESTANDAR	ERROR ESTANDAR DE LA MEDIA
POST-TEST G. CONTROL	12	30.9167	5.017	1.448
POST. TEST G. EXP.	12	43.6667	5.581	1.611

DIFERENCIA DE MEDIA= -12.75

TEST DE IGUALDAD DE VARIANZA: P= .592

Tabla 11.2.

T-TEST DE IGUALDAD DE MEDIAS		95% VALOR P. 0,000		
VARIANZA	VALOR T	GRADOS LIBERTAD	ERROR DE DIFERENCIA MEDIAS	IC PARA DIFERENCIA MEDIAS
IGUAL	-5.89	22	2.167	(-17.244, -8.256)
DIFERENTE	-5.89	21.76	2.167	(-17.244, -8.256)

Las Tablas anteriores señalan que se rechaza la hipótesis nula (H_0), de tal manera, como el cero no se encuentra en el intervalo de confianza (-17.244, -8.256), entonces, las medias son diferentes, o sea la Puntuación para el Test de Autoestima, que ha sido aplicado al Grupo Experimental, tiene como resultado en la etapa Post-test, distinta puntuación, siendo

significativa con relación al Grupo Control. En suma, el puntaje del Grupo Experimental es mayor con relación al principio del experimento, porque en todo el proceso de desarrollo de nuestro trabajo se ha aplicado el Método de Incremento de Autoestima, esto ha permitido la elevación del fenómeno psicológico. Sin embargo, no ha ocurrido lo mismo con el Grupo Control, que tuvo una calificación poco significativa; en general se mantienen los sujetos con un nivel bajo de autoestima.

PUNTUACIÓN PARA EL TEST DE AUTOESTIMA

ETAPA POST-TEST

GRUPO CONTROL Y GRUPO EXPERIMENTAL

Tabla 11.3.

GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL
SUJETOS	P.T.A.	P.T.A.
1	21	36
2	26	37
3	27	39
4	28	39
5	30	41
6	30	42
7	30	44
8	34	46
9	35	47
10	36	49
11	36	51
12	38	53
SUMATORIA	371	524
PUNTAJE	30.41667	43.6666

La Tabla 11.3. muestra la diferencia significativa entre el Grupo Control y el Grupo Experimental; se percibe en la sumatoria de los casos y en el resultado de la media aritmética. En suma, existe una diferencia de 13 puntos.

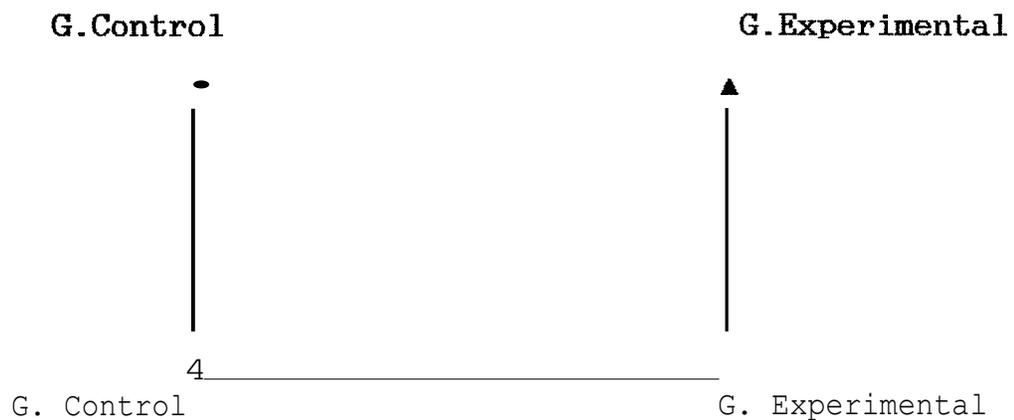
PRUEBA DE HIPÓTESIS SOBRE AUTOESTIMA

ETAPA PRE-TEST Y POST-TEST

GRUPO CONTROL

$$H_0: \mu_{\text{pre-test G.control}} = \mu_{\text{post-test G.control}}$$

$$H_1: \mu_{\text{pre-test G.control}} \neq \mu_{\text{post-test G.control}}$$



Ahora nuestro esquema señala el recorrido de la flecha bidireccional, para las etapas del Pre-test y el Post-test, donde se percibe el proceso de cambio que sufrió el Grupo Control; para ello planteamos dos hipótesis: Hipótesis nula, $H_0: \mu_{\text{pre-test Grupo Control}} = \mu_{\text{post-test Grupo Control}}$, bien para rechazar o aceptar esta hipótesis; la otra hipótesis es

la alternativa, $H_1: M_{\text{pre-test Grupo Control}} \neq M_{\text{post-test Grupo Control}}$, que permitirá que se perciba la significación de las dos etapas. (Ver las Tablas 12.1. y 12.2.).

Tabla 12.1.

T-TEST PARA MUESTRAS PAREADAS

VARIABLES	CASOS	CORRELACION	MEDIAS	D. ESTAN-DAR	ERROR ESTAN-DAR DE MEDIA
PRE-TEST G. CONTROL	12	.971	28.9167	3.825	1.104
POST-TEST G. CONTROL			30.9167	5.017	1.448

Tabla 12.2.

DIFERENCIAS PAREADOS			95%	VALOR P. 0,001	
MEDIA	D.S.	ERROR S. DE MEDIA	INTERVALO DE CONFIANZA	V.T	GRADOS DE LIBERTAD
-2.00	1.595	0.461	(-3.04, -0.986)	-4.34	11

Las dos tablas anteriores muestran el proceso de cambio que ha sufrido el Grupo Control, en la puntuación de autoestima. En consecuencia, señalan que se rechaza la hipótesis nula (H_0) como el cero no se encuentra en el intervalo de confianza, (-3.04, -0.986), entonces se deduce que las medias son diferentes, es decir, la Puntuación del Test para Autoestima, de la etapa de Pre-test del Grupo Control es significativa

con relación a la etapa del Post-test del mismo grupo, aumentando simplemente muy poco 2 puntos.

La mínima significación de aumento es necesario analizar en los 12 casos del Grupo de Control, porque en ella encontramos el complemento a nuestra explicación. (Ver Tabla 12.3.)

PUNTUACIÓN PARA EL TEST DE AUTOESTIMA
ETAPA PRE-TEST Y POST-TEST
GRUPO DE CONTROL

Tabla 12.3.

SUJETOS	GRUPO CONTROL P.T.A.	GRUPO CONTROL P.T.A.
1	20	21
2	25	26
3	27	27
4	27	28
5	28	30
6	29	30
7	30	30
8	31	34
9	32	35
10	32	36
11	33	36
12	33	38
SUMATORIA	347	371
PUNT.DE AUT.	28.9	30.9166

La Tabla 12.3. muestra muy claramente la diferencia de la media aritmética (28.9 y 30.91), si bien es significativa las

medias, aumentando 2 puntos en la etapa de post-test, sin embargo, los sujetos del grupo tienen un nivel bajo de autoestima.

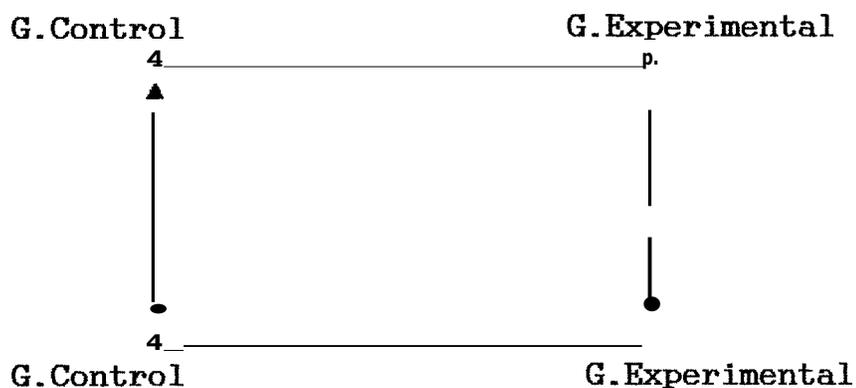
PRUEBA DE HIPÓTESIS SOBRE AUTOESTIMA

ETAPA PRE-TEST Y POST-TEST

GRUPO EXPERIMENTAL

$$H_0: \mu_{\text{pre-test G.Exp.}} = \mu_{\text{post-test G.Exp.}}$$

$$H_1: \mu_{\text{pre-test G.Exp.}} \neq \mu_{\text{post-test G.Exp.}}$$



Finalmente llegamos a nuestro último recorrido de nuestro esquema, ubicándonos en la flecha bidireccional: Pre-test y Post-test del Grupo Experimental, para encontrar el nivel de autoestima, que desarrollaron los sujetos. Para ello se ha planteado dos hipótesis: La hipótesis nula, $H_0: \mu_{\text{pre-test Grupo Experimental}} = \mu_{\text{post-test Grupo Experimental}}$, bien para rechazar o aceptarla; luego la hipótesis alternativa, $H_1:$

Mpre-test G.Experimental≠Mpost-test Grupo Experimental ,para distinguir la diferencia de las medias en puntuación del test autoestima.(Ver Tabla 13.1)

Tabla 13.1.

T-TEST PARA MUESTRAS PAREADAS

VARIABLES	CASOS	CORRELACION	MEDIAS	D.ESTANDAR	ERROR ESTANDAR DE MEDIAS
PRE-TEST G.EXP.	12	0.978	26.75	5.048	1.457
POST-TEST G.EXP.			43.6667	5.581	1.611

Tabla 13.2.

DIFERENCIAS PAREADOS			95% VALOR P.0,000		
MEDIA	D.ESTANDAR	ERROR ESTANDAR	INTERVALO DE CONFIANZA	VALOR-T	G.L.
-16.9167	1.24	0.358	(-17.705,-16.129)	-47.25	11

La Tabla 13.1. y 13.2. muestran que se rechaza la hipótesis nula (Ho), la razón es que el cero no pertenece al intervalo de confianza(-17.705,-16.129), en consecuencia, las medias son diferentes, es decir, la Puntuación de Autoestima de la etapa pre-test es significativa con relación a la etapa post-test del Grupo Experimental. Este incremento de autoestima, en los sujetos experimentales es notable percibir en la Tabla 13.3.

que fueron sometidos a la aplicación de la variable independiente.

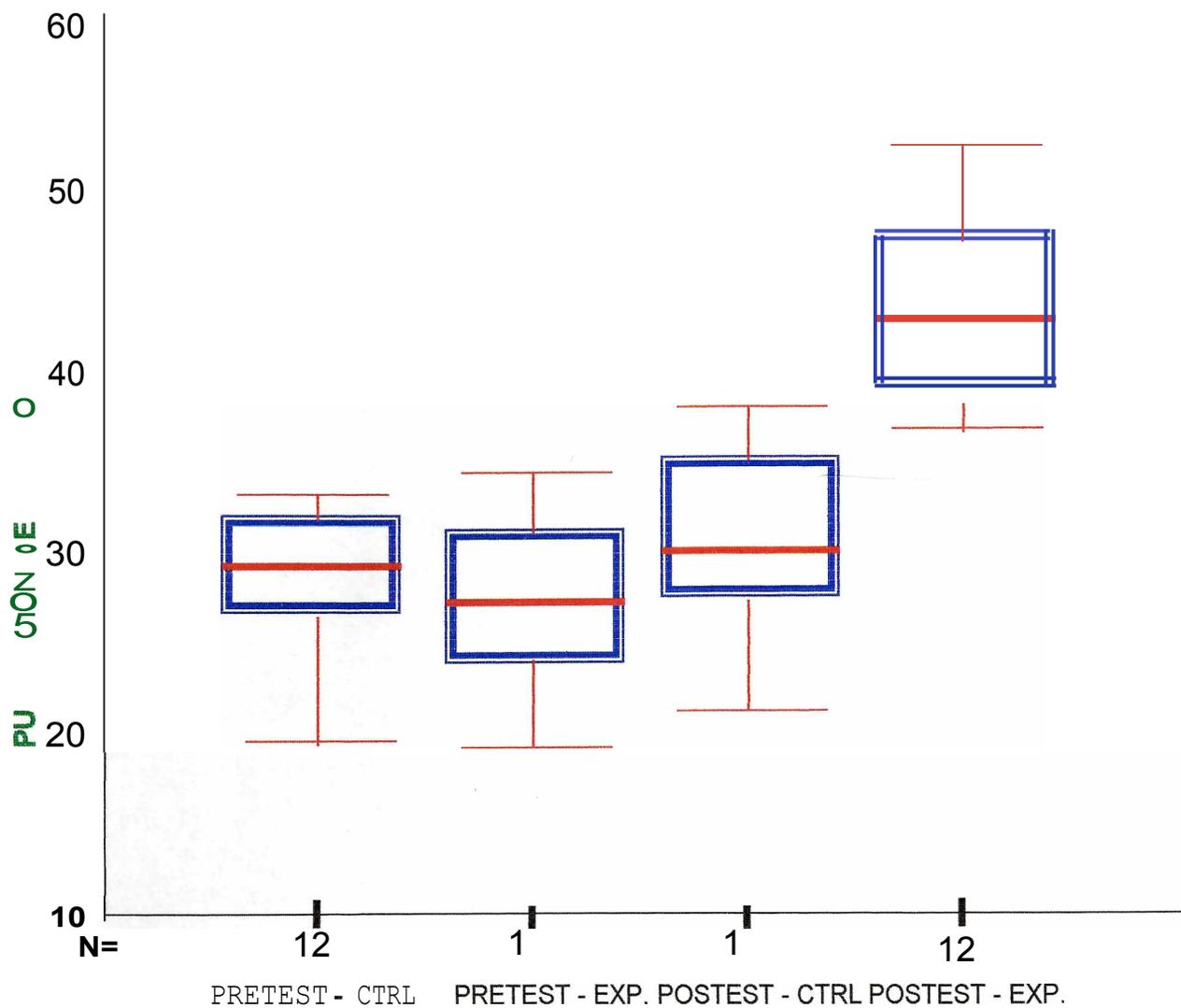
PUNTUACIÓN PARA EL TEST DE AUTOESTIMA
ETAPA PRE-TEST Y POST-TEST
GRUPO EXPERIMENTAL

TABLA13.3

	GRUPO EXPERIMENTAL	GRUPO EXPERIMENTAL
SUJETOS	P.T.A.	P.T.A.
1	18	36
2	20	37
3	22	39
4	24	39
5	26	41
6	26	42
7	28	44
8	29	46
9	30	47
10	31	49
11	33	51
12	34	53
SUMATORIA	321	524
PUNT.DE AUT.	26.7	43.6666

La Tabla 13.3. muestra claramente la sumatoria de los casos entre el pre-test y el post-test, existe una diferencia de $(524-321=203)$, 203 puntos que se ha incrementado durante el proceso de aplicación del Método para Incrementar la Autoestima, y en la media aritmética $(44-27=17)$, como puntaje total 17 puntos.

GRÁFICA 4



GRUPOS

En la Gráfica 4 de **Box-plot**, se ve que las medias o Puntuación de Autoestima de Pre-test del Grupo Control y Grupo Experimental son iguales_ A la vez, se observa que la Puntuación de **Autoestima** del Post-test del Grupo Control y del Grupo Experimental es bastante significativa La caja del Post-test del Grupo Control está por debajo de la caja de Post-test del G. Experimental, por tanto, es superior del Grupo Experimental.

El análisis estadísticos de Puntuación para el Test de Autoestima, en ambas etapas, se percibe en la Gráfica 4, donde se ve el proceso de significación.

MATRIZ DE CORRELACIÓN DE PROMEDIO ESCOLAR
Y PUNTUACIÓN DE AUTOESTIMA

Se plantea la hipótesis siguiente:

Ho $\rho = 0$

H1 : $\rho \neq 0$

Tabla 14.1.

	PROMEDIO ESCOLAR	PUNTUACION AUTOESTIMA
PROMEDIO ESCOLAR	1.0000	.9679 P= .000
PUNTUACIÓN AUTOESTIMA	.9679 P= .000	1.0000

La Tabla 14.1. muestra que se rechaza la hipótesis nula, de acuerdo a la matriz de correlación, la cual señala que la correlación entre el nivel de autoestima y los promedios escolares es significativa en ambas variables, alcanzando una correlación de 96.79%, que está muy próximo al 100%.

La hipótesis que se ha planteado de que los niveles de autoestima, que poseen los estudiantes de primero de secundaria se relacionan con su rendimiento escolar; es probado por

el análisis estadístico que realizamos. Este resultado demuestra en la realidad, de que en los educandos el fenómeno de la autoestima, en la medida en que se correlacione con su rendimiento escolar, tienden a tener calificaciones con características satisfactorias u óptimas, pero si ocurriera lo contrario, entonces, su rendimiento escolar será No Satisfactorio. En consecuencia, nuestra hipótesis queda probada.

MATRIZ DE CORRELACIÓN POR GRUPOS
PROMEDIO ESCOLAR

Tabla 15.1.

	PRE-TEST CONTROL	PRE-TEST EXP.	POST-TEST CONTROL	POST-TEST EXP.
PRE-TEST CONTROL	1	.9805 P=.000	.9583 P=.000	.9608 P=000
PRE-TEST EXP.	.9805 P=.000	1	.9454 P=000	.9706 P=000
POST-TEST CONTROL	.9583 P=.000	.9454 P=.000	1	.9767 P=000
POST-TEST EXP.	.9608 P=.000	.9706 P=000	.9767 P=000	1

La Tabla 15.1 muestra de acuerdo a la matriz de correlación, que se rechaza la hipótesis nula, el cual indica que la correlación entre el post-test del Grupo Control y el post-test del Grupo Experimental es significativa; también

señala el porcentaje de correlación, que alcanza a un 97.67%, esto significa que la relación es significativamente alta. Así como la anterior interpretación para extraer el porcentaje de correlación, se procede de la misma manera para las otras.

MATRIZ DE CORRELACIÓN POR GRUPOS
PUNTUACIÓN AUTOESTIMA

Tabla 15.2.

	PRE-TEST CONTROL	PRE-TEST EXP.	POST-TEST CONTROL	POST-TEST EXP.
PRE-TEST CONTROL	1	.9595 P=.000	.9707 P=.000	.9142 P=.000
PRE-TEST EXP.	.9595 P=.000	1	.9955 P=.000	.9778 P=.000
POST-TEST CONTROL	.9707 P=.000	.9955 P=.000	1	.9598 P=.000
POST-TEST EXP.	.9142 P=.000	.9778 P=.000	.9598 P=.000	1

La Tabla 15.2. muestra según la matriz de correlación, que se refiere al Nivel de Autoestima, en el cual se ve, que se rechaza la hipótesis nula, en consecuencia, indica que la correlación entre post-test del Grupo de Control y el post-test del Grupo Experimental es significativa, en su relación, alcanzando una correlación de un 95.98%, la cual señala que es alta y está próximo al 100%.

Cabe señalar, que se empleará la misma interpretación para extraer el porcentaje, para cada una de las combinaciones. A la vez señalar, que la autoestima, siendo una variable independiente, ha tenido un porcentaje elevado de significancia en el grupo experimental, que en el grupo control: éste último tuvo una mínima mejoría y se mantuvo hasta el final del experimento con un rendimiento escolar No satisfactorio.

CORRELACIÓN FUNCIONAL

La correlación funcional se medirá con un modelo matemático, llamada regresión lineal simple.

El modelo mencionado es:

$$Y_{est} = a + 6X + e$$

Donde Y : representa al Promedio Escolar.

X : representa a la Puntuación de Autoestima.

$a, 6$: parámetros del modelo.

E : Variable exógena o error aleatoria

Los parámetros de este modelo se obtendrán aplicando el método de mínimos cuadrados.

El modelo estimado es el siguiente:

$$Y_{est} = 5.555662 + 0.928553X$$

$$\hat{Y} = \hat{a} + bX, \quad \hat{a} = y - bX, \quad b = \frac{\text{Cov}(X, Y)}{V(X)}$$

Los estimadores mencionados arriba, se obtendrán mediante el paquete estadístico SPSS.

Donde ahora: $\hat{a} = 5,55662$, $b = 0,928553$

Por lo tanto, $\hat{Y} = 5,55 + 0,92X$

Este modelo permite estimar cualquier promedio escolar en función de autoestima, por ejemplo: Si un alumno tiene una autoestima de 36 de puntuación total, entonces, podemos estimar su promedio escolar mediante el modelo anterior: operaciones.

$$Y_{\text{est}} = 5.555662 + 0.928553 * 36 = 38.98$$

Se espera que el estudiante tenga un promedio escolar 38.98, cuando su autoestima es de 36 de puntuación.

COEFICIENTE DE DETERMINACIÓN =

$R^2 = r^2$, donde r = coeficiente de correlación.

El R^2 nos indica, en qué porcentaje está explicado el modelo, con la variable independiente.

Ahora $r = 0,9678$

Por tanto: $R^2(0,9678)^2 = 0,93682 = 94\%$

Como $R^2 = 94\%$, esto significa que los promedios escolares están explicados con la autoestima en un 94%.

EL ANÁLISIS DE VARIANZA

El análisis de varianza es una técnica para probar la hipótesis, de que el modelo planteado: $y = \alpha + \beta X$, es adecuado o no. Para que el modelo esté adecuado, se debe probar la siguiente hipótesis: $H_0: b = 0$ $H_1: b \neq 0$.

Si se acepta H_0 , significa que el modelo no es adecuado. es decir, el modelo es: $Y = \hat{a}$, el cual significa que el promedio escolar no depende de la autoestima. Sin embargo, se ha probado lo contrario. Ahora se realizará el Procedimiento de decisión para probar la Hipótesis sobre el parámetro **6**.

PASO 1.- Plantear las Hipótesis nula (H_0) y alterna (H_1).

$$H_0: \beta = 0, \quad H_1: \beta \neq 0.$$

PASO 2.- Escoger el Nivel de significancia $\alpha = 0,05$.

PASO 3.- Escoger la estadística de prueba:

$$F_0 = \frac{CMR}{CME} \quad \begin{array}{l} CMR = \text{Cuadrado medio de la regresión.} \\ CME = \text{Cuadrado medio del error.} \end{array}$$

PASO 4.- Preparar la tabla de ANOVA, para calcular F_0 .

Tabla 16.1.

FUENTE VARIACION A	SUMA DE CUADRADOS	G.L.	CUADRADOS MEDIOS	FISHER CALCULADO	SIGCIA.
REGRESION	2705.45504	1	2705.45504	682.06633	0
ERROR	182.46163	46	3.96656		
TOTAL	2887.9166	47			

PASO 5.- Conclusión: Rechazar H_0 si el $P < \alpha$

Donde P = La probabilidad de hacer un procedimiento de decisión equivocado.

Según la tabla de ANOVA (Ver tabla 16.1), el valor de $P=0,0001$, significa que $0,0001 < 0,05$, por lo tanto, se rechaza la H_0 , esto quiere decir, que el modelo es adecuado, lo cual el promedio escolar depende del nivel de autoestima.

CAPÍTULO QUINTO

5. DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. DISCUSIÓN

El trabajo de investigación que hemos desarrollado en el sentido empírico, se ha estructurado bajo la forma de desarrollar el nivel de autoestima. Se ha recorrido a través de la medición de Pre-test el nivel de autoestima, que tienen los sujetos del Grupo Experimental y el Grupo Control. Posteriormente se ha realizado un tratamiento al Grupo Experimental que consistía en la aplicación del Método de Incrementar la Autoestima (MIA), subsiguientemente a la finalización del tratamiento se ha aplicado el Post-test en ambos grupos.

En el marco teórico de este trabajo de investigación se ha sostenido que la Autoestima y el Rendimiento Escolar están relacionados entre sí para un rendimiento académico satisfactorio, es la autoestima que juega un papel preponderante, en la medida en que aumenta y disminuye de nivel.

El diseño cuasiexperimental con sentido de Pre-test y Post-test, se ha constituido una estructura y organización esquemática que adoptamos para relacionar y controlar las dos variables en estudio: Autoestima y Rendimiento Escolar.

Por lo tanto, el diseño ha servido como instrumento de dirección para el investigador y ha proporcionado la oportunidad para las comparaciones o relaciones entre las dos variables, y realizar el análisis estadístico de los datos y ver la significancia con los resultados del estudio.

Los sujetos investigados son estudiantes de Primero de Secundaria, cuyo objetivo fue desarrollar la existencia de relación entre autoestima y rendimiento escolar. Estos manifestaban distintos niveles en el proceso de aprendizaje.

Los resultados obtenidos en la investigación estuvieron relacionados con las hipótesis metodológicas y estadísticas, que se plantearon. Sin embargo, es indispensable considerar las apreciaciones siguientes:

Los educandos que presentaban un nivel bajo de autoestima, también mostraban un nivel No Satisfactorio en su rendimiento académico, que llegaba a un porcentaje 53%. Ante esta situación, eran sujetos que se consideraban no predispuestos a experimentarse como competentes para afrontar los desafíos de la vida, ni mucho menos merecedores de logros, por las acciones que realizaban y ser digno de éxito y ser eficaz en las tareas educativas.

Por esta razón, emerge la pregunta: ¿Por qué los alumnos no gozan de un rendimiento académico satisfactorio. Los resulta-

dos obtenidos en la investigación de esta tesis dio la respuesta a la pregunta que se ha formulado.

Son resultados que demuestran que la autoestima está correlacionada significativamente con el rendimiento escolar en los educandos; esto permite decir, que tiene relación con la hipótesis estadística que hemos formulado, porque se demuestra en los alumnos que fueron sometidos a experimento. Por lo tanto, la autoestima alta en los estudiantes es determinante, como condición que va a permitir un rendimiento académico satisfactorio. En consecuencia, se puede deducir que la autoestima es significativa para el aprendizaje.

Si bien los resultados que se han obtenido en la primera Etapa de la Investigación, con la aplicación de la prueba de Pre-test, ha permitido apreciar los niveles de Autoestima y su correspondencia con la hipótesis metodológicas, que fueron **operacionalizados** en las hipótesis estadísticas para su demostración.

El Método para Incrementar la Autoestima ha constituido la esencia fundamental, para realizar el tratamiento de este trabajo de investigación **experimental**, basado en el proceso de aprendizaje dentro del marco educativo, cuya acción fundamental es el de elevar el nivel de autoestima y el rendimiento escolar en los sujetos del grupo experimental, y facilitar que el educando sea competente en sus actividades

educativas, dentro de una dinámica de fortalecimiento e incremento del fenómeno.

Los resultados que se han obtenido en el grupo experimental tienen una relación con la hipótesis estadística, como consecuencia de un desarrollo cuantitativo del nivel de autoestima y una evolución cualitativa, porque se logró una correlación altamente significativa: 95%, 97%, entre autoestima y rendimiento escolar. Es obvio que no todos del grupo experimental rindieron de semejante manera en su aprovechamiento, sin embargo, se ha apreciado un nivel de rendimiento escolar satisfactorio. Por esta razón, los estudiantes con un nivel elevado de autoestima tendrán mayor espacio de ser competentes en todas las asignaturas y no se sentirán desvalorizados ni acomplexados por un autoconcepto negativo y una imagen negativa de sí misma.

Las diversas variaciones significativas que se encontró en el grupo experimental, respecto al nivel de autoestima y rendimiento escolar, consisten en probar la hipótesis metodológica y estadística, gracias al incremento del fenómeno, que ha permitido que los sujetos rindan académicamente en el sentido satisfactorio y óptimo.

Al inicio del experimento los sujetos tenían promedios de reprobación y no mostraban características de ser competentes en su aprendizaje. Con la aplicación del Método de

Incremento de Autoestima las actitudes de los educandos fueron cambiando, a partir de una autoaceptación, una autenticidad y una congruencia.

Durante el proceso de tratamiento los sujetos asumieron una actitud de descubrimiento personal de sus potencialidades y de fomentar la eficacia personal, que significaba la confianza en el funcionamiento de su mente, de su capacidad para pensar, para entender, para elegir y tomar decisiones. A la vez, pudieron desarrollar la confianza en su capacidad para entender los hechos de la realidad, que entran en el contexto de sus intereses y sus necesidades. Finalmente, asumieron una actitud de creer en él mismo y de tener confianza en sí mismo para un aprendizaje significativo, dejando de lado las actitudes negativas de ser incompetentes para lograr objetivos.

Los educandos del experimento asimilaron otro componente de la autoestima, el respeto a uno mismo que significaba para ellos el reafirmarse en su propia valía personal de estudiantes, de reafirmarse en forma apropiada en sus pensamientos, sus deseos y necesidades, dentro de un marco de pensamientos positivos. En suma, dejaron las actitudes negativas respecto hacia sí mismo, mostrando un autorespeto.

Por este mismo hecho, la hipótesis que se ha planteado para nuestro estudio, el de verificar si los niveles de autoestima

tienen relación con el rendimiento escolar, queda probada por el análisis que se ha realizado.

Sin embargo, el Grupo Control participó de las dinámicas de grupos, con temas relacionados a la **solidaridad**, el respeto, la cooperación, la creatividad, la amistad y el amor. El interés que mostró el grupo fue relativamente participativa.

5..2. **CONCLUSIONES**

El estudio de la Autoestima y Rendimiento Escolar, sólo se puede comprender a partir de un proceso de desarrollo, que permitirá su comprensión sobre el nivel de aprendizaje satisfactorio o no satisfactorio en los estudiantes. Por esta situación, los resultados obtenidos han respondido a los objetivos generales y específicos que se plantearon.

Por esta razón, se concluye que el educando que posee un buen nivel de autoestima se inclina a rendir, en forma **satisfactoria**, en el proceso de aprendizaje. En tal virtud, existe una correlación estrecha entre los niveles de autoestima que tienen los educandos y su rendimiento **escolar**; esto corrobora los cambios significativos de los puntajes y calificaciones, que sufrieron en las etapas del Pre-test y Post-test. Por lo tanto, la variable autoestima es la que ha sufrido mayores **cambios**, debido al empleo del Método para Incrementar la Autoestima (MIA).

La operativización del Método para incrementar la Autoestima ha sido efectivo como instrumento para lograr elevar el nivel de autoestima y mejorar el rendimiento escolar en los estudiantes; sin embargo, ha sido a través de un proceso de tratamiento.

- En la prueba de hipótesis de la variable dependiente Rendimiento escolar: grupo experimental y grupo control, se ha apreciado un cambio **significativo**, es decir que el grupo experimental al inicio del experimento empezó con una calificación de 31.25 etapa **pre-test**, sin embargo, con la aplicación del Método **MIA**, alcanzó a 47.41 de calificación. No ocurrió lo mismo con el grupo control que tuvo una calificación en la etapa **pre-test** 31.08 y **post-test** 33.41. En la prueba de hipótesis de la variable independiente autoestima: el grupo experimental, tuvo un desarrollo a partir, del puntaje de **pre-test**, con una puntuación de 26.75, luego se aplicó el Método **MIA**, donde alcanzaron una puntuación de 43.66 etapa **post-test**. En cambio, el grupo control se mantuvo con una puntuación baja como en el **pre-test**, 28.91 y **post-test** 30.91.

Debemos destacar el cambio de actitud de los estudiantes del Grupo **Experimental**, que se dio en forma progresiva, en la medida en que se ha aplicado los ejercicios del Método para Incrementar la Autoestima (**MIA**); etapa por etapa rindieron sus frutos al fortalecer el nivel del fenómeno en los educandos

del experimento. Los resultados del tratamiento permitieron corroborar la hipótesis metodológicas de nuestra investigación. No se puede decir lo mismo del Grupo Control, porque los resultados fueron poco significativo en su rendimiento escolar y casi nada en el fenómeno psicológico.

Las variaciones significativas que ha logrado el Grupo Experimental en el aumento del nivel de autoestima, manifiestan la relación estrecha de dependencia con el rendimiento escolar, en sentido cuantitativo y cualitativo.

Es fundamental, señalar que este trabajo de investigación ha cumplido con sus objetivos, el de probar las hipótesis que se plantearon, y se pudo evidenciar la correlación de las dos variables: Autoestima y Rendimiento Escolar, que están estrechamente vinculadas en el proceso de aprendizaje de los alumnos. Hablar sobre el nivel alto de autoestima es entender que el alumno se sienta competente para un proceso de aprendizaje significativo, donde la acumulación de conocimientos nuevos a ideas previas, asignan un significado propio a través de las actividades por descubrimiento y actividades por exposición, y sea un educando activo del proceso, en tanto relaciona nuevos conocimientos con su estructura cognitiva.

Los resultados que se han presentado confirman las hipótesis y corroboran a las teorías, en el que se encontraban ciertas

investigaciones y antecedentes válidos, y que han fundamentado esta investigación.

Finalmente, decir que el nivel de autoestima y rendimiento escolar están correlacionado significativamente, porque los resultados estadísticos demuestran, que existe un 96.79% de correlación entre el grupo experimental y control, en la etapa post-test de la variable promedio escolar. La variable autoestima llega a un 95.98 % de correlación que es significativa, en ambos grupos: experimental y control, etapa post-test, ambos están muy cerca al 100%, el cual permite decir que la autoestima influye básicamente en el proceso aprendizaje. En suma nuestra hipótesis de investigación: Los niveles de autoestima de los alumnos tienen relación con el rendimiento escolar, quedó probada empíricamente, donde se rechazó cada una de las hipótesis nula, que nos planteamos para prueba de hipótesis, escogiendo la prueba de estadística: el valor P.

5.3. RECOMENDACIONES

Tomar conciencia de la trascendencia de la autoestima, es darse cuenta de una realidad de la educación de este recurso psicológico en las unidades educativas, porque marca la adquisición de nuevas actitudes respecto al proceso enseñanza-aprendizaje. El sujeto de la educación desarrolla con

este estilo, una autoimagen positiva, que le permitirá influir, en forma satisfactoria un rendimiento escolar.

En este sentido, la educación de la autoestima no sólo debe enmarcarse en una mera información somera, sino que debe considerarse a partir de un proceso de educación, desde el núcleo familiar, donde el educando desarrolla sus potencialidades internas y su personalidad. Por esta razón, se debe elaborar proyectos con contenidos y prácticas sólidas, y aplicables a nuestra realidad psicológica, de tal manera, proponemos lo siguiente:

- Realizar un diagnóstico, para la toma de conciencia del fenómeno de autoestima, en el proceso enseñanza-aprendizaje, en la administración y en padres de familia, por ser otro de los elementos fundamentales de la educación de los educandos.
- Realizar charlas o conferencias a los padres y docentes para la toma de conciencia de la autoestima como uno de los factores que motiva el aprendizaje y permite un aprendizaje significativo.
- El fomento de la autoestima debe integrarse en la currícula para que el educando sea perseverante en el estudio y se prepare psicológicamente para un mundo cambiante, donde la mente es fundamental.
- Crear programas específicos para el Sistema Educativo, orientados a fomentar la autoestima en los

educandos y preparar a los docentes para el manejo del programa en el aula y hacer extensivo a los padres de familia en actividades de reuniones.

- Crear en cada unidad educativa un Departamento de Asesoramiento psicológico, que permita orientar el manejo de programas de fortalecimiento de la autoestima en la comunidad.

Para terminar, es preciso realizar una autoevaluación de la investigación, remarcando los aspectos positivos y negativos que se presentaron. Destacar en principio, el marco teórico ha sustentado por autores humanistas: Branden, Alcántar y C. Rogers, en base de esta teoría fue estructurado el trabajo.

Relativamente encontramos aspectos negativos que alargaron nuestra investigación, que fueron interrupciones: paros del magisterio que fue factor de interrupción de las sesiones. otros factores fueron: exámenes y actividades de colegio.

Otro aspecto limitante es el de no haber profundizado el estudio, señalando la causa-efecto, y determinar el momento en que surge el nivel alto y el nivel bajo del fenómeno.

La investigación tuvo sus límites al no profundizar los factores posibles que influyen en la persona de baja autoestima, como ser: la familia, la comunidad educativa y su contexto laboral, en el que está inmerso el estudiante trabajador.

REFERENCIAS

- Alcántara, J.A.** (1995). Como Educar la Autoestima.
(3era. ed.). Barcelona: CEAC.
- Ander-Egg, E.** (1993). Técnicas de Investigación Social.
(23 Ed.) B. Aires: Magisterio del Río de la Plata.
- Ander-Egg, E. (1997). Diccionario de Pedagogía.
Buenos Aires: Editorial Magisterio.
- Aneiva, I.G.** (1987). Redacción y Presentación Formal.
Bolivia: La Paz.
- Ausubel, D. (1983). Psicología Educativa. Trillas. México.**
- Ardiles, M.F. (1975). La Actitud Psicoterapéutica.
Buenos Aires: **Bonum**
- Avila, A., Y Rodríguez, C. (1992). Psicodiagnóstico Clínico.**
Madrid: Eudema Universidad.
- Avolio, S.** (1979). Planeamiento del Proceso de **Enseñanza-
Aprendizaje. (4a. reimpresión).** Buenos Aires: Marymar.
- Avolio, S.** (1979). La Tarea Docente. (4a. reimpresión).
Buenos Aires: **Marymar.**
- Beed, Homer (1963). Psicología de las materias de enseñanza
primaria. México. Hispanoamérica.
- Bonet, J.** (1994). Sé Amigo de Ti Mismo. (2a. Ed.).
España: Sal Terrae.
- Branden, N.** (1991). Cómo Mejorar su Autoestima. (Trad.L.

- Wolfson**). España: Paidós.
- Branden, N.** (1993). El Poder de la Autoestima. (**Trad. M.V. Arauz**). Argentina: **Paidós**.
- Branden, N.** (1995). Los Seis Pilares de la Autoestima_)
(**Trad. J. Vigil**). España: Paidós.
- Branden, N.** (1997). El Respeto hacia uno mismo. (**Trad. M.L. Senestrari**). España: Paidós.
- Branden, N.** (1997). Cómo llegar a ser autorresponsable.
(**Trad. M. Jiménez**). Argentina: Paidós.
- Branden, N.** (1998). El Arte de vivir Conscientemente.
(Trad. Montserrat Basté). España: Paidós.
- Bricklin, P.** Y **Barry** (1975). Causas Psicológica del Bajo ,
Rendimiento Escolar. México: **Pax-México**.
- Briones, G.** (1995). Preparación y Evaluación de Proyectos
Educativos. (2da. **Ed.**). **Colombia**: Guadalupe.
- Buendía, J.** (1996). Psicopatología en Niños y Adolescentes.
Madrid: Pirámide_
- Calero, M.** (1997). Constructivismo. Perú: San Marcos.
- Carreras, LL., Eijo, P., Estany, Ma., Gómez, T., Guich, R., Mir, V.,
Ojeda, F., Planas, T.** Y **Serrats Ma.G.** (1997) Cómo
Educar en Valores. (Sta. **Ed.**). España: **Narcea**.
- Castro, C.** (1972). Técnica de la Dirección del Aprendizaje.
Bolivia: Burillo.
- Child, I.** (1975). Psicología Humanística.
México: Limusa
- Escotet, M.** (1979). Estadística **Psicoeducativa**. México. **Trillas**

- Freire, P. (1987). Pedagogía del Oprimido.
Perú: Lima.
- Goleman, D. (1998). La Inteligencia Emocional. (Trad. de E. Mateo). Argentina: Buenos Aires.
- Gondra, J.M. (1984). La Psicoterapia de Carl Rogers. (**4ta. Ed.**). España: Desclée de Brouwer.
- Gronlund, N. (1978). Elaboración de Test Aprovechamiento. (**2da. Reimpresión**) México: Trillas.
- Hamachek, D. (1970). La Motivación en la Enseñanza y el Aprendizaje. Argentina: Buenos Aires.
- Hiebsch, G.C. (1966). Psicología del Niño Escolar.
México: **Grijalbo, S.A.**
- Jaramillo, J.A. (1994). Educación **Personalizada. (6ta. Ed.)**. Colombia: Indo-American Press Service.
- Landsheere, G. (1973) Evaluación Continua y Examen.
Argentina: El Ateneo.
- Ley de la Reforma Educativa. (1994). El Honorable Congreso Nacional. Unidad de Comunicación de la Secretaría Nacional de Educación. Ministerio de Desarrollo Humano.
- Luzuriaga, L. (1971) . Pedagogía. (Décima Ed.)
Argentina: Losada **S.A.**
- Martínez, B.** (1986). Causas del Fracaso Escolar y Técnicas " para Afrontarlo. (3a. **Ed.**). España: **Narcea.**
- McKay, M. Y **Fanning, P.** (1991). Autoestima: Evaluación y Mejora. (**Trad. J.Vigil**). Barcelona: Martínez Roca.
- Mead, M., Allport, G.** Y Rogers, C. (1978). La Educación y la

- Personalidad del Niño. Buenos Aires: Paidós.
- Merani, A.** (1979). Diccionario de Psicología.
México: Grijalbo.
- Mora, G. (1995). Valores Humano y Actitudes Positivas_
Autoestima. Colombia: Rocío Cárdenas.
- Mruk, C. (1998). Autoestima Investigación- Teoría y
Práctica. (**Trad. J. Aldekoa**). Bilbao: Desclée **Brouwer**.
- Nérici, I. (1973)**. Hacia una Didáctica General Dinámica.
(2da. Ed.). Argentina: Kapelusz.
- Organización Pedagógica. (1996). (**2a. Ed.**). Ministerio de
Desarrollo Humano Secretaría Nacional de Educación.
- Palladino, C.** (1992). Cómo Desarrollar la Autoestima.
(Trad. T. Carter). México: Iberoamérica.
- Papalia, D.** (1990). Psicología del Desarrollo de la
Infancia a la Adolescencia. (**Trad. J. Villamizar**).
(**2da. Ed.**). México: Cámara **Nal. de** la Industria.
- Peretti, A.** (1979). El Pensamiento de Carl **Rogers**.
(**Trad. M. Sansalvadó**). España: Sociedad de **Ed. Atenas**.
- Poeydomenge, M.L. (1986). La Educación según **Rogers**.
Madrid: **Narcea**.
- Pope, A., McHale, S. Y Craighead, W.E.** (1996). Mejora de la
Autoestima: Técnicas para Niños y Adolescentes.
España: Martínez Roca.
- Raffo, L. (1993)**. Autoconcepto del Niño Escolar.
Perú. San Marcos.
- Raffo, L. (1993)**. **Bases** Psicoeducativas. **Perú. San Marcos**.

- Reglamento de Evaluación. Programa de **Mejoramiento.** (1996)
Ministerio de Desarrollo Humano. Secretaría Nacional
de Educación.
- Ribeiro, L.** (1997). Aumente su Autoestima. (Trad. A. **Nure-**
ddin). España: Urano.
- Rodríguez, M.** (1988). Autoestima Clave del Exito Personal.
México: El Manual Moderno.
- Rogers, C.** y Kinget, G.M. (1971). Psicoterapia y Relaciones
Humanas. (T. II). (Trad. M. Valcarce).
Madrid: Alfaguara. (Trabajo original publicado 1967)
- Rogers, C.** (1979). Grupos de Encuentro. (Trad. **M.A. Payró**).
Argentina: Amorrortu editores Buenos Aires.
- Rogers, C.** (1980). El Poder de la Persona. México: Manual
Moderno.
- Rogers, C.** (1986). El Proceso de Convertirse en Persona.
(4ta. reimpresión). (Trad. L.R. Wainberg). México: **Paidós**.
- Rogers, C.** (1993). Psicoterapia Centrada en el Cliente_
(Trad. S. Tubert). México: **Paidós**.
- Rogers, C.** Y Freiberg, H.J. (1996). Libertad y Creatividad
en la Educación. **(3a. Ed.)**. **(Trad. J.S. Chic)**. España:
Paidós. (Original Freedom to learn 1975).
- Satir, V.** (1981). Relaciones Humanas en el núcleo Familiar.
México: **Páx-México**.
- Schoning, F.** (1990). Problemas de Aprendizaje. **(Trad. M.** del ✓
del C. Carrillo). México: Trillas.
- Suxo, N. (1998). Apuntes de Perfil de Tesis.

- Cochabamba: Educación y Cultura.
- Tierno,B.** (1989). Tú hijo:Problemas y conflictos. **(2a.Ed)**
España: Nuevo Siglo-Temas de hoy.
- Tierno,B.** (1996). Valores Humanos. (Unodécima **Ed.**).
España: Taller de Editores.
- Valero,J.M.** (1976). Educación Personalidad.
Madrid: Paulinas.
- Voli,F.** (1996). Autoestima para Padres. (2a. **Ed.**).
España: San Pablo.
- Voli,F.** (1998). La Autoestima del Profesor. **(2a.Ed.)**.
España: PPC.
- Wittig,A.** (1988). Introducción a la Psicología.
(Trad. E. Dulcey Ruiz). México: **Calypso**.
- Woolfolk,A.** (1996). Psicología Educativa. **(6a.Ed.)**
México: Prentice-Hall Hispanoamérica.
- Yagosesky,R.** (1998). Autoestima.
Venezuela: San Pablo.

APÉNDICE A
PUNTUACIÓN PARA TEST DE AUTOESTIMA

PUNTUACIÓN PARA EL TEST DE AUTOESTIMA

NOMBRE

CURSO

EDAD

INSTRUCCIONES:

Las siguientes preguntas nos ayudan saber cómo los compañeros y y las compañeras piensan y sienten ante diferentes situaciones.

No hay respuestas buenas ni malas. Sólo tú conoces tus sentimientos reales. Es importante que **respondas, cómo** te sientes realmente, no cómo los demás piensan que deberías sentirte.

	Me siento así:
1. Me gusta como soy.	Casi Algunas Casi siempre veces nunca
	Me siento así:
2. Estoy decepcionado con mis notas.	Casi Algunas Casi siempre veces nunca
	Me siento así:
3. Soy demasiado torpe.	Casi Algunas Casi siempre veces nunca
	Me siento así:
4. Soy un miembro importante de mi familia.	Casi Algunas Casi siempre veces nunca
	Me siento así:
5. Me preocupa gustar a los demás amigos y amigas.	Casi Algunas Casi siempre veces nunca

- Me siento así:
- 26_ Soy demasiado inactivo o lento con el trabajo del colegio,
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca
27. Me gustaría que mi peso fuera diferente.
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca
28. Soy un buen hijo/a.
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca
29. Me siento solo/a.
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca
30. Por la mañana tiendo mi cama sin que tenga que recordármelo.
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca
31. Soy una buena persona.
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca
32. Me siento bien cuando estoy en el colegio.
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca
33. Tengo una bonita sonrisa.
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca
34. Mis padres tienen motivos para estar orgullosos de mí.
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca
35. Me gustaría hacer amigos y amigas con mayor facilidad,
 Me siento así:
 Casi Algunas Casi
 siempre veces nunca

		Me siento así:		
36. Haría trampas para ganar en un juego.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
37. Estoy satisfecho con mi forma de ser como soy.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
38. Soy torpe para realizar los trabajos de las materias que llevo,	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
39. No estoy satisfecho con mi apariencia de mi persona.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
40. Tengo una de las mejores familias.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
41. Me gustaría tener amigos a los que realmente gustase mi persona.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
42. Me despierto y me duermo a la hora conveniente sin rechistar.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
43. No soy hábil_	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
44. Creo que mis notas son bastantes muy buenas.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
45. Soy bueno en los deportes y juegos que me gustan participar,	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....				

		Me siento así:		
46. Decepciono a mis padres y mi familia.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
47. Puedo hacer amigos cuando quiero en el colegio y en cualquier parte.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
48_ Me enojo cuando mis padres no me dejan hacer lo que quiero_	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
49. Siento que he fracasado.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
50. Me gusta parecerme a otra persona.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
51. Me gustaría ser un estudiante competente en todas las materias,	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
52_ Creo que mis padres serían felices si yo fuera diferente en todo_	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
53. Tengo bastantes amigos y amigas.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
54. Me aseo todos los días y me lavo los dientes después de cada comida.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....	Me siento así:			
55. No me siento merecedor de mis éxitos, ni orgulloso de mí mismo.	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	
.....				

APÉNDICE 11
MÉTODO PARA INCREMENTAR LA AUTOESTIMA

MÉTODO PARA INCREMENTAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA

La aplicación del Método para Incrementar la Autoestima ha sido estructurado en base a los aportes técnicos de José Antonio Alcántara (1995) "Cómo Educar la Autoestima", ha servido de instrumento para incrementar el fenómeno **psicológico; incluye** la técnica de utilizar frases incompletas propuestos por Nathaniel Branden, que se ha utilizado con el propósito de llegar a la comprensión de sí mismo y su fortalecimiento de la autoestima.

El proceso de desarrollo de la autoestima se dio por dos fuentes: la fuente exterior y la fuente interior del sujeto. Se desprende de la primera tres vertientes, las cuales tienen las siguientes características: la primera es la observación de sí mismo, en la medida en que se producen autoevaluaciones por las competencias alcanzadas; la segunda es la asimilación e interiorización de la imagen que proyectan sus compañeros de curso hacia el sujeto; la tercera, se produce el cambio en la experiencia y se da la aceptación del sí **mismo**. La fuente interior tiene el propósito de llevar al sujeto a la comprensión de sí mismo, elevar el nivel de competencia y el respeto al sí mismo. Desarrollemos las dos fuentes_

FUENTES EXTERIORES DE LA AUTOESTIMA

Consta de tres fases_

FASE PRIMERA: ESTRATEGIA DEL REFLEJO

Es una estrategia que permitirá la construcción de la autoimagen y el autoconcepto del sujeto, redescubriendo a partir de la opinión de sus compañeros: Cómo lo ven_ Tienen que ser congruentes: Cómo soy. Sin **embargo, el** objetivo de esta estrategia es reflejar las cualidades y competencias que se observan en el educando, para ello tuvieron que desarrollar nueve prácticas.

PRIMERA PRÁCTICA

MATERIAL: Cuaderno y lápiz.

TIEMPO: 50 minutos

Se invita a todos los alumnos del experimento a sentarse en círculo.

Se dan las instrucciones de las características de la práctica. Se pide un voluntario para que se siente en el medio, para que sus compañeros expresen cualidades positivas, desde el momento en que lo hayan conocido. El sujeto se limitará a escuchar los mensajes amistosos que le envíen sus compañeros dirigiendo la vista a quien le dirige las palabras, sin realizar ningún **comentario, finalmente** al terminar todas las participaciones, agradecerá a toda la clase, luego se irá a su sitio.

De igual manera, se anima a los otros del grupo a participar, y puedan pasar al medio para que reciban mensajes positivos de sus compañeros. Mientras **tanto, el** facilitador anota cada una de las intervenciones en un cuaderno, registrando las cualidades favorables en cada hoja para cada alumno. **Finalmente, el** facilitador entregará a cada sujeto la hoja que le corresponde. En suma esta práctica modificará el autoconcepto del estudiante, modificando su autoestima.

SEGUNDA PRÁCTICA

Tiempo 40 minutos

Se les pide que formen dos filas paralelas de bancos, formando parejas.

Durante tres minutos se pregunten por parejas y respondan a la siguiente pregunta: ¿Qué ves de bueno en mi forma de ser? es necesario que sean auténticos, abiertos, comunicativos y muestren interés por el compañero de a lado.

Después de los tres minutos deben cambiar de sitio pasando al sitio de adelante y así sucesivamente hasta el final.

Finalmente, se forma un círculo para evaluar la práctica, donde se realizan las siguientes preguntas: ¿Nos ha gustado? ¿Nos conocemos un poco mejor a nosotros mismos? ¿Sabían cada uno que poseía las cualidades que han expresado tus compañeros?. Terminamos que siempre deben recordar la práctica.

TERCERA PRÁCTICA

MATERIAL: Cuaderno y lápiz

Tiempo 40 minutos

Se pide que los alumnos durante cinco minutos piensen en una o más cualidades sobresalientes y la puedan escribir.

Luego les invitamos a que lo digan en voz alta, con decisión y **seguridad: Me** siento satisfecho de **ser...** . Esto es corroborado y confirmado por sus compañeros_ Cerramos la sesión agradeciendo la sinceridad y cordialidad de todos_

CUARTA PRÁCTICA

MATERIAL: Tarjetas, lápices y hojas.

Tiempo 60 minutos

Se organiza en tres grupos. Repartimos tarjetas tamaño fichas y una cuartilla:

Mi nombre:

Cualidades más advertidas por mis compañeros

Qué siento ante lo que me han dicho:

Les pedimos que escriban en la tarjeta algunas cualidades positivas que conozcan de un compañero del grupo y luego le entreguen al interesado_

Cada discente llena su tarjeta con las otras que le llegaron de sus compañeros del grupo.

Después uno **por uno** van leyendo ante el grupo_

Luego entrega a un miembro del grupo para que lo lea y comprenda las palabras escritas.

Todos en círculo y cada uno lee en voz alta las cuartillas de sus compañeros.

QUINTA PRÁCTICA

Tiempo de 60 minutos.

Se formó dos grupos, para repartirles un folio a cada uno, para que escriban su nombre con letras mayúsculas en la parte superior, para luego pasar al de su derecha.

Este escribe cualidades positivas durante tres minutos sobre su compañero. Luego de haber concluido el tiempo, pasan rápidamente al de su lado.

Cada folio volverá a su titular, luego leerá lo que le escribieron sus compañeros_

Intercambian cada uno los folios para redactar un resumen de todo lo que está escrito, con un titular: **ASÍ HEMOS VISTO A NUESTRO COMPAÑERO (SU NOMBRE)**.

Situados en círculo, cada uno lee en voz alta el resumen, luego se entrega a su titular.

SEXTA PRÁCTICA

MATERIAL: Hoja y lápiz

Tiempo 60 minutos

Se prepara una ficha sin nombre, en la cual está las cualidades y habilidades o destrezas del alumno_ Sólo se coloca un número.

Cada miembro del grupo lee en silencio y anotando secretamente el nombre al titular que corresponde.

Se recoge todas las fichas para ser leída y preguntar: ¿A quién corresponde la ficha?, después de las intervenciones se

devela el nombre del sujeto que corresponde_

Al final de la práctica se escucha los aciertos que han tenido los miembros del grupo, fundamentalmente los máximos.

SÉPTIMA PRÁCTICA

MATERIAL: Hoja y lápiz.

Tiempo 60 minutos.

Se entrega pequeños papelitos, en el cual escriben su nombre para luego ser doblados y depositar en una caja; acto seguido cada uno va retirando al azar uno de ellos_ Una vez que el compañero tiene un nombre, procede a redactar una carta en un tiempo prudencial, para luego ser entregado a su destinatario que **corresponde, éste** al otro lado de la hoja redacta otra carta, con el título: RESPUESTA.

La lectura se realiza en forma privada y nuevamente vuelve a su destinatario para ser conservado discretamente como algo suyo de importancia.

OCTAVA PRÁCTICA

MATERIAL: **Hoja** y lápiz.

Tiempo 60 minutos

Cada alumno debe rellenar en una tarjeta los siguientes datos: Nombre_ Principal rasgo físico. Afición más **importante**. Profesión que desea alcanzar_ Persona con la que se identifica. Cualidad personal más **sobresaliente**.

Por parejas se reúnen para presentar el contenido y entregar a su compañero. Así sucesivamente cambian de pareja para

leer y explicar el contenido_

En posición de círculo cada alumno hace la presentación de su compañero.

NOVENA PRÁCTICA

MATERIAL: Bolsita, hoja y lápiz.

Tiempo 50 minutos

Se prepara una bolsita donde están todos los nombres de los alumnos, cada uno de ellos saca un nombre que no sea el suyo y en una cuartilla escribe una misiva al compañero, cuyo nombre había sacado.

Escribe tomando los siguientes puntos: a) ¿Qué te gusta de ese compañero? b) ¿Qué cosas has visto que hace bien? **c) felicítale** por algo.

Una vez que hayan terminado, todo el grupo se coloca en círculo para dar lectura en voz alta.

Es comentado la misiva entre el autor y el destinatario sobre lo que se ha escrito.

FASE SEGUNDA: ESTRATEGIA AUTOINSPIRACIÓN

El educando es quien fabrica en su imaginación e intelecto la percepción de sí mismo, en la medida en que el alumno haya pasado una experiencia cotidiana significativa y positiva.

EL AUTOESPEJO

DIARIO PERSONAL

MATERIAL: Un cuaderno_ Duración una semana.

Cada día anotarán una o varias actitudes y obras que hayan realizado en la jornada.

Se guiarán de acuerdo con las siguientes preguntas: ¿Qué hice? ¿Dónde lo hice?. Deben escribirlo con autenticidad_ Deben escribirlo por las noches para mayor concentración. Después de una semana todo el grupo experimental ha de reunirse para dar lectura a los diarios respectivos.

Después de un mes continuarán con el ejercicio_

LA CARTA

MATERIAL: Papel carta y lápiz.

Los alumnos redactan una misiva a un ser **familiar, un amigo, a un docente, etc.** El contenido de la carta debe presentar la descripción de algunas conductas buenas y éxitos logrados. La actividad se concluye con la lectura y la entregan a su destinatario.

ANUNCIO DE sí MISMO

MATERIAL: Papel y lápiz.

Tiempo de duración 50 minutos

Los educandos elaboran un anuncio de sí mismo para un periódico, describiendo las cualidades personales y sus capacidades. Transcurrido el tiempo necesario, se forma un círculo y se procede a dar lectura.

AUTOINSTRUCCIÓN

Tiempo de duración tres semanas, de 60 minutos.

El alumno realiza un diálogo consigo mismo, valorándose como

persona que posee aptitudes **positivas**. Siguiendo el modelo siguiente: "Me gusta estudiar, me gusta conocer cosas nuevas, soy un buen **estudiante** ,tomando diferentes actitudes en el tono de voz, alto, suave y en silencio, para repetir la frase. El facilitador actúa como modelo_ Luego los sujetos repiten imitando el ejemplo cambiando el tono de voz_ Se termina preguntado: ¿Quiere alguien de ustedes decir como se ha sentido?.

Terminamos con una recomendación: que lo vuelvan a repetir cuando estén estudiando. Al programa agregaron once frases más: Soy responsable, agradecido, cuidadoso, alegre, admirador de la belleza, pacífico, deportista, servicial, colaborador independiente y auténtico. Cada palabra es para cada día_ Debe utilizar un cuaderno, para escribir las frases: Yo soy responsable, yo cumplo con mis promesas, yo realizo las tareas que me encargan, yo realizo mis tareas de todas las asignaturas.

LA INOCULACIÓN

MATERIAL: Papel y lápiz.

Tiempo 60 **minutos**.

Se reparte una cuartilla, donde el alumno escribe a su compañero un mensaje con un contenido negativo y acusativo_ Se recoge todas las acusaciones y se vuelve a entregar para que escriban una autodefensa a la acusación.

Se termina el ejercicio, donde el facilitador lee la acusa-

ción del alumno que está a la derecha, luego éste se defiende contestando con su autodefensa.

FASE TERCERA: CAMBIO DE ACTITUD HACIA SÍ MISMO.

DRAMATIZACIÓN

Se explica la técnica de la dramatización: identificación con el personaje.

Se sortea los personajes de acuerdo a la necesidad de incrementar la **autoestima, los** temas son: Estudioso y responsable, sincero y auténtico, creativo y autónomo, comunicativo y animador, solidario y sociable, honesto y congruente.

Los alumnos representan en 15 minutos de duración su papeles. En cada intervención, se forma un círculo para analizar e interpretar en forma positiva, remarcando las actitudes que ayudarán a mejorar su autoestima. Esto posibilita un cambio de actitud hacia sí **mismo, mejorando** su autoimagen.

FUENTES INTERIORES DE LA AUTOESTIMA

FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA Y LA
COMPRENSIÓN DE **SÍ** MISMO.

MATERIAL: Cuaderno

FICHAS: Marco teórico de los Pilares de la Autoestima.

Este enfoque está centrado en la acción del sujeto que

realiza; es a partir del alumno de lo que decida hacer para incrementar y mantener su **autoestima**. (Ver Apéndice C.)

CRITERIOS.- Señalaremos los más esenciales:

VIVIR **CONSCIENTEMENTE**.- **Respetar** la realidad, hechos y verdad.

ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO.- Aceptarse a sí mismo, como uno es, sin rechazarse de lo que hicimos.

RESPONSABILIDAD DE **MÍ** MISMO.- Ser autónomo, ser responsable de uno mismo, de las decisiones, del control de nuestra vida.

AUTOAFIRMACIÓN.- Respetar necesidades, valores, valerme por mi mismo, vivir nuestro propio juicio, tratarme con respeto.

VIVIR CON PROPÓSITO.- Tener **plan, objetivos** y autodisciplina.

INTEGRIDAD Y AUTENTICIDAD.- Ser coherente, sincero, cumplir con nuestra palabra.

Los pilares de la autoestima deben ser practicadas en forma indispensable para la salud de la mente y el funcionamiento efectivo de toda persona. La técnica consiste:

Completar frases para fortalecer la autoestima y la comprensión de sí mismo, se debe realizar con **autenticidad**. Se presenta el programa con principio de oraciones a los alumnos. Son frases incompletas para ser agregadas con diferentes terminaciones hasta completar la oración_ Debe completarse lo más rápidamente posible y sin pausa para pensar, dejar fluir las palabras, no importa **inventar, aunque** el final sea verdadero o falso, o **significativo, tomando** en cuenta los criterios bases.

APÉNDICE C
TÉCNICA DE FORTALECIMIENTO DE
AUTOESTIMA Y COMPRENSIÓN DE SÍ MISMO

TÉCNICA DE FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA Y LA
COMPRENSIÓN DE SÍ MISMO

NOMBRE CURSO

INSTRUCCIONES:

1. Lee atentamente cada una de las frases incompletas.
2. Completa cada frase con cuatro finales diferentes o más, si crees conveniente.
3. Debes completar lo más rápidamente posible y sin pausas para pensar, no importa si el final es verdadero o falso o **significativo**, o puedes inventar.

PRÁCTICA DE VIVIR CONSCIENTEMENTE

1. Vivir de manera consciente significa para mí:

.....
.....
.....
.....

2. Si apporto un 5% más de conciencia a mis actividades de alumno, me siento así:

.....
.....
.....
.....

3. Si presto más atención hoy a mi manera de relacionarme con mis compañeros de curso, mi familia y amigos, me siento así:

.....
.....
.....
.....

4. Si presto más atención a los deberes del colegio, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

5. Si apporto un 5 % más de conciencia a mis inseguridades, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

6. Si apporto un 5 % más de conciencia a mis objetivos de estudiante, me sentiré así .

.....
.....
.....
.....

PRÁCTICA DE LA ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO

1. La aceptación de mí mismo significa para mí:

.....
.....
.....
.....

2. Si acepto más mi propio cuerpo, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

3. Cuando niego y rechazo mi cuerpo, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

4. Si acepto más mis conflictos, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

5. Cuando niego o rechazo mis conflictos:

.....
.....
.....
.....

6. Si acepto más mis acciones, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

7. Cuando niego y rechazo mis sentimientos, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

8. Si acepto más mis pensamientos, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

9. Cuando niego y rechazo mis pensamientos, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

10. Estoy cobrando conciencia de:

.....
.....
.....
.....

11. Sí estoy dispuesto a ser realista sobre mis aspectos
positivos y mis fallas de estudiante, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

12. Si acepto más mis temores en clases, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

13. Cuando niego y rechazo mis temores, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

14. Si acepto más mi alegría, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

15. Cuando niego y rechazo mi alegría, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

16. Si apporto un alto nivel de conciencia a mis temores,
me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

17. Cuando pienso en las consecuencias de no aceptarme
a mí mismo, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

18. Estoy empezando a ver que me estoy sintiendo así:

.....
.....
.....
.....

LA PRÁCTICA DE LA RESPONSABILIDAD DE SÍ MISMO

1. La responsabilidad de mí mismo significa para mí:

.....
.....
.....
.....

2. La idea de ser responsable de mi propia vida, significa para mí:

.....
.....
.....
.....

3. Si aceptase la responsabilidad de mi propia vida, eso significa para mí:

.....
.....
.....
.....

4. Si yo acepto un 5% más de responsabilidad en el logro de mis propias metas de estudiante, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

5. Cuando yo evito la responsabilidad en el logro de mis metas, me siento:

.....
.....
.....
.....

6. Si asumo más responsabilidad en el éxito de mis relaciones, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

7. Si apporto una mayor conciencia a las ideas de interés para ser un buen estudiante, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

8. Si apporto un 5% más de responsabilidad por mi felicidad personal, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

9. Si asumo la responsabilidad de las cosas que me digo a mí mismo, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

10. Me vuelvo triste cuando yo me siento así:

.....
.....
.....
.....

11. Me pongo ansioso cuando yo me siento así:

.....
.....
.....
.....

12. No me resulta fácil admitir que me sienta así:

.....
.....
.....
.....

13. Cuando más responsable de mí mismo me siento es:

.....
.....
.....
.....

14. Cuando menos responsable de mí mismo soy, me siento así:

.....
.....
.....
.....

15. Si no estoy en el mundo para vivir de acuerdo con los deseos de **nadie, entonces** me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

16. Si mi vida me pertenece a mí, entonces me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

17. Si abandono la mentira de ser incapaz de **cambiar,mi** forma de ser,entonces me senitiré así:

.....
.....
.....
.....

18. Si asumo la responsabilidad de lo que hago de mi vida a partir de este momento,entonces,me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

19. Si nadie va a venir a salvarme de nada,entonces, me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

20. Me estoy volviendo consciente de:

.....
.....
.....
.....

PRÁCTICA DE LA AUTOAFIRMACIÓN

1. Para mi la autoafirmación significa:

.....
.....
.....
.....

2. Si hoy viviese con 5% más de autoafirmación,me sentiré así:

.....
.....
.....
.....

3. Si alguien me hubiera dicho que mis deseos eran importantes, me hubiera sentido así:

.....
.....
.....
.....

4. Si apporto una mayor conciencia a mis necesidades y deseos más profundos, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

5. Cuando yo ignoro mis anhelos más profundos, me siento así:

.....
.....
.....
.....

6. Si yo estuviera dispuesto a decir sí cuando deseo decir sí y no cuando deseo decir no, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

7. Si estuviera dispuesto a expresar más a menudo mis ideas y opiniones en clases, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

8. Cuando suprimo **mis** ideas y opiniones en **clases, me** siento así:

.....
.....
.....
.....

9. Si yo estoy dispuesto a pedir lo que deseo, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

10. Cuando permanezco en silencio en relación a lo que deseo, me siento así:

.....
.....
.....
.....

11. Si hoy expreso un 5% más de mí mismo, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

12. Cuando yo oculto quién soy **realmente**, me siento así:

.....
.....
.....
.....

13. Si yo deseo vivir de manera más completa, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

PRÁCTICA DE VIVIR CON PROPÓSITO

1. Para **mí, vivir** con propósito significa:

.....
.....
.....
.....

2. Si apporto un 5% más de propósito a mi vida, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

3. Si actúo con un 5% más de propósito en estudiar, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

4. Si tengo 5% más de propósito en mis comunicaciones con mis compañeros de curso, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

5. Si tengo un 5% más de propósito con mis compañeros, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

6. Si tengo un 5% más de propósito en relación a mis anhelos más profundos de estudiantes, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

7. Si asumo más responsabilidad en el cumplimiento de mis deseos, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

PRÁCTICA DE LA INTEGRIDAD PERSONAL Y LA AUTENTICIDAD

1. Para mi la integridad significa:

.....
.....
.....
.....

2. Pienso acerca de los lugares en que tengo dificultades en practicar una total integridad:

.....
.....
.....
.....

3. Si apporto un mayor nivel de conciencia en los lugares en los que tengo dificultades en practicar la integridad personal, me sentiría:

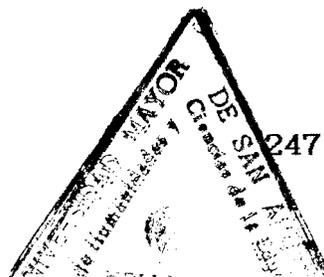
.....
.....
.....
.....

4. Si apporto un 5% más de integridad a mi vida, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

5. Si apporto un 5% más de integridad en mis estudios, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....



6. Si apporto un 5% más de integridad a mis relaciones: con mi familia, mis **compañeros, mis** amigos y en mi trabajo, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

7. Si mantengo la lealtad a los valores que realmente creo que son correcto, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

8. Si me niego a vivir de acuerdo con valores que no respeto, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

9. Si considero mi autoestima algo prioritario, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

10. Lo difícil de ser sincero conmigo mismo, con respecto a lo que siento es:

.....
.....
.....
.....

11. Lo difícil de ser sincero con otros, es respecto a mis sentimientos, por eso siento que:

.....
.....
.....
.....

12. Si me esforzara por ser veraz y preciso en mis mensajes, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

13. Si hablara abiertamente sobre las cosas que **amo, admiro** y disfruto, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

14. Si fuera sincero cuando me siento **apesadumbrado, irritado** o **deprimido, me** sentiría así:

.....
.....
.....
.....

15. Si estuviera dispuesto a mostrar a los otros mi entusiasmo, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

16. Si fuera sincero cuando sé que me he equivocado, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

17. Si estuviera dispuesto a comunicar a las personas lo que siento por dentro, me sentiría así:

.....
.....
.....
.....

18. Cuando pienso en las cosas a las que renuncio por miedo a que me critiquen, me siento así:

.....
.....
.....
.....

19. Cuando pienso en las cosas a las que renuncio por miedo a que se rían de **mí, me** siento así:

.....
.....
.....
.....

20. Si estuviera dispuesto a experimentar para ser un poco más auténtico cada **día, me** sentiría así:

.....
.....
.....
.....

APÉNDICE D
LISTA DE ALUMNOS DEL EXPERIMENTO

NOMINA DE ALUMNOS DE PRIMERO DE SECUNDARIA COL. JULIAN APAZA

N°	NOMINA DE ALUMNOS	MA	LEN	PSI,	C.N.	E.S.	ING.	FRA	E.F.	MU	A.P.	REL	P.G.
1	ALARCON DAVID	30	30	20	30	24	30	20	36	36	24	20	27
2	ALVARADO MAGDALENA	60	50	52	54	45	50	49	50	50	55	60	52
3	APAZA FREDDY	20	24	30	30	36	20	21	30	36	25	30	27
a	APAZA JUANA	20	26	30	30	30	20	30	30	20	20	36	27
s	APAZA M. FREDDY	21	20	20	36	36	30	30	20	36	30	30	28
s	AVILA JUAN JOSE	24	20	26	28	30	30	30	30	30	20	36	28
7	BAUTISTA JAVIER	20	20	25	25	36	30	30	36	36	20	36	29
8	BLANCO FERNANDO	24	26	36	36	36	36	36	41	36	36	30	34
9	CACASACA LEONOR	22	20	30	36	30	30	20	30	36	30	36	29
10	CACERES ZULMA	20	20	30	20	20	40	36	36	36	36	36	30
11	CALAMANI CRISTINA	20	22	28	30	36	20	36	36	36	30	30	29
12	CALLISAYA ELIZABETH	26	20	36	36	20	36	36	36	31	36	36	32
13	CANAVIRI ELISA	20	30	36	36	36	36	36	36	36	36	40	34
14	CHAVEZ ORLANDO	28	29	36	29	36	36	36	36	36	36	36	34
15	CHAVEZ SILVANA	50	60	50	36	41	57	44	37	47	38	50	46
18	CHINO MARTI N	20	20	36	30	36	20	30	34	36	36	36	30
17	CHOQUE VIRGINIA	30	36	30	36	30	36	30	36	30	32	30	32
18	CHOQUEHUA FEDERICO	21	24	36	36	36	36	36	36	30	30	36	32
19	CHURATA ROSA	30	30	36	36	36	20	36	36	36	36	36	33
20	CRUZ T. ALEJANDRO	20	23	27	36	36	40	36	36	30	36	36	32
21	CRUZ T. JUAN	24	30	30	30	36	30	36	36	30	36	36	32
22	CUNO BETZABE ELVIRA	59	40	45	36	36	67	41	50	50	55	60	49
23	GUTIERREZ JUAN ANTONIO	50	60	50	60	40	36	40	36	59	60	50	49
24	HUANCA ROSMERY	52	40	53	54	40	37	45	80	50	50	60	49
25	HUASCO LOURDES	30	36	36	36	30	36	36	36	36	36	36	35
26	JIMENEZ VICTOR	38	36	50	38	40	34	37	37	40	40	45	40
27	LAURA HUGO DANIEL	55	36	50	47	60	67	38	37	60	36	50	49
28	LIMACHI ADRIANA ANGELIC	20	20	36	20	36	40	36	36	40	40	36	33
29	MAMANI POLINS	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36
30	MAQUERA ELIZABETH	50	40	52	41	50	40	36	40	40	36	50	43
31	MEJIA JOSE LUIS	20	36	30	24	30	40	36	40	30	36	36	33
32	POMA REYNALDO	45	50	52	60	50	40	49	62	61	50	60	53
33	QUISPE ABDON	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36
34	QUISPE ROGELIO	22	36	31	36	36	36	36	36	30	32	36	33
35	QUISPE FERNANDO	23	20	30	36	36	36	36	36	36	39	40	33
36	QUISPE EDGAR	50	60	50	51	36	67	46	60	41	60	50	52
37	RADA MONICA	56	50	61	57	85	45	47	36	41	60	53	52
38	RIVERO HERNAN	30	36	30	36	36	36	30	36	40	40	36	35
39	RUEDA ESTEBAN	50	60	50	30	45	37	60	50	40	50	60	48
40	TANCARA LORENZA	46	50	55	49	40	46	45	38	36	48	58	46
41	TICONA SIMONA	36	36	36	30	36	24	36	40	36	36	30	34
42	TINTAYA PASTORA	20	30	36	36	36	36	36	36	41	38	40	35
43	TITO RENE	45	50	59	46	60	36	43	51	38	60	58	50
44	TORREZ SOLEDAD	20	36	30	36	40	36	40	36	36	36	36	35
as	VALDA JAIME	50	36	36	50	50	37	46	36	60	45	60	46