



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

AUTOESTIMA Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE SAN JUAN DE MIRAFLORES

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

FANY MILUSCA RAMOS LICLA

ASESOR

DR. JUAN BAUTISTA CALLER LUNA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

ASPECTOS PSICOLÓGICOS VINCULADOS A LA ACTIVIDAD
EDUCATIVA

LIMA, PERÚ, AGOSTO DEL 2020

DEDICATORIA

Doy gracias a Dios, mis padres, hermanos y mi familia entera por creer en mí por su apoyo, incondicional y el impulso que me dieron desde que inicie mi carrera para seguir continuando y no caer ni rendirme. Que fueron parte de mi crecimiento personal y profesional. Por motivarme cada día de ser una mejor persona. Con el tiempo entendí que toca poner la frente en alto y levantarme solo para alcanzar aquello que me prepongo. Por ustedes he llegado hasta aquí sé que vienen cosas buenas para mí.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco en primer lugar a Dios por darme la fuerza y mantenerme firme y segura hasta estos momentos por todo lo que estoy logrando con esfuerzo y dedicación, no fue nada fácil en esta etapa para mí, pero nunca me di por vencida. Cuan orgullosa estoy de mí. Una vida llena de anécdotas y experiencias, porque aquí no es el fin del camino sino el trayecto, mis padres Juana y Teófilo más valientes y decididos del mundo invencible ante la vida y luchadores por tus hijos por ellos y todo sus esfuerzos y dedicación estoy culminando este trabajo, por cada enseñanza que me dieron y cada regaño y también a mis hermanos Angel, Anderson, Brahyán por que estuvieron conmigo aportando sus ideas y motivándome para ser una mejor persona y profesional, por hacerme crecer por defenderme por tu apoyo siempre y su amor infinito. A abuelita Luisa a quien quiero tanto desde aquí esto es para ti, para que te sientas orgullosa de tu nieta.

Absolutamente agradezco a todas las personas que estuvieron conmigo dándome su apoyo incondicional y moralmente desde el inicio de este trabajo hasta el final. Que fueron parte de mi crecimiento personal y profesional. Soy feliz que ninguna crítica me haga sentir mal es más me ayuda a levantarme y demostrar quién soy y que puedo hacer porque solo yo misma se quién soy y adónde voy y sobre todo cuales son mis retos en la vida. Nunca dejare que nadie destruya mis sueños, nunca me cansare de agradecerlos por todo lo que han hecho por mí este trabajo es de ustedes.

A mis queridos docentes que aportaron mucha información desde el primer ciclo en mi desarrollo profesional, a mi profesor Caller por esfuerzo y dedicación quien con sus conocimiento y dedicación paciencia y motivación y al doctor Anicama quien siempre se preocupó por la facultada de psicología lo cual a todos nosotros sus alumnos nos motivaba para seguir con nuestra carrera y aprender de ellos de cada congreso que se realizaba en la Universidad Autónoma del Perú, lo cual era muy beneficioso para todos los estudiantes. Estuve haciendo una retrospectiva todos estos 5 años y medio fue lo máximo donde marcaron mi vida con muchas experiencias y anécdotas

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
RESUMO	x
INTRODUCCIÓN	xi
CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática.....	15
1.2. Justificación de la investigación.....	17
1.3. Objetivos de la investigación.....	18
1.3.1. Objetivos generales.....	18
1.3.2. Objetivos específicos.....	18
1.4. Limitaciones de la investigación.....	19
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de la investigación.....	21
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	21
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	23
2.2. Bases teórico científicas.....	26
2.2.1. Autoestima.....	26
2.2.2. Resiliencia.....	40
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada.....	55
CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	57
3.1.1. Tipo de investigación.....	57
3.1.2. Diseño de investigación.....	57
3.2. Población y muestra.....	57
3.3. Hipótesis de la investigación.....	58
3.4. Variables – Operacionalización.....	59
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	61
3.6. Técnicas del procesamiento y análisis de datos.....	69

CAPÍTULO IV. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Resultados descriptivos e inferenciales..... 72

4.2. Contratación de hipótesis..... 77

CAPÍTULO V. DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones..... 86

5.2. Conclusiones..... 90

5.3. Recomendaciones..... 91

REFERENCIAS

ANEXOS

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la muestra
Tabla 2	Operacionalización de la variable autoestima
Tabla 3	Operacionalización de la variable resiliencia
Tabla 4	Validez de contenido del Inventario de autoestima en su versión escolar
Tabla 5	Confiabilidad del Inventario de autoestima en su versión escolar
Tabla 6	Baremos del Inventario de autoestima en su versión escolar
Tabla 7	Validez de contenido de la Escala de resiliencia ER
Tabla 8	Confiabilidad de la Escala de resiliencia ER
Tabla 9	Baremos de la Escala de resiliencia ER
Tabla 10	Niveles de la dimensión si mismo
Tabla 11	Niveles de la dimensión social – pares
Tabla 12	Niveles de la dimensión hogar – padres
Tabla 13	Niveles de la dimensión escolar
Tabla 14	Niveles de la autoestima (general)
Tabla 15	Niveles de la dimensión ecuanimidad
Tabla 16	Niveles de la dimensión sentirse bien solo
Tabla 17	Niveles de la dimensión confianza en sí mismo
Tabla 18	Niveles de la dimensión perseverancia
Tabla 19	Niveles de la dimensión satisfacción
Tabla 20	Niveles de la resiliencia (general)
Tabla 21	Prueba de normalidad de la autoestima y sus dimensiones
Tabla 22	Prueba de normalidad de la resiliencia y sus dimensiones
Tabla 23	Comparación de la autoestima y sus dimensiones en función del sexo
Tabla 24	Comparación de la autoestima y sus dimensiones en función de la edad
Tabla 25	Comparación de la autoestima y sus dimensiones en función del año de estudio
Tabla 26	Comparación de la resiliencia y sus dimensiones en función del sexo

- Tabla 27 Comparación de la resiliencia y sus dimensiones en función de la edad
- Tabla 28 Comparación de la resiliencia y sus dimensiones en función del año de estudio
- Tabla 29 Correlación entre las dimensiones de la autoestima y las dimensiones de la resiliencia
- Tabla 30 Correlación entre la autoestima y la resiliencia

AUTOESTIMA Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE SAN JUAN DE MIRAFLORES

FANY MILUSCA RAMOS LICLA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Se desarrolló la investigación con el objetivo de determinar la relación entre autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores, siendo la metodología de tipo correlacional con un diseño no experimental- transversal. Se empleó para la muestra a 742 adolescentes con edades que oscilaron entre 12 a 17 años, quienes cursaban entre tercer a quinto año de secundaria de la institución educativa Javier Heraud en el distrito de San Juan de Miraflores. Se empleó el Inventario de autoestima en su versión escolar y la Escala de resiliencia ER. En los resultados se encontró para la autoestima que el 18.6% fue alto y el 34.9% fue bajo; así mismo, se encontró diferencias estadísticamente significativas en función de la edad y año de estudio. Para la resiliencia el 19.4% fue alto y el 30.5% bajo; además, no se encontró diferencias estadísticamente significativas en función del sexo, edad y año de estudio. Finalmente se encontró relación estadísticamente significativa entre la autoestima y resiliencia en los adolescentes de una institución educativa en San Juan de Miraflores.

Palabras clave: autoestima, resiliencia, adolescentes.

SELF-ESTIMATE AND RESILIENCE IN ADOLESCENTS OF AN EDUCATIONAL INSTITUTION OF SAN JUAN DE MIRAFLORES

FANY MILUSCA RAMOS LICLA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The research was carried out with the objective of determining the relationship between self-esteem and resilience in adolescents of an educational institution in San Juan de Miraflores, being the correlational methodology with a non-experimental-transversal design. 742 adolescents with ages ranging from 12 to 17 years were employed for the sample, who were in the third to fifth year of secondary school at the Javier Heraud educational institution in the district of San Juan de Miraflores. The Self-Esteem Inventory was used in its school version and the ER Resilience Scale. In the results it was found for self-esteem that 18.6% was high and 34.9% was low; Likewise, statistically significant differences were found depending on the age and year of study. For resilience, 19.4% was high and 30.5% low; In addition, he did not find statistically significant differences according to sex, age and year of study. Finally, a statistically significant relationship was found between self-esteem and resilience in adolescents of an educational institution in San Juan de Miraflores.

Keywords: self-esteem, resilience, adolescents.

AUTO-ESTIMATIVA E RESILIÊNCIA EM ADOLESCENTES DE UMA INSTITUIÇÃO EDUCACIONAL DE SAN JUAN DE MIRAFLORES

FANY MILUSCA RAMOS LICLA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

A pesquisa foi realizada com o objetivo de determinar a relação entre auto-estima e resiliência em adolescentes de uma instituição de ensino de San Juan de Miraflores, sendo a metodologia correlacional com delineamento transversal não experimental. Foram empregados 742 adolescentes com idades entre 12 e 17 anos, do terceiro ao quinto ano do ensino médio da instituição educacional Javier Heraud, no distrito de San Juan de Miraflores. O Inventário de Auto-Estima foi utilizado em sua versão escolar e na Escala de Resiliência do ER. Nos resultados, verificou-se autoestima 18,6% alta e 34,9% baixa; Da mesma forma, foram encontradas diferenças estatisticamente significantes, dependendo da idade e do ano de estudo. Para resiliência, 19,4% foram altos e 30,5% baixos; Além disso, ele não encontrou diferenças estatisticamente significativas de acordo com sexo, idade e ano de estudo. Finalmente, foi encontrada uma relação estatisticamente significativa entre autoestima e resiliência em adolescentes de uma instituição de ensino em San Juan de Miraflores.

Palavras-chave: autoestima, resiliência, adolescentes.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación estuvo interesada en el análisis de la autoestima y su relación con la resiliencia en los adolescentes, donde se tendría entendido que aquellas personas con un menor desarrollo de la autoestima se encontrarían teniendo una valoración infravalorada de sí mismos, al punto que comenzarían a creer que no pueden superar sus propios problemas y de que su valía es insignificante, es por ello que estas personas se encontrarían sufriendo, padeciendo de soledad y angustia durante la etapa escolar, motivo por el cual el análisis de la autoestima representa algo altamente significativo con fines de comprender a mayor cabalidad la presencia y repercusiones de esta variable, pues la misma estaría apareciendo en el marco del búsqueda de soluciones dentro de los sujetos que se encuentran manejando sus situaciones interpersonales, es por ello que estas personas comenzarían a sentirse cada vez más afortunados con la experiencia de vida que se encontrarían teniendo en la etapa escolar. La autoestima es entendida como la respuesta afectiva a partir de la valoración que un individuo realiza sobre sí mismo, siendo de esta forma que las personas se encuentran viviendo frecuentemente para mejorar sus eventos personales.

La autoestima es un aspecto importante que todo adolescente debería de desarrollar, pues le daría una mayor confianza al sentirse aceptación hacia sí mismo, es decir cuando tiene una valoración positiva hacia sí mismo, siendo estas las personas que a menudo se encontrarían enfrentándose a eventos nuevos donde deberían de comenzar a manejar sus experiencias personales, siendo ellos quienes comiencen a verse frecuentemente envueltos en esas experiencias que terminen derivando en situaciones de gran riesgo personal, todo esto como una consecuencia de tener baja autoestima, razón por la cual resulta relevante el análisis de la autoestima en los adolescentes, pues ellos se encontrarían atravesando un conjunto de nuevas experiencias que podrían llevarlos a verse afectados por este tipo de situaciones, viéndose a sí mismos como personas que constantemente se sentirían mucho más confiadas en torno a sus acciones personales, es de esa forma como los sujetos que comienzan a enfrentarse ante nuevas eventualidades adversas podrían responder con auto

derrotismo al tener una valoración negativa de sí mismos, de esa forma es como las personas podrían tener también una menor resiliencia.

La mayor presencia de bienestar que se buscaría establecer para los adolescentes aparecería en la medida de que el los muestren un mejor autoestima, sin embargo, estas personas estarían viéndose a menudo con una mayor fortaleza ante la exposición de situaciones adversas, siendo las mismas que a menudo las llevarían a verse expuestas a situaciones cada vez más complicadas y que dificultan la exposición a nuevas situaciones donde ellos mismos se sentirían frecuentemente afectados, por ello es que en la presente investigación se buscaría establecer la relación entre la autoestima y resiliencia, siendo la población objetivo los adolescentes que se encontraban cursando sus estudios, pues ellos estarían atravesando por todos los cambios correspondientes que se supone atraviesan durante la adolescencia. Es por ello que la presente investigación partió del objetivo determinar la relación entre autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.

En el capítulo uno, se presenta el problema de investigación, donde se expone la descripción de la problemática, asimismo, se puntualiza sobre la gravedad de contar con casos con menor autoestima; así como la falta de estudios que busquen plantear su relación, dando pie a la formulación del problema, seguida de los objetivos de la investigación, objetivos generales y específicos, así como, la justificación y limitaciones del estudio.

En el capítulo dos, se presenta el marco teórico, donde se haría hincapié en los antecedentes de la investigación, dentro de los cuales se estaría haciendo énfasis sobre la presencia de los internacionales y nacionales, seguido se procedió a la descripción de las bases teóricas y científicas de la variable, finalizando con la definición conceptual de la terminología empleada.

En el capítulo tres, se presenta el marco metodológico, donde se estaría identificando el tipo y diseño de investigación; así como la población y muestra que se habría empleado en el estudio, seguido de las hipótesis, la variable

(definición conceptual y operacional); así como, la técnica e instrumentos empleados. Finalmente, se presenta los procedimientos seguidos tanto para la ejecución de la recolección y análisis de los datos.

En el capítulo cuatro, se presentan los resultados de la investigación obtenidos tras el análisis de los datos recogidos, presentando primero aquellos descriptivos, seguido de la comparación tanto de la autoestima y resiliencia en función a las variables sociodemográficas; finalmente, se presenta el análisis de correlación entre la autoestima y la resiliencia en los adolescentes que se encontraban en la institución educativa.

En el capítulo cinco, se presentan las discusiones, donde se contrastan los resultados identificados con la revisión de la bibliografía realizada previamente; así mismo, se presentan las principales conclusiones de la investigación seguidas por sus principales recomendaciones.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

La adolescencia es una etapa de crucial importancia en el desarrollo de la persona, debido a que se encuentra en la formación de su personalidad, en el aprendizaje de reglas o normas y el desarrollo de diversas habilidades para la vida. Se experimenta una nueva etapa de vida, la persona se encuentra en la transición entre la niñez y la adultez, adaptándose a cambios constantes, ya sean biológico, físicos o ambientales; sin embargo, a pesar de las dificultades y situaciones conflictivas que se experimentan en el proceso de la adolescencia, muchos mantienen una capacidad adecuada de solución de problemas, demostrando capacidades para el afrontamiento de las distintas problemáticas.

La autoestima es una variable esencialmente positiva en los adolescentes, pues es el resultado final de la valoración que ellos han obtenido tras evaluar todas las áreas de su funcionamiento; sin embargo, estos se ven gravemente afectados cuando la autoestima aparece en niveles bajos, pues consideran que no tiene valor alguno, que no son apreciados o que la sociedad estaría mejor sin ellos. Entre las principales consecuencias negativas que puede aparecer en aquellos adolescentes con una autoestima negativa es el riesgo a desear dejar de existir, es por ello que estos escolares se encuentran en una fase de vulnerabilidad, sufriendo en relación a la imagen que tienen de sí mismos e inclusive estando convencidos de un aparente rechazo social que se encontraría manifestando sus compañeros. Muchos de estos adolescentes no se creen capaces de superar grandes adversidades, sienten que su valor es poco y ellos reducen la motivación que podrían estar manifestando dentro del ámbito escolar (Sánchez, 2016).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) señala que en esta etapa existen problemáticas como la ingesta masiva de bebidas alcohol, uso de tabaco y cannabis, actos violentos, depresión, ansiedad, suicidios y autolesiones, mencionando que los trastornos mentales se encuentran representados por el 16% de las problemáticas en salud que presentan los adolescentes. Así mismo, señalan que la depresión es uno de los principales problemas en los adolescentes a nivel mundial, siendo el suicidio la tercera causa de muerte por

parte de adolescentes. En un estudio realizado en Barcelona por el Instituto de Investigación en Atención Primaria Jordi Gol (2018) realizado a 323 alumnos de 13 a 19 años, encontraron que los estudiantes más jóvenes presentan menores niveles de autoestima, con menores niveles en la percepción sobre su imagen corporal, el grado de insatisfacción consigo mismos y con el exterior, su autoestima y sus preocupaciones.

En América Latina, se evidencia conductas de riesgo similares a las del nivel mundial, tal como señala un informe realizado en el 2018 por la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) quienes identifican que América Latina y el Caribe presentan la segunda tasa más alta a nivel mundial de embarazos adolescentes, afectando significativamente en el desarrollo de las menores, con tendencia a presentar dificultades como riesgo de muerte materna, embarazos no deseados, disfunción familiar, depresión y otros problemas de salud mental (OMS, OPS y Unicef, 2018). Del mismo modo, las OPS y la OMS en el 2015 identificaron que en América Latina más del 50% de estudiantes presenta algún trastorno de salud mental como depresión y ansiedad. Así mismo, una de las consecuencias que señalan en el estudio es la alta tasa de suicidio en los adolescentes, encontrando que en Guyana 29 de cada 100 mil estudiantes se suicidaron, a diferencia de Bolivia y Uruguay quienes presentan una tasa de 18 y 17 respectivamente. Resaltando una gran importancia en el estudio de los antecedentes causales de la depresión como la baja autoestima o carencia de habilidades para adaptarse a situaciones estresantes.

En nuestro medio, el Ministerio de Salud (Minsa, 2017) señala que las adolescentes del Perú se encuentran en una reducción progresiva de la población, debido a diversos cambios demográficos que se han venido suscitando en los últimos años, como la reducción de la población joven e incremento de los adultos mayores, produciendo dificultades en la crianza de los menores. Así mismo, señalan que en la adolescencia se experimentan múltiples problemáticas que atentan contra la salud de la persona, encontrando problemáticas como el consumo de alcohol, tabaco y drogas, problemáticas de

nutrición y salud sexual, violencia entre adolescentes y trastornos mentales. Del mismo modo, el Minsa (2019) señala que el 60% y 70% de pacientes que son atendidos en los centros de salud mental son adolescentes y menores de edad, de los cuales su gran mayoría se caracteriza por presentar problemas de ansiedad o depresión, problemas conductuales, de aprendizaje y del desarrollo. En cuanto a la problemática de baja autoestima, Palacios (2015) realiza un estudio en estudiantes del nivel secundario en Lima Metropolitana, donde encuentra que el 53.9% de adolescentes presentan una autoestima media y el 10.3% autoestima baja, identificando escasos niveles de autoestima elevada.

Como bien se menciona, existen problemáticas o dificultades que tienen como núcleo principal la baja autoestima, la cual afecta significativamente a los adolescentes en la adquisición de nuevas habilidades. Debido a su gran importancia en el desarrollo de la persona, existen diversos estudios donde buscan conocer cómo la autoestima se relaciona con la depresión, las conductas agresivas, la ansiedad, la separación de padres, el consumo de drogas, etc. De igual manera, entre la con la capacidad de superación que presenta la persona ante cualquier adversidad, denominada como resiliencia. Arias y Poma (2018) señalan que existe relación estadísticamente significativa entre autoestima y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Ate-Vitarte, reconociendo ambas variables como habilidades que se relacionan directamente entre sí y ayuda a los adolescentes a enfrentarse a diversos factores de riesgo. De la misma manera, Ibañes (2018) identificó que existe relación significativa entre la autoestima y resiliencia en adolescentes de un asentamiento humano.

Con lo mencionado, se identifica la vulnerabilidad de los adolescentes ante diversas problemáticas de toda índole, intensificándose por los escasos factores medioambientales que se encuentran en la sociedad. De la misma manera, la carencia de afecto, el poco desarrollo de habilidades adecuadas como la autoestima, el autoconcepto, la resiliencia, la tolerancia y el déficit de reglas o normas en el hogar predisponen al estudiante a desarrollar dificultades en su calidad de vida.

¿Cuál es la relación entre autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores?

1.2. Justificación de la investigación

La investigación tuvo justificación en cuanto a su valor teórico ya que se reportaron datos actualizados sobre los niveles de la autoestima y la resiliencia; así como las diferencias que presentaban en función a las variables sociodemográficas: sexo, edad y año de estudio; además, se aporta un nuevo antecedente sobre la correlación entre las variables para futuros análisis de investigación.

La investigación tuvo justificación en cuanto a su valor metodológico, ya que se revisaron las propiedades psicométricas de los instrumentos empleados en la investigación, siendo la validez de contenido y la confiabilidad por el método de consistencia interna en los adolescentes.

Finalmente, la investigación presentó justificación en cuanto a su valor práctico, pues a partir del reporte de los resultados, dichas evidencias pueden ser empleadas para justificar la elaboración de nuevos programas psicológicos donde se desarrollen elementos que incrementen la autoestima y resiliencia de los adolescentes, posibilitando en ellos una mayor calidad de vida.

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivos generales

Determinar la relación entre autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.

1.3.2. Objetivos específicos

1. Describir la autoestima y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.
2. Describir la resiliencia y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.

3. Comparación la autoestima y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores en función del sexo, edad y año de estudio.
4. Comparación la resiliencia y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores en función del sexo, edad y año de estudio.
5. Especificar la relación entre las dimensiones de la autoestima y de las dimensiones de la resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.

1.4. Limitaciones de la investigación

La investigación tuvo limitaciones en cuanto a la generalización de los resultados, ya que, de lo analizado en la institución educativa, dichos resultados no pueden extrapolarse para otros estudiantes que se encuentren cursando en otras instituciones educativas del mismo distrito.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Campuzano y Libien (2019) realizaron un estudio en México, el cual consistió en identificar los niveles de resiliencia en 98 estudiantes de una universidad privada, comprendidos entre las edades de 17 y 20 años de edad. La investigación fue de diseño no experimental transversal de tipo correlacional. El instrumento que utilizaron fue la Escala de medición de resiliencia RESI-M de Palomar y Gómez. Los resultados identificaron que el 78.6% de estudiantes presenta niveles altos de resiliencia, el 16.3% presenta niveles medios y el 5.1% niveles bajos. Así mismo, encontraron que no existe diferencia significativa entre la relación de resiliencia y sexo ($p > 0.05$), pero si se evidencia diferencia significativa en la dimensión de apoyo familiar ($p = 0.002$). Por lo que concluyeron que los estudiantes que incrementen o fortalezcan sus habilidades de resiliencia, en especial en las áreas de factor fortaleza y confianza en sí mismo son de gran importancia para el desarrollo de la persona, mejorando las diversas áreas de vida de la persona.

Hernández, Belmonte y Martínez (2018) realizaron una investigación en España, la cual tuvo como objetivo identificar la relación entre ansiedad y autoestima en 97 adolescentes de una institución de educación secundaria obligatoria, con edades comprendidas entre los 12 y 16 años. Fue una investigación de diseño no experimental transversal de tipo correlacional. Los instrumentos que utilizaron fueron el Cuestionario State Trait Anxiety Inventory (STAI) desarrollado por Spielberg, Gorsuch y Lushene; y la Escala de Autoestima de Rosenberg, ambos instrumentos fueron adaptados a la muestra de la investigación mediante una prueba piloto. En los resultados encontraron que el 77.3% de los estudiantes presentaron un nivel alto de autoestima, seguido por un 21.6% en nivel medio y un 1% en nivel bajo; asimismo, encontraron que un 22.8% presenta un nivel alto de ansiedad rasgo y un 7.2% de ansiedad estado. En cuanto a la relación entre las dimensiones de ansiedad y autoestima identificaron que existe relación estadísticamente significativa y negativa ($p = 0.00$, $r = -0.445$) entre ambas variables. Concluyeron que los varones evidencian un nivel mayor de autoestima que las mujeres, asimismo, encontraron que a mayor

nivel de ansiedad, ya sea estado o rasgo, se evidencia un menor nivel de autoestima, siendo el manejo de la ansiedad un factor trascendental para el fortalecimiento de la autoestima en escolares.

Noreña (2018) efectuó una investigación en Colombia, donde tuvo como objetivo identificar la relación existente entre autoestima y optimismo en 173 estudiantes de octavo y undécimo grado pertenecientes a una institución oficial de Cartagena, con edades comprendidas entre los 12 y 22 años. La investigación fue de diseño no experimental transversal de tipo correlacional. Los instrumentos que utilizó fue la Escala para la evaluación del optimismo Bar On-R elaborado por Parker y la Escala de autoestima de Rosenberg. Los resultados evidenciaron que un 48% de estudiantes presentaron un nivel alto de autoestima, un 17% presentaron niveles medios y un 34% con niveles de autoestima bajo; así mismo, encontraron que el 46% presentaron niveles altos de optimismo, un 26% niveles medio y un 27% evidenciaron niveles bajos. En cuanto a la correlación entre autoestima y optimismo encontraron que existió una relación estadísticamente significativa ($p = 0.07$) y positiva ($r = 0.512$). Concluyeron que los niveles de autoestima que realzan en los estudiantes son elevados y bajos, tomando importancia analizar los niveles bajos en los estudiantes. Las variables analizadas mantuvieron una relación directamente proporcional, es decir, si la variable autoestima se incrementa, a su vez, la variable optimismo se aumenta.

Ojeda y Cárdenas (2017) realizaron un estudio en la ciudad de Cuenca en Ecuador, el cual tuvo como objetivo identificar los niveles de autoestima en 263 estudiantes del nivel secundario pertenecientes a una Institución Educativa Fiscal Mixta, con edades comprendidas entre los 15 y 18 años. La investigación fue de diseño no experimental transversal de tipo exploratorio, descriptivo. Utilizaron la Escala de autoestima de Rosemberg con la validación de Rojas-Barahona (2009). En cuanto a los resultados, encontraron que un 59.35% de estudiantes presentaron niveles altos de autoestima, el 26.4% presenta niveles moderados y el 14.2% niveles bajos. Así mismo, encontraron que dentro de los niveles altos de autoestima, el 32% se encontraba comprendido por estudiantes de 17 años y el 26% por estudiantes de 15 años. Por el contrario, identificaron que no existe variación significativa entre la autoestima y el grupo etario.

Concluyeron que la autoestima es de gran importancia para el desarrollo cognitivo de los escolares, siendo predominante los niveles altos de autoestima en escolares, careciendo de diferencias significativas entre los niveles de autoestima por edad y género.

Pinel, Pérez y Carrión (2019) realizaron una investigación en España, la cual tuvo como objetivo identificar la relación entre resiliencia, autoconcepto social y académico en una muestra de 60 adolescentes entre 11 y 14 años de edad pertenecientes a una institución educativa nacional. Fue una investigación de diseño no experimental transversal de tipo correlacional. Los instrumentos que utilizaron fueron la Escala de resiliencia CD-RISC desarrollada por Connor y Davidson y el Test de autoconcepto Forma 5 presentado por García y Musitu. Los resultados muestran que un 65% de estudiantes presentaron niveles altos de resiliencia y un 35% nivel medio. Con respecto al autoconcepto, identificaron que un 55% de estudiantes prestaron un nivel alto de autoconcepto social y un 76.7% niveles altos de autoconcepto académico. Así mismo, encontraron que existe una correlación estadísticamente significativa y negativa ($p = 0.05$, $r = 0.625$) entre los niveles de resiliencia y autoconcepto social y académico. Llegaron a la conclusión que los niveles de resiliencia en los escolares eran elevados y se veía influido en el nivel de autoconcepto, siendo uno de las habilidades a desarrollar con mayor precisión en las primeras etapas de vida.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Arias y Poma (2018) realizaron una investigación que tuvo como objetivo identificar la relación entre autoestima y el nivel de resiliencia en 110 estudiantes del nivel secundario de una institución educativa en Ate-Vitarte, con edades comprendidas entre 12 y 18 años. La metodología de la investigación fue de diseño no experimental trasversal de tipo correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de autoestima escolar de Coopersmith y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young, ambos con propiedades psicométricas actualizadas mediante un estudio piloto. Los resultados señalaron que un 45.4% de estudiantes presentaron niveles altos de autoestima, un 36.4% niveles medios y un 18.2% niveles bajos, respecto a la resiliencia encontraron que un 50.9% de estudiantes mantenían niveles altos de resiliencia, el 35.5% niveles

medio y el 14.5% niveles bajos. En cuanto a la relación entre ambas variables, identificaron que existe correlación estadísticamente significativa y positiva entre autoestima y resiliencia ($p = 0.01$, $r = 0.773$). Concluyeron que a mayor nivel de autoestima existió un mayor nivel de resiliencia en estudiantes escolares de secundaria.

Ibáñez (2018) realizó un estudio que tuvo como objetivo identificar la relación entre la autoestima y resiliencia en 278 adolescentes del asentamiento humano Nuevo Jerusalén ubicado en el distrito de San Martín de Porras, con edades comprendidas entre 12 a 17 años. La metodología de la investigación fue de diseño no experimental trasversal de tipo correlacional. Los instrumentos utilizados fueron el Test de Autoestima 25 de Ruiz Alva y la Escala de resiliencia para adolescentes ERA de Prado y Del Águila, ambos con propiedades psicométricas actualizadas mediante un estudio piloto previo. Los resultados señalaron que un 21.6 % de adolescentes evidencian niveles altos de autoestima, el 14% tendiente alto, el 22.3% se encuentran en riesgo, el 17.3% tendencia baja y el 24.8% niveles bajos. Con respecto a la resiliencia, encontraron que el 34.5% de adolescentes presentaron niveles altos, el 40.7% nivel medio y el 24.8% nivel bajo, asimismo, respecto a las dimensiones de resiliencia se evidencian que predominaron niveles altos en la dimensión de insight (46%); niveles medios en la dimensión de independencia (41.7%), interacción (50.9%) moralidad (47.5%), humor (57.6%), iniciativa (48.9%) y creatividad (56.8%). Con respecto a relación que entre autoestima y resiliencia se identificó que existe correlación estadísticamente significativa y positiva entre ambas variables ($p = 0.00$, $r = 0.500$). De igual forma, encontraron relación significativa con las dimensiones de interacción ($p = 0.00$, $r = 0.409$), iniciativa ($p = 0.00$, $r = 0.451$), independencia ($p = 0.23$, $r = 0.697$) y creatividad ($p = 0.00$, $r = 0.385$). Concluyó que a mayor nivel de autoestima existió un mayor nivel de resiliencia. Predominando un nivel bajo de autoestima y un nivel medio de resiliencia.

Olave y Romo (2019) realizaron una investigación la cual tuvo como objetivo identificar la relación entre autoestima y resiliencia en 220 adolescentes del nivel secundario de dos instituciones educativas nacionales de Lima-Sur, con

edades comprendidas entre 13 y 17 años. La metodología de la investigación fue de diseño no experimental transversal de tipo correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y el Inventario de autoestima de Coopersmith, ambos con propiedades psicométricas actualizadas mediante un estudio piloto previo. Los resultados encontraron que el 28% de estudiantes presentaron niveles altos de resiliencia, el 32.3% nivel medio y el 39.1% evidenciaron niveles bajos, asimismo, en las dimensiones de resiliencia encontraron prevalencia en los niveles bajos en la dimensión de confianza en sí mismo (47.3%), prevalencia de niveles medios en las dimensiones de satisfacción personal (35%), ecuanimidad (36%) y perseverancia (36.8%), y prevalencia en niveles altos en la dimensión de sentirse bien solo (38.6%). En los niveles de autoestima se evidencia que el 21.8% de estudiantes presentaron niveles altos de autoestima, el 51.8% nivel medio y el 26.4% nivel bajo, en cuanto a las dimensiones se evidencia prevalencia en niveles promedios en las dimensiones de sí mismo (52.3%), social (53.6%) y escuela (58.6%). Encontraron correlación altamente significativa y positiva ($p = 0.00$, $r = 0.341$) entre la autoestima y resiliencia en escolares, de igual forma, encontraron relación significativa entre sus dimensiones. Concluyeron que a mayores niveles de autoestima en estudiantes, se tendrá un mayor nivel de resiliencia.

Ramos (2019) realizó una investigación que tuvo como objetivo identificar los niveles de resiliencia en 172 alumnos de cuarto y quinto años de secundaria de una institución educativa estatal de Lima, con edades comprendidas entre 16 y 18 años. La metodología de la investigación fue de diseño no experimental transversal de tipo descriptivo. El instrumento utilizado fue la Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados señalaron que un 41.7% de estudiantes presentaron un nivel muy bajo de resiliencia, el 37.5% presentaron niveles bajos, el 13.9% niveles promedio y el 6.9% un nivel alto. Así mismo, con respecto a las dimensiones de resiliencia encontraron que en la dimensión de Confianza se observan una prevalencia en el nivel promedio (75%), en las dimensiones perseverancia (80.6%), aceptación a uno mismo (100%) y ecuanimidad (75%) encontraron prevalencia en niveles muy bajos. Concluyó que no existió relación significativa entre el grado de estudio y el sexo con los niveles de resiliencia,

además encontraron que los niveles de resiliencia en escolares de últimos años de estudio del nivel secundario fueron muy bajos.

Moyano (2016) realizó un estudio que tuvo como objetivo identificar la relación entre los factores de resiliencia y los niveles de autoestima en 181 estudiantes del primer año de estudio del nivel secundario de una institución educativa de Lima Cercado, con edades comprendidas entre los 11 y 14 años. La metodología de la investigación fue de diseño no experimental trasversal de tipo correlacional. Los instrumentos que utilizaron fueron el Inventario de autoestima de Coopersmith y el Inventario de factores personales de resiliencia, ambos con propiedades psicométricas actualizadas mediante un estudio piloto previo. Los resultados evidenciaron que un 93.4% de estudiantes presentaron niveles promedio de resiliencia, el 6% niveles altos y el 0.6% niveles bajos, asimismo, en las dimensiones de resiliencia encontraron prevalencia en los niveles medios en las dimensiones de autoestima (75.1%), empatía (75.1%), autonomía (76.2%), humor (78.5%) y creatividad (76.8%). En cuanto a la variable de autoestima encontró que un 30.9% de escolares presentaron niveles altos, el 56.9% un nivel medio alto, el 12.2% evidenció nivel medio bajo y no encontraron niveles bajo; en cuanto a las dimensiones de sí mismo (60.8%), social (46.4%), hogar (46.4%) y escolar (45.9%) encontraron prevalencia en los niveles medio altos. Encontró correlación altamente significativa y positiva ($p = 0.01$, $r = 0.493$) entre la autoestima y resiliencia en estudiantes de primer año de secundaria. Concluyó que a más bajos niveles de autoestima se evidenciaba menores niveles de resiliencia.

2.2. Bases teórico científicas

2.2.1. Autoestima

Conceptos

El autoestima es entendida como aquella evaluación de carácter afectivo que se realiza hacia uno mismo, la misma que tiene como fin justificar una calificación de aprobación o desaprobación sobre un mismo individuo, al punto que este tipo de resultados pueden llevar al propio individuo a tener una visión mucho más optimista de sí mismo, considerando con ello aceptarse y quererse

a sí mismo, es por ello que la autoestima más es entendida como la afectividad positiva hacia uno mismo, empleando el carácter cognitivo solo como una evaluación de contrastación que tendría como fin una respuesta emocional, la misma que puede derivarse en una respuesta de mayor o menor presencia de resentimiento por parte de los sujetos que tengan una valoración negativa de ellos mismos, es como si la valoración percibida fuese en dos polos, siendo el positivo y negativo, lo que terminaría traduciéndose en una mayor presencia de autoestima en el caso de los primeros, y esta vendría a ser diferente en el caso de los segundos. Es como si la autoestima hiciese mayor énfasis en el resultado emocional que se tiene de la valoración de los aspectos generales de uno mismo (Amador, 1995).

La autoestima como el juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta (Coopersmith, 1967).

Para entender el concepto de la autoestima, es necesario conceptualizar a los humanos como seres complejos y que se mueven en distintas áreas de su vida, los mismos que pueden ver su funcionamiento de una manera mucho más optimista, siendo quienes conseguirían estar en una mejor sincronización con su propio espíritu de lucha y consiguiendo estar con mayor satisfacción en su vida personal. La presencia de mayor autoestima anunciaría que estas personas se desenvuelven dentro de un campo controlado, donde se sienten apreciados y valorados por los demás, lo que terminaría replicándose hacia ellos mismos, quienes sentirían una mayor empatía y sensación de logro personal, consiguiendo a partir de todo ello estar un mayor aprecio de sí mismos, viéndose como personas que logran estar en una etapa de desarrollo de pensamientos positivos y de aceptación de sus manifestaciones corporales a la hora de responder ante las necesidades de sus compañeros, entendiendo que son importantes para que estos se vean mucho más apreciados por los demás y consiguiendo entender el clima emocional de ellos (Beane, 1986).

Es entendida como un conjunto de sentimientos que pueden ser en dos direcciones, ya sean predominantemente positivos o negativos, los cuales son desencadenados a partir de una evaluación general de todos los aspectos que conforman a una persona, entendiendo a partir de ello que puede valerse de sí misma como alguien que se encuentra en dicho momento comprendiendo todos los aspectos positivos de su propia vida y ello le parece algo altamente atractivo, sobre todo cuando comienza a comprender que la forma particular en la que actúa tanto con su familia, amigos y personas nuevas le ha dado como resultado que los demás disfruten más de su compañía y comiencen a sentirse mucho más afortunados de tenerlo entre sus filas. Cuando los sujetos han identificado a la autoestima dentro de su vida, suelen entender que dichos aspectos resultarían altamente beneficiosos para ellos mismos, entendiendo que pueden conseguir aún mayores fuerzas para el conocimiento de los demás, replicándose en una retroalimentación positiva que a su vez fortalece su buena autoestima. Dicho sentimiento puede surgir de mejor forma cuando se ha tenido una infancia con los cuidados apropiados, la misma que le ha proporcionado a dicho adolescente de información positiva sobre sí misma, por ello crecería pensando que la forma en la que se comparte es la apropiada y por lo tanto apreciada (De Mézerville, 2004).

La presencia de autoestima puede ser comprendida como el conjunto de emociones tanto positivas como de aprobación que se dan a partir de una obtención de información significativamente apropiada sobre sí mismos, es por ello que la autoestima es sintetizada como el grado en el cual alguien se valora a sí mismo, muestra aprecio con su forma de ser, mientras que, aquellos sujetos con una menor autoestima suelen estar viéndose de forma positiva y en torno. El concepto positivo que se tiene acerca de uno mismo abre la posibilidad de que dichos sujetos entiendan que son mucho más valiosos de lo que algunos comentarios negativos podrían estar señalándoselos, es por ello que son sólidos y resistentes ante la crítica, no la asumen como propia o en todo caso, identifican a ella como una crítica constructiva y buscan de que elemento mejorar su propio funcionamiento sin perder de vista lo valiosos que son ellos mismos. De esta forma la autoestima es concebida como el resultado final de carácter emocional

que obtiene un sujeto al concebirse de forma aprobatoria o desaprobatoria (García, 2005).

La autoestima se trata de un resultado positivo tras la evaluación de todos los aspectos que conforman a un individuo y como tal, abren la posibilidad de que dicha persona se muestre mucho más abierto ante la intención de conseguir una gratificación personal en torno a las situaciones que afronta en su vida cotidiana. Los sujetos que tienen una mayor autoestima suelen ser señalados como positivos, optimistas y sobre todo con una gran aceptación de sí mismos, como si se hubiesen enamorado de la forma como son, como se relacionan con los demás o como resuelven los problemas, es decir que la estima que tienen hacia sí mismos, tanto en su interior como en la externalización de sus respuestas suele ser algo que se abre a menudo. La presencia de sentimientos positivos derivados de la manifestación de sus propios pensamientos aparece como una consecuencia de las verbalizaciones a las que han sido expuestos en una gran cantidad de tiempo, siendo estos mismos individuos los que se han sentido apreciados dentro del círculo familia y como consecuencia de ello han desarrollado una mayor presencia de emociones positivas con respecto a sí mismos (Güell y Muñoz, 2000).

El concepto de la autoestima es delimitado como el aspecto emocional – valorativo que surge a partir de la evaluación del yo, pues cuando este se hace más cognitivo se hablaría del autoconcepto, y cuando se observa la presencia de competitividad que tiene con respecto a las demás personas, entonces se haría referencia al concepto de la autoeficacia. La autoestima como tal es comprendida como la respuesta emocional- valorativa, es decir que, tras un autoexamen realizado, el sujeto puede sentirse satisfecho con la manera de comportarse, la misma que le brindaría la positividad de tener una mayor estima de sí mismo. con estima se da a entender la presencia de aprecio, cariño y afectividad hacia un elemento, en este caso hacia sí mismo pues estos sujetos le dan la posibilidad de verse al espejo y sentir aprecio hacia ellos mismos, es decir que aparecerían un conjunto de emociones que le brindarían la posibilidad de encontrarse en una situación de mayor favorecimiento emocional, la misma que les brindaría la posibilidad de sentirse mucho más entusiasmados al

desarrollar sus actividades personales, como tal la autoestima se manifestaría como el aprecio de sí mismo durante el desenvolvimiento de su vida personal (Molina, Baldares y Maya, 1996).

Características de la autoestima

Los sujetos que han desarrollado un mayor nivel de autoestima a menudo se sienten con bastante valor, es decir que la existencia que tendrían en dicha situación es la apropiada y que a partir de ello conseguirían sentirse beneficiados por todo lo que se encuentran viviendo. El valor propio tiene una connotación afectiva, es decir que estas personas comienzan a sentirse con mayor valor personal, creyendo que pueden encontrarse en una situación de mayor desarrollo personal, encontrando una mayor intención de éxito en sí mismos al ser conscientes de todos los aspectos en los cuales son señalados como los mejores, a partir de ello comenzarían a ser conscientes de que ante tales situaciones ellos pueden encontrarse mucho más inclinados hacia el logro de sus metas personales, siendo capaces de alcanzar una mayor frecuencia de pensamientos que reflejen una concepción positiva de sí mismos, es como si la autoestima que terminasen reflejando sería parte de la intención beneficiada sobre sí mismos, de esa forma estos estudiantes comienzan a sentirse altamente integrados en todo tipo de nuevos recuerdos positivos que van acumulando en las actividades futuras; es decir que los individuos con mayor autoestima no solo se quieren así mismos, sino que las nuevas experiencias que van teniendo dan mayor sustento de estas creencias personales (Bermúdez, 2004).

El valor experimentado hacia sí mismo a menudo vendría acompañado de sentimientos positivos, tales como la alegría y el orgullo de ser de la forma como se han desarrollado hasta ese momento, es de esa forma como estas personas se encontrarían cada vez más favorecidas por la presencia de nuevos sentimientos personales, los mismos que les abrirían la oportunidad de verse a sí mismos en una mayor interacción con nuevos componentes de socialización personal. Estos sentimientos positivos se ponen en manifiesto en la interacción con otras personas, donde estos sujetos estarían sonrientes y tomarían los comentarios expresados por los demás como ideas positivas y favorecedoras, caso opuesto al señalado en los sujetos con menor autoestima, quienes

tenderían a dar atribuciones negativas a los comentarios que realizan sus compañeros. La presencia de valoración positivo también favorecería a que los comentarios o frases expresadas por las demás personas sean vistas como positivas y en esa situación se les ofrezca una mayor atribución positiva (Andre, 2007).

La expresión verbal de las personas con mayor autoestima suele denotar otra de sus características, la cual sería la mayor presencia de ideas positivas sobre sí mismo, es decir que estos sujetos se consideran afortunados, que experimentan una situación positiva la que les permitiría experimentar mayor sensaciones positivas, creyendo a su vez que consiguen sentirse de una manera mucho más apropiada cuando están en compañía, pues no estarían al pendiente de sus posibles defectos, es decir que esta característica está en relación con la información y valoración positiva que percibe de sus amigos, donde al estar en una situación social usualmente los adolescentes suelen estar al pendiente de los comentarios que los demás realicen sobre ellos, sin embargo, para estas personas la presencia de dichas ideas suelen darle beneficio, pues no se concentran en los comentarios negativos de sus compañeros, y si en caso estos se encontrarían presentes no los tomarían en cuenta, es como si estas personas consiguiesen verse a sí mismos como personas que conseguirían sentirse mucho más apasionadas consigo mismo, entonces los sujetos con mayor autoestima tienen una ventaja social y ello es que les resultara más difícil aceptar los comentarios negativos que algunos podrían emplear contra ellos, en lo que se denominaría como seguridad personal por varios de los sujetos que los rodean (Riso, 2012).

La independencia es otro de las características que estos adolescentes mostrarían, pues se sabe que las personas con una mayor inseguridad y percepción pobre del valor de sí mismos suelen verse en situaciones donde ellos tienen que apegarse a otras personas con mayor seguridad, esta misma es manifestada reiteradamente. De esta forma dichos adolescentes estarían resaltando sobre sus compañeros por la mayor presencia de seguridad que manifiestan en este tipo de situaciones, es como si estas personas se encontrasen en una situación donde suelen responder todo mirándose a sí

mismos y reconociendo lo valiosos que son, así como las características de sí mismos que tanto les habría llamado la atención. La seguridad que estarían manifestando estas personas podría verse reflejada en los comentarios que utilizan para referirse a sí mismos, donde claramente se estaría resaltando la presencia de atributos y características físicas sobresalientes (Branden, 2001).

El estado emocional suele ser positivo y es otro de los elementos característicos de los sujetos con una mayor presencia de autoestima, es decir estas personas a partir de la experiencia que tienen y como la comparan con sus recuerdos son más conscientes de lo capaces que son para resaltar en sus actividades y ello los llevaría a sentirse satisfechos con las actividades que emplean, es decir que como tienen información oportuna de sí mismos suelen sentirse bien con lo que realizan, ello a su vez estaría garantizado por una mayor presencia de situaciones cotidianas las mismas que sustente él. Desde el punto de vista emocional aparece la alegría de ser como es, por ello reiteradamente se hace énfasis en la consciencia de sí mismos y la gran aceptación que en ellos mismos tendrían todas estas ideas personales, al punto de considerarse como personas que son capaces de alcanzar una mayor cantidad de logros personales y verse fortalecidos con los desarrollos y nuevos retos que van alcanzando. La sensación de logro alcanzado siempre tiene mayor ventaja de ser obtenida por parte de los individuos con mayor autoestima, pues un en el caso de que no logren llegar a su meta, estas personas se encontrarían en una posición mucho más beneficiada donde consiguen estar en una etapa de mayor satisfacción, pues aun ante la derrota verían el lado positivo de ello, es decir el éxito que habrían alcanzado en ese momento (Rojas, 2004).

La calidad en los contactos sociales a los que llegan a alcanzar estos individuos muchas veces suele tener correlato con el aprecio hacia sí mismos, es decir ellos se tratarían de personas que a menudo son vistas como sujetos los cuales pueden conseguir sus metas personales y sentirse satisfechos con ese éxito alcanzado, es de tal forma que para estas personas el alcance de mayores metas estarían dándose a la par de sus logros obtenidos en asuntos mucho más particulares, a partir de su pensamiento que los lleva a creer que son personas atractivas y con atributos personales, se resistirían a juntarse con

personas tóxicas o que no les den su lugar, es por ello que en tales situaciones son capaces de rechazar esas amistades y aceptar a aquellos que dan comentarios positivos, por ello es que estas personas seguirían viéndose a sí mismos como sujetos que constantemente son retroalimentados con información positiva, es por ello que para estos adolescentes resultaría característico juntarse con amistades que demuestran mayor beneficio para ellos y a su vez ellos comportarse de forma agradable con los demás, formándose un ambiente de camaradería mutuo entre ellos, de tal forma que todos consiguen verse mucho más prósperos en el alcance de sus logros personales (Rojas, 2009).

Autoestima como elemento que incrementa la competitividad

En los adolescentes suele darse una mayor importancia a la evaluación que sus compañeros realizan, es por ello que estas personas se encontrarían dejándose influenciar por los comentarios que los demás podrían estar realizando sobre ellos, de esta forma es como las demás personas se encontrarían desarrollando nuevos complejos a partir de la interacción que tienen con sus otros compañeros, al punto de que esas personas se encuentran frecuentemente en la búsqueda de nueva información concerniente a su autoestima. La competitividad tendría como base la confianza que se tiene de sí mismo, para lo cual se necesita ser consciente de una valoración personal que resulte altamente positiva. Se puede otorgar una mayor cantidad de energía cuando se cuenta con una imagen mucho más positiva sobre sí mismo, es de esta forma como los individuos que se encuentran frente a este tipo de situaciones suelen comúnmente dirigir sus esfuerzos hacia el alcance de nuevos alcances dentro del campo de las tareas, es por ello que los adolescentes con un mayor autoestima terminarían arriesgándose más por alcanzar sus logros personales dentro del área del aprendizaje, es de tal forma que la presencia de dichas acciones terminarían volviéndose algo indispensable en el alcance de esos logros. Al concretarse una evaluación de sus propias áreas de funcionamiento y tener como resultado de que ellos son sujetos que pueden dejar de lado todos sus intentos personales pues ya cuentan con atributos positivos que les darían la ventaja en tales situaciones (Clemes, 1991).

Los estudiantes más competentes suelen ser conscientes de ello y como consecuencia de dicha información de la cual se han dado cuenta, pasarían a sentirse mucho más seguros en el alcance de sus logros personales, a la vez que estarían viéndose mucho más interesados en el uso de sus esfuerzos personales para entrenar y no descender del estándar de calidad ante el cual se habrían acostumbrado, es como si la presencia de alta autoestima fuese una fuente de motivación para continuar esforzándose, y a su vez el empeño que ponen termina atrayendo consecuencias positivas, las mismas que terminarían generando que el autoestima se fortalezca, es por ello que los adolescentes con más competitividad suelen tener un alto autoestima, lo que se evidencia más aun cuando son comparados con los estudiantes con menor competitividad, quienes a pesar de contar con el potencial necesario para ver sus esfuerzos en un desenlace mucho más provechoso en el área de sus intereses personales, terminarían dejando de lado la planificación, entrenamiento y el solicitar ayuda de forma productiva, sabotando sus propio aprendizaje y volviendo a tener consecuencias negativas, lo que a su vez le estaría otorgando una mayor presencia de pensamientos negativos en torno a las labores que realiza dentro de ese mismo centro educativo (Selinger,2009).

La competitividad como tendencia se daría cuando hay una base sólida sobre el mismo individuo, esto quiere decir que tales personas comenzarían a sentirse mucho más posibilitadas de conseguir un éxito mayor dentro del desenvolvimiento diario que logran alcanzar, de tal forma que se estarían viendo involucrados en nuevas situaciones que cada vez logran oficializar más los logros que va a alcanzar con respecto de si mismos, es por ello que estas personas se verían envueltas en un conjunto de nuevas actividades mientras que logran verse en estas situaciones cada vez más en torno al manejo de sus sentimientos de supervivencia y logro personal, es como si estas personas consiguieran verse mucho más agradecidas con aquello que la vida les ha otorgado y que todo ello haya posibilitado en ellos un alcance mayor de su energía vital. De esta forma se arriesgaría más en alcázar sus metas siempre y cuando se encuentre en beneficio de verse a sí mismo como alguien que tiene la posibilidad de ser visto como competente, lo que sería una motivación constante en aquellos con mayor autoestima, siendo justamente la razón el que

hayan normalizado el propio éxito que pueden alcanzar sobre cualquier tarea y donde se lo propongan, es por todo ello que estas personas conseguirían estar en una fase de logro personal y verse sumados en sus tareas personales, sobre todo con aquellas que les brindarían la posibilidad de sentirse mucho más agradecidos con la forma de manejar sus tareas (Vallés, 2006).

El desarrollo de la competitividad en estos individuos pasaría a formar parte del conjunto de sus tareas personales, las mismas que estarían siendo cubiertas por todos los logros alcanzados por ellos, siendo en dichos casos el alcance de sus metas personales las que irían retroalimentando su fuerza y logro personal, a la vez que el entrar en contacto con esas fuentes le permitiría sentirse cada vez más sostenido en torno a la confianza personal, es como si se tratase de una persona que constantemente ve su confianza personal alimentada y donde consigue mantenerla consiguiendo que en el presente se le observe como alguien con mayor éxito personal. Contar con mayor autoestima le da la posibilidad a los adolescentes que se sientan mucho más confiados de quienes son ellos, que se aprecien más de la forma como son y eso abre toda posibilidad de que sientan mucho más nutridos en torno al desarrollo de sus pensamientos personales positivos, los cuales pasarían a ser mucho más frecuentes de lo que habrían señalado otras personas, es de esta manera como los sujetos lograrían sentirse muy alimentados en su manera de pensar y ello es visto a su vez como un conjunto de sentimientos personales que les llevaría a sentirse cada vez más gratificados con forme al futuro que les prepara. En el mañana estas personas podrían verse mucho más nutridas en torno al desarrollo de sus normas personales, con todo ello se verían a sí mismos como personas que consiguen un estatus emocional mucho más gratificante (Alcántara, 2006).

Las personas que se encuentran a menudo en esta situación sentimental suelen sentirse a sí mismas como individuos que pasan estas situaciones de una manera mucho más provechosa, es como si ellos lograsen sentirse mucho más aliviados con el conjunto de sentimientos nuevos a los cuales se encuentran siendo expuestos a partir de los pensamientos que tienen en ese momento. Las sensaciones afectivas que experimentan ante tales situaciones los llevarían a sentirse mucho más gratificados y contentos con su forma de ser, es por ello que

se sentirían mucho más contribuidos por estos pensamientos favorecedores, siendo estas personas las que se sentirían mucho más cómodas con la forma de pensamiento que ellos mantienen. La competitividad se vería respaldada por el estado emocional que tienen los adolescentes, el cual a su vez se vería fortalecido por la presencia de las ideas positivas que van desarrollando estos sujetos a partir del logro alcanzado y los comentarios positivos entregados por sus amigos, es como si estas personas se sintiesen cada vez más en la posibilidad de lograr sus metas personales, siendo ellos quienes consiguen verse mucho más favorecidos por la presencia de sentimientos únicos y que los hacen diferentes a los demás (López y Domínguez, 1993).

Los adolescentes suelen mostrarse mucho más competitivos cuando ellos están satisfechos con la forma como son, es así que quienes tienen más confianza en sí mismos, se avientan a nuevos retos, es como si los adolescentes que tienen una alta autoestima de sí mismos logran empoderarse más y direccionar sus esfuerzos estando convencidos de que van a alcanzar esa meta, por tal motivo muestran mayor interés en lo que van desarrollando a lo largo de su vida y muestran mayor satisfacción en cada accionar que el menor ira emitiendo, creen en sí mismos, en las capacidades que han ido forjando durante todas sus experiencias, brindando mayor seguridad para emplear nuevos retos y objetivos, muestran una mejor posición ante los inconvenientes que irán surgiendo a lo largo de su vida y aceptan nuevos retos que quizá serán positivos o negativos pero que para ellos serán enriquecedores. También resulta necesario decir que muestran una mayor autonomía y seguridad ante eventos fortuitos, de tal forma que cuando exista un desbalance o una obstrucción ante sus ideales podrá tomarlo con mayor serenidad y apaciguar tal situación (Tarazona, 1999).

Desarrollo de la autoestima

La autoestima es como cualquier otra variable en psicología, es decir que es entendida como un elemento en desarrollo, moldeado por los diferentes acontecimientos ante los cuales los sujetos son expuestos, a partir de ello que ciertas personas se sienten mucho más gratificadas con el alcance de sus logros personas mientras que otras se sienten a gusto con el alcance de sus metas en

torno a la consecución de sus sentimientos personales. De esta forma las personas que a menudo se encuentran frente a otros que lanzan frases positivas, comentarios afirmativos o que estos les dan la posibilidad de sentirse mucho más alegres consigo mismos se suelen sentir con mayor flexibilidad para el alcance de sus logros personales, es como si estas personas consiguiesen manejar una imagen mucho más positiva de sí mismos y esta les permitiese sentirse bien con su figura, tanto física como espiritualmente comienzan a sentir agrado por lo que son, por como estarían llevando a cabo todo su conocimiento personal, el manejo de sí mismos, como las personas lanzan mensajes alentadores que terminarían facilitando la presencia de pensamientos positivos, donde el contenido de estos los llevaría a creer que son capaces de sentir mejores sentimientos personales. Es por ello que al entrar en contacto con una familia agradable se da la posibilidad de que los propios niños comiencen a asimilar palabras positivas sobre sí mismos, tanto en su apariencia como en sus habilidades, ellos les da la confianza para sentirse apreciados y a su vez desarrollar una alta estima hacia sí mismos, pues a partir de un autoconcepto positivo se pasaría a tener un mejor autoestima, siendo estas personas las que conseguirían sentirse mucho más contentas con la forma como ellos estarían emprendiendo sus acciones principalmente (Hart, 1993).

En la niñez, los padres de familia tienen una gran influencia sobre la autoestima que el sujeto desarrollara sobre sí mismo, es por eso que las palabras o el contenido dentro de estas que se den en dirección del padre hacia los hijos tendrán mucha relevancia sobre ellos, muestra de eso es el comportamiento y la forma de afrontamiento que el adolescente tendrá ante cualquier eventualidad que surja a lo largo del camino, son los padres los primeros impulsores para que el menor adquiera y desarrolle una mejor autoestima, es por tal motivo que su mayor modelo y referente a seguir serán sus progenitores ya que de ellos aprenderán a tener mayor seguridad y autoconfianza con los estímulos positivos que sus padres emitirán ante ellos, durante esa etapa el adolescente con buenos refuerzos estará preparado para tomar mejores decisiones ante situaciones estresantes y poco armónicas, si bien es cierto los refuerzos pueden ser positivos o negativos y es él quien ira adquiriendo mayor asertividad en la toma de

decisiones puesto que es ahí donde recordara todo lo aprendido durante su formación (Jacques, 2012).

Durante la adolescencia estos estudiantes ya tendrían una imagen sobre sí mismos, la cual al ser positiva estaría facilitando que se den emociones positivas, es decir de alegría, aceptación y confianza en lo que realice, así mismo, se debe de recordar que durante dicha etapa el mayor interés de estos se encontraría fijado en la valoración que realizan sus compañeros, entrando en una especie de temor hacia la posible evaluación negativa de ellos. de esta forma el autoestima ya vendría desarrollada por el contacto y la exposición que haya tenido el sujeto con distintos tratos de sus padres; sin embargo, esta pasaría a ser moldeada por la interacción que tienen con sus compañeros de escuela, siendo principalmente afectada cuando los elementos ante los que se encuentra expuesto por lo general hacen acciones tóxicas, como podría ser el acoso escolar o las burlas hacia él, estos pueden llegar a rechazar la imagen de sí mismos, pueden sentir que tanto físicamente como en su forma de ser son despreciables y a partir de ello comenzar a mostrar un rechazo; así mismo cabe acotar que aquellos adolescentes que en la niñez tuvieron un contacto más positivo con sus padres, donde ellos manifestaban constantemente palabras con contenido positivo, serían mucho más resistentes ante las bromas pesadas de sus compañeros, ellos podrían darse su lugar y comenzar a evitar a aquellos chicos que representen una amenaza para su autoestima y comenzar a desarrollar nuevas amistades con otros que les brinden una retroalimentación positiva. Justamente una de las características de aquellos adolescentes con mayor autoestima es rodearse de personas que le facilitan continuar manteniendo un concepto positivo sobre sí mismo, es decir que aceptan con facilidad a las personas que tienen una impresión positiva, dejando de lado a los otros sujetos que les hacen comentarios negativos (Machargo, 2005).

Desarrollo de la autoestima es posible debido a que este problema suele presentarse de una forma mucho más observable de lo que se creen, pues el autoestima se daría como la respuesta emocional subjetiva a partir de como los propios sujetos comienzan a sentirse con respecto a su estado emocional, siendo estas personas las que comúnmente se sienten más preparadas para

alcanzar un mayor goce en torno a su estado emocional, siendo ellos mismos quienes se estarían apareciendo ante situaciones de mayor virtud emocional. Se permite que los sujetos tengan un mayor desarrollo de su sentimiento personal en la medida que ellos alcanzan un mayor logro de sus metas, cuando sienten que han alcanzado ese grado de éxito personal es donde se verían a sí mismos como personas que logran sentirse mucho más exitosas, sobre todo cuando las situaciones cotidianas a menudo están alineadas con aquellos eventos donde ellos se sienten competentes, es decir donde estarían sintiendo que el éxito personal lo logran conseguir por medio de su propio esfuerzo (Polaino,2003).

Resulta más probable que las personas que tienen a menudo una mayor experiencia de sentimientos personales conseguirían verse sumamente favorecida por la presencia de sus pensamientos positivos, donde resaltan características en beneficio propio como la alegría, la sensación de satisfacción personal, así como el alcance del logro personal ante la adversidad. Las personas van acumulando ideas propias de sí mismo y con estas suelen sentirse mucho más favorecidas con la presencia de sus sentimientos personales, siendo estos los que a menudo estarían derivándose en sus sentimientos personales, con lo cual se les vería muy frecuentemente felices. Son las ideas positivas de sí mismos las que derivan en una expresión emocional gratificante, donde estos sujetos terminarían sintiéndose gratos con ellos mismos y terminarían beneficiándose de la experiencia que obtienen de ellos mismos. Los pensamientos positivos son predominantemente superiores a los negativos y por ello le abren la posibilidad al individuo de sentirse bien consigo mismo, con lo cual llegaría a sentirse confiado de cómo es él en realidad, es por ello que estas personas comenzarían a sentirse contentos con la manera de ser (Poletti, 2010).

El desarrollo de la autoestima es posible por la exposición ante modelos apropiados, es decir personas que contribuyan a que se mantenga la presencia de las ideas positivas por parte del individuo y se reduzcan los conceptos negativos sobre sí mismos, por ello los padres que suelen incentivar en sus hijos la presencia de pensamientos positivos se sentirían sumamente más agradecidos con ellos. Estos padres conseguirían que sus hijos entren en un estado de mayor bienestar con sí mismos, al punto que se sienten felices con su

forma de ser, es como si ellos consiguen estar mucho más alegres con su manera de comportarse y ello termine derivando en la presencia de nuevas ideas las cuales terminarían siendo de gran alcance para ellos mismos. Es entonces por influencia de estos padres que los hijos conseguirían sentirse fuertemente agradecidos por la presencia de sus emociones personales, las mismas que son conseguidas a menudo por parte de ellos en torno al alcance de sus metas personales, siendo estas personas las que les permitirían tener un concepto tan positivo sobre sí mismos, el que a su vez les brinda la oportunidad de incrementar la estima que tienen en torno a su propia persona (Montt, 1996).

Autoestima apoyada por la familia

La familia es entendida como el primer contexto socializador de los individuos, pues es en este ámbito donde realizaran sus primeras interacciones, aprendiendo como han de responder ante distintas situaciones y como ello los encaminaría hacia el nuevo alcance de logros personales, siendo estas personas las que a menudo suelen estar fuertemente vinculadas con el mayor o menor desarrollo de su autoestima personal, es por esta razón que los adolescentes suelen vincularse en un conjunto de nuevas tareas, las mismas que a su vez les permitirían sentirse incluidas en sus metas personales. Es la familia la que trasmite los primeros conceptos a los hijos, dándoles la oportunidad de sentirse como seres apreciados y que son concebidos de forma altamente gratificante por ellos, es de esta forma como dichos sujetos comenzarían a sentirse gratificados con el alcance de sus logros personales, sobre todo con aquellas situaciones donde han de relacionarse con nuevas personas. A menudo cuando se conoce o establecen nuevas relaciones interpersonales, resulta necesario que los adolescentes tengan una imagen de sí mismos agradable y se autorrespeten, ello no se daría en el caso de que se vena a menudo envueltos en sus pensamientos personales, pues estos mismos podrían estar siendo perjudicados por la fuerza de sus deseos personales y cometer acciones que los hagan entrar en situaciones vergonzosas frente a sus compañeros (González, Valdez y Serrano, 2003).

La autoestima como una expresión de los sujetos estaría apareciendo frecuentemente dentro del campo más llamativo en el desarrollo cognitivo de los

menores, es decir que a partir del concepto que tienen de sí mismos, estas personas comenzarían a sentirse de determinada forma con respecto a sus sentimientos personales, siendo personales que se conciben a sí mismas como personas que ante estas situaciones conseguirán sentirse mucho más agradecidas con aquello que la vida les ha permitido obtener, es como si estas personas consiguieran sentirse mucho más alegres por todo lo que les estaría tocando vivir y a partir de ellos se sintieran contentos con el estado emocional que tienen ellos mismos (Matud,2004).

2.2.2. Resiliencia

Conceptos de la resiliencia

La resiliencia es entendida como una característica propia de la personalidad de diferentes sujetos, la cual hace alusión a que ellos cuentan con una mayor fuerza para sobreponerse ante las adversidades que se encuentren, es por ello que este es un concepto que se emplea principalmente para describir a aquellos individuos que tienen la capacidad de sobreponerse ante los distintos problemas, siendo ellos quienes lograrían sobreponerse ante las adversidades y conseguir de dicha forma una mayor obtención de posibilidades en torno a la manera de reaccionar ante situaciones de riesgo, es como si ellos ante las situaciones de mayor amenaza se mantuvieran con optimismo y ello les permitiría verse a sí mismos como personas que consiguen aprender de los problemas, adelantándose ante situaciones futuras similares donde al contar con un antecedente de lo sucedido, contarían con mayor experiencia para afrontarla, es por ello que se suele manifestar que los sujetos con mayor experiencia de resiliencia conseguirían verse mucho más fortalecidos en la forma como afrontan sus propios problemas, a diferencia de aquellos con menor resiliencia, quienes en dichos casos si se encontrarían enfrentando problemas en torno a la forma de enfrentar estas adversidades, envolviéndose mayormente en el negativismo y en el aplazamiento de sus responsabilidades (Ahern, 2006).

Wagnild y Young (1993) definen a la resiliencia como una característica positiva de la personalidad del ser humano que ayuda a disminuir los efectos del estrés para su mejor afronte.

La resiliencia es un concepto amplio, pues engloba aquella capacidad de los seres humanos por afrontar una situación altamente adversa y salir con cierto aprendizaje y hasta fortalecido, pues dicha situación habría sido asumida de una manera mucho más productiva para él, quien habría comprendido que de dicha situación puede sentirse mucho más beneficiado en el sentido de conseguir nuevas experiencias que le permitan proteger a sus seres queridos; así mismo, los sujetos resilientes cuentan con una visión más optimista de la vida, es por ello que ante estas situaciones altamente adversas, no caerían en el auto derrotismo sino que se les vería de una manera resistente, no deseando rendirse y sabiendo que deben de superar ese evento sin importar nada, es pues que ellos tienen una mayor garantía para verse fortalecidos ante estas situaciones, siendo la resiliencia entonces un concepto psicológico que se les suele asignar a estos individuos (Fergusson y Lynskey, 1996).

La resiliencia es comprendida como un conjunto de características que son parte de la personalidad y vuelven a los individuos mucho más capaces de alcanzar su éxito personal, sobre todo cuando se enfrentan a situaciones adversas, las cuales pueden ir en diferentes grados de dificultad, siendo para estos individuos una posibilidad para alcanzar niveles elevados de competencia personal, pues les permitirían volverse mucho más fuertes en el manejo de sus emociones, pues cuando la situación se torna difícil, es muy probable que los sujetos comiencen a entrar en un estado emocional negativo el cual a su vez dificultaría el proceso de planificación, es decir que se verían dificultados de poder desarrollar sus actividades personales y esto mismo los estaría llevando a verse impedidos de tomar la mejor decisión; sin embargo, quienes han desarrollado mayor resiliencia si estarían en la capacidad de afrontar con perseverancia y estabilidad emocional los problemas de la vida, lo que no implica sonreír ante la desgracia, pero si ser optimista en los momentos desafortunados y como consecuencia de ello estar viéndose a sí mismos como personas que poseen lo indicado para superar dicha eventualidad, es por ello que estos sujetos se encontrarían afrontando estas dificultades muchas veces de maneras resistentes, sacando mayores aprendizaje en comparación de los sujetos más pesimistas (Amar, Kotliarenko y Abello, 2003).

La resiliencia es comprendida como aquel conjunto de singulares cognitivas que llevan al sujeto a tener mayor flexibilidad en su evaluación del estado que atraviesa, lo que le permitiría ser alguien con mayor posibilidad de afrontar situaciones negativas, adversas y que ponen al límite su propia estabilidad, así mismo, la resiliencia es un concepto que alude a la sólida fortaleza de ciertos sujetos para afrontar situaciones adversas aferrándose a alguna expectativa negativa, sintiéndose sólidos en la búsqueda de su satisfacción personal; además, la presencia de resiliencia resulta algo importante en el manejo de la calidad de vida, sobre todo cuando se desea que las personas tengan un mayor contacto con la felicidad, pues quienes se mantienen más resilientes frente a las situaciones adversas lograrían tomar esas experiencias, abrazándolas y sintiéndose a partir de ello con mucha mayor motivación para alcanzar la resolución de dicho conflicto (Connor y Davidson, 2003).

La resiliencia forma parte de aquellos conceptos apropiados que toda persona debe de poseer y que es valorado al iniciar un tratamiento psicológico, pues en caso de que la resiliencia, la cual es entendida como una virtud de fortaleza por parte de los sujetos para mostrarse flexibles y cambiar su sistema de resolución de problema para solucionar dicho conflicto, cuenten con mayores herramientas para superar el problema psicológico que haya desarrollado he dicho momento. La resiliencia entonces sería un concepto que intenta referirse a la fortaleza que poseen ciertos individuos que pueden superar sus problemas con mayor flexibilidad y confianza en sí mismos, es por ello que se mostrarían a menudo con fuertes razones para manejar su propio estado emocional, el cual en este tipo de situaciones se vería perjudicado por la forma con la cual estarían desarrollando su propio autoconcepto, es decir que al afrontar mejor las situaciones difíciles van guardando información oportuna sobre sí mismos, siendo lo que aparentemente les daría ese impulso de optimismo y perseverancia para seguir adelante en el alcance de sus metas personales (Castro y Lujan, 2018).

La resiliencia es entendida como un conjunto de características psicológicas profundamente arraigadas que ofrecen la particularidad a ciertos individuos de mantenerse con cierto optimismo en las situaciones adversas,

como si estuvieran seguros de que pueden afrontar esos problemas y sentirse bien al día siguiente por que habrán superado todas esas adversidades y como consecuencia de ello estarían viviendo una vida con mayor confianza en sí mismos, sabiendo que son capaces de afrontar con éxito otras situaciones similares, aunque en ocasiones resiliencia involucre superar el evento sin obtener grandes resultados, logra el individuo sentirse satisfecho con lo alcanzado pues admite que la vida y realidad en la que vive no es siempre perfecta, sino que tiene sus altibajos y como consecuencia de ello se ve a sí mismo siendo alguien que supera esos problemas y a su vez se ve beneficiado por la confianza que logra entregarse a sí mismo, es como si consiguiera sentirse animado en el alcance de todas sus metas y ello le permitiría darle cierto sentido a la vida, el mismo que le daría mayor fortaleza para superar las eventualidades altamente negativas ante las cuales podría llegar a estar expuesto (Garmezy, 1991).

Fase cognitiva de la resiliencia

La resiliencia es entendida como un conjunto de características que terminan haciendo que una persona en particular se tenga mayor confianza en sí mismo y como consecuencia de ello puede verse fortalecida con cada nuevo problema que terminaría afrontando, es por ello que para estos individuos la presencia de las situaciones altamente adversas muchas veces no son asumidas de forma catastrófica como si podría ocurrir en otras personas que atraviesan por situaciones similares, para estos sujetos la manera como ellos irían a enfrentar sus propios problemas entran en relación con los pensamientos que han venido desarrollando, es en este sentido que se les ocurriría una mejor forma de enfrentar tales situaciones a partir del optimismo que mantienen en sí mismos, es decir que la forma como van a manejar la situación partir de la base de que son capaces de afrontar situaciones similares y como consecuencia de ello se ven a sí mismos como personas las cuales ante la adversidad pueden llegar a asumir esas problemáticas de formas apropiadas, concibiendo que tienen un sentido de la vida y que deben de luchar por él, es decir que a nivel cognitivo tendrían una serie de elementos particulares que les permitirían tener esta valoración mucho más positiva de la situación que se encuentran afrontando en ese momento, lo que no estaría apareciendo en otras personas que afrontan esa

situación y al contrario permanecerían lamentándose del mal infortunio que les estaría ocurriendo en dicha situación, es a partir de ello que pueden ver su propio desempeño mucho más favorecido y sentirse con la habilidad necesaria para superarla (Becoña, 2006).

Al afrontar una situación difícil, las personas suelen retomar sus recuerdos, es decir las experiencias pasadas que han tenido donde se visualizaron como sujeto que pueden o no hacer frente a una nueva situación de dicha magnitud, es por ello que necesitarían afrontar esos eventos y a su vez sentirse fortalecidos con los nuevos aprendizajes que logran conseguir, es como si una persona con mayor resiliencia conseguiría sentirse algo positivo en las situaciones más negativas pues aun que dicho evento para algunas personas sea totalmente hostil, ellos lograrían entender que ese evento les estaría dando la posibilidad de ponerse en el otro lugar de la situación, comprendiendo otros puntos de vista enseñándoles a valorar más su vida, es por ello que estas personas comenzarían a sentirse mucho más optimistas en conseguir sus propios deseos personales (Henderson y Milstein, 2007).

Una persona que ha tenido a menudo una fuerte exposición ante situaciones negativas, es decir donde no ha conseguido buenos resultados puede verse a sí mismo como alguien incompetente, que no consigue estar en buenos términos con la satisfacción personal, peor aún con el alcance de sus objetivos personales y más aún cuando estas situaciones pueden llegar a tornarse sumamente dificultades en torno al desarrollo de sus metas personales. Es decir que estaría convencido en que no es bueno en conseguir lo que desea, lo que involucraría tanto situaciones de alcance de la autorrealización como aquellas donde debe de enfrentar problemas para sobrevivir con calidad de vida, es por ello que suelen ser estas personas las que han acumulado mayores recuerdos negativos en torno a la forma de ver sus propios deseos personales, sintiéndose ellos como sujetos que ante tales situaciones no conseguirían verse competentes en el afrontamiento de problemas, por ello y teniendo dicha característica de información a nivel cognitivo sería más complicado que puedan afrontar de forma apropiada el manejo de situaciones adversas, pues no habrá confianza en sí mismos (Matos, 1996).

En el caso de los sujetos con una mayor presencia de resiliencia se podría observar que a nivel cognitivo tendrían unas mayores creencias que apoyen su satisfacción personal en el afrontamiento de eventos negativos, sobre todo en aquellas situaciones donde han de tomar decisiones que pueden ser consideradas de gran responsabilidad. En la medida en que se valla envolviendo más en los esfuerzos por solucionar un problema que envuelta a un conjunto de personas, la carga de responsabilidad puede incrementarse y hacer que se entre en crisis episódicas por el miedo a defraudar a todas las personas con las que se tiene contacto en ese momento, es por ello que los individuos con mayor resiliencia podrían planificar sus acciones, pues se tienen mayor confianza y ello les permitiría tener algo más de tranquilidad, lo que no estaría apareciendo en los sujetos con una menor resiliencia o que tienen a nivel cognitivo una mayor presencia de pensamientos negativos, desvalorativos y desaprobatorios hacia sí mismos, es por ello que no se consideran aptos para manejar estas situaciones y cuando se ven envueltos en estos eventos donde de forma obligatoria han de asumir la responsabilidad para ayudar a contribuir en la solución pueden caer en grandes episodios de angustia, dudando de sí mismos e inclusive ideando formas de escapar ante ello (Masten, 2001).

Los pensamientos característicos de una persona con resiliencia suelen ironizar la situación, es decir que se emplean estrategias para afrontar esas eventualidades, lo cual daría como resultado que una situación para algunos difíciles e inclusive imposible de tener solución pueda ser manejada hasta ser resuelta por otra persona, es en este sentido que el manejo de los pensamientos positivos en los sujetos con mayor resiliencia estarían viéndose como la cuota de optimismo que les permiten manejar de forma oportuna las situaciones que deben de superar, más aun cuando tienen que confrontar las ideas negativas de otros individuos quienes ante dicha situaciones estarían viendo cómo enfrentar esa eventualidad y malograr de esa forma el sentido que intentaban conseguir los individuos señalados. La resiliencia es un conjunto de características propias de los sujetos que enfrentan las situaciones adversas con mayor perseverancia, por ello los pensamientos que más predominan ante esas eventualidades entrar en estrecha relación con la búsqueda de la solución y la esperanza de que puede ser resuelta, siendo de esa forma que se sienten mucho más aptos para ver

cómo afrontarla, en cambio alguien que no tiene pensamientos positivos puede llegar a rendirse de forma prematura o caer en el terrible, considerando que la situación solo puede empeorar, rindiéndose o complicando más esa eventualidad al intentar responsabilizar a los demás.

La responsabilidad debe de ser equilibrada, pues a nivel cognitivo no se debería de contar con demasiada rigidez y tener niveles exacerbados de responsabilidad podría llevar a las personas a experimentar culpa por acciones que han estado fuera de su poder, es por ello que lo más apropiado terminaría siendo la manera como irían a afrontar esas eventualidades, dividiendo la responsabilidad entre todos los agentes presentes y aun en esa situación, teniendo la flexibilidad suficiente como para perdonar el propio error que pudo haber cometido y levantándose ante ello, aproximándose hacia el camino de sus logros personales, de los cuales terminaría siendo participe de la solución y aceptando que se seguirán cometiendo equivocaciones. La flexibilidad le brindaría muchas más posibilidades de tener confianza en sí mismo, pues uno de dos fallos no sería interpretado como señal de fracaso, pero las personas con rigidez cognitiva a la primera señal de equivocación pueden llegar a sentirse profundamente afectados (Godoy-Izquierdo y Godoy, 2002).

Los sujetos resiliencia a nivel cognitivo serían más optimistas, flexibles y actuarían con aceptación de los errores que podrían llegar a cometer, es por ello que en esas eventualidades donde los demás individuos se sienten atrapados en un círculo sin salida, los sujetos resiliencia podrían tomarse el problema con menor gravedad y con ello conseguir una mayor tranquilidad que les permita planificar las acciones que estarían realizando (Sinclair y Wallston, 2004).

Salud en los sujetos resilientes

A menudo la salud en general suele ser medida desde distintos factores y áreas de contacto de los individuos, sin embargo y como lo mencionaría la OMS (n/n) esta se trataría de más allá de la ausencia de enfermedades, sino que habría de ser necesario, contar con un mayor equilibrio tanto en el manejo de sus emociones, así como, en lo espiritual, psicológico y físico, es por ello que la resiliencia al ser un concepto psicológico que se atribuye a las personas con

mayor fortaleza ante la adversidad ha sido emparejado con la presencia de hábitos saludables, pues estos sujetos suelen rodearse de personas o grupos de amistades que brindan una mayor retroalimentación positiva y por el contrario verse a sí mismos como personas competentes y que consiguen sentirse mucho mejor ante tales eventos. La salud aparece en los sujetos que tienen mayor contacto con situaciones menos estresantes y tener mayor resiliencia no necesariamente involucra que los individuos se encuentren ante situaciones estresantes, sino que se daría todo lo contrario y estas personas se rodearían que otros sujetos que generalmente lanzan comentarios positivos hacia ellos, es ante dicha situación que estos individuos se encuentran velando por sus propios intereses, frecuentan situaciones consideradas como oportunas que les permiten mantener un estado de ánimo optimismo, ello los fortalece y los lleva a creer que ante las situaciones negativas, siempre habrá esperanza para solucionar dichas eventualidades, siendo característico de ellos que consideren que pueden superar todo tipo de situación reciente (Rodríguez y Velásquez, 2017).

La resiliencia pareciera estar presente en los sujetos que experimentan mayor salud, o por lo menos que tienen en mayor medida calidad de vida dentro de sus familias y a partir de ello comienzan a sentirse beneficiados por la experiencia que se encuentran teniendo. La calidad de vida a su vez surge de la valoración positiva que se tiene de los acontecimientos que ocurren alrededor de la vida del sujeto, dándole a entender que ante esa situación podrían estar altamente beneficiados y sentirse gratificados con las experiencias que vendrían experimentando en ese momento, es como si consiguieran sentirse mucho más satisfechos con el estado en el cual se encuentran viviendo en ese momento y por lo tanto comenzarían a estar en presencia de nuevas eventualidades, las cuales siempre son procesadas por un filtro de positivismo donde ese sujeto se considera que esta en una situación de mayor prosperidad y gratificación personal. La forma como estas personas estarían conduciendo su vida podría ser la clave para entender la mayor salud que reporten, la cual podría deberse a que principalmente centran su atención a los acontecimientos positivos que ocurren dentro de su vida, llevándolos a considerar que consiguen todo lo que desean, aceptando las condiciones en las que viven y estando con satisfacción con ello. De esta forma los sujetos resilientes comienzan a entrar en contacto

con situaciones favorables, las cuales hacen que no se lleguen a experimentar eventos altamente estresantes que lleven a dificultar el funcionamiento del organismo (Ángel, 2003).

La salud subjetiva es el elemento con el cual se refiere a la atención que se suele dar a los estímulos positivos sobre los negativos, de tal forma que estos individuos suelen considerar que se encuentran en una circunstancia de afortunados, pues cuentan con beneficios que les permiten continuar con su vida a la vez que no descuidan sus actividades de interés y pueden pasar momentos de gran felicidad junto con las personas que aprecian. El estilo de vida saludable y lo que permite a las personas está en un estado de mayor tranquilidad les permite mantener en óptimas condiciones su sistema inmunológico entre otras reacciones favorables a nivel fisiológico, es decir que estresar menos el organismo termina permitiendo que este se conserve en un mejor estado, lo que para los sujetos con mayor resiliencia si se estaría dando, pues en contraste a ello las personas con menor resiliencia estarían haciéndose una serie de auto enjuiciamientos y críticas negativas hacia sí mismos por los posibles errores que han cometido a lo largo de todo ese tiempo, viéndose a sí mismos como personas que ante dichas eventualidades consiguen verse afectados por la forma como irían a manejar sus pensamientos en torno a las dificultades. Alguien con baja resiliencia se atormentaría, entraría en episodios de crisis de ansiedad cuando la situación no es favorable, lo que generaría secuelas como la alteración en el patrón de sueño (Garmezy, 1991).

Los pensamientos suelen ser positivos y el filtraje de la información por lo general suele contribuir a que la interpretación de los sucesos que ocurren a su alrededor sea positiva, es decir que con ello se estaría consiguiendo que las personas se vean mucho más inclinadas hacia conseguir mayores experiencias positivas. La interpretación contribuye a que se tenga una disposición mucho más favorable, a su vez que los pensamientos que se encuentran alrededor de la persona no le lleve a creer que se encuentra en una situación de alto riesgo y por ello mismo comience a sentirse mucho más afectada por la manera en la que va a enfrentar esas eventualidades. Cuando los pensamientos suelen ser negativos o centrarse en los aspectos hostiles de una situación neutra, suele

despertar en el sujeto una actitud hostil y de defensiva, pues consideraría que en dicha situación se encuentra en peligro y como consecuencia de ello debería de mostrarse hostil ante los demás, es de esa forma como al verse afectado por la presencia de tales situaciones llegaría a experimentar tensión, incomodidad y experiencia de incomodidad, lo que haría que entre en estado de alerta y ello termine desgastándolo (Ravazzola, 2002).

Algo característico de los sujetos resilientes es que suelen tener grupos de apoyo positivo, es decir que no les gusta entrar en contacto con personas que son un elemento hostil para ellos, lo que en otros individuos a pesar de que no resulte agradable, no tienen la habilidad para alejarlos o darse a respetar, en el caso de los resilientes si habría dicha habilidad, la cual les permitiría sentar los puntos que realmente necesitan intercambiar con ellos, es de esta forma como conseguirían entablar relaciones sociales mucho más optimistas que les brindan la posibilidad de verse en ese tipo de eventualidades que se encuentran rodeados de personas que son un apoyo positivo dentro de sus vidas, de esa forma es como los sujetos con una mayor experiencia de ansiedad y menor resiliencia están expuestos constantemente a una retroalimentación negativa, los sujetos más resilientes cuentan con una fuente de fuerza, para sentirse motivados y que constantemente contribuye a tener un buen autoconcepto de sí mismos, es por ello que esas personas conseguirían sentirse mucho más capacitados para afrontar las situaciones negativas de manera perseverante (Grotberg, 1995).

La salud entonces aparecería o sería percibida en mayor medida por los sujetos con mayor resiliencia, ya sea porque tienen una mayor fortaleza que les permite superarse a sí mismo ante la adversidad, como la preferencia y esfuerzos que emplean para encontrarse en situaciones favorecedoras, sobre todo en las interacciones sociales que llegan a obtener. El procesamiento de la información suele priorizar los aspectos positivos de la vida, siendo justamente esta la fuente de la satisfacción que tendrían dichos individuos, los mismos que se sentirían con mayor disposición para superarse en sus adversidades pues aún tienen esperanzas en la vida que les ha tocado vivir, esta misma se desprendería de haber tenido contacto con experiencias positivas, pues en caso

de que se lleve viviendo situaciones negativas y se les dé una atribución catastrofista, los sujetos al enfrentarse a una situación altamente adversa simplemente se inclinarían hacia la desesperanza (Infante, 2005).

Desarrollo de la resiliencia en a adolescentes

El desarrollo de la resiliencia es la capacidad de la persona para poder adaptarse a diferentes situaciones en la que podrían ser traumáticas, estresante y problemáticas para el sujeto. Donde el individuo sale ileso de los conflictos que se le presente en diferentes experiencias que tiene en su vida todo este proceso va a depender de la familia, quienes inculca este tipo de habilidad desde que son niños para que forme parte de su vida y pueda usarlo como recurso para enfrentarse al mundo que lo rodea, así también en respecto a su ambiente social. La familia es el principal fuente para enseñarles desde que son pequeños como poder salir a diferentes conflictos tales como problemas en casa, colegio o personas, estos ejemplos se ven dados cuando la familia sabe cómo poder enfrentar estas dificultades con todo su entorno familiar es decir pueden llegar acuerdo, conversar sin llegar a golpes o peleas enseñando a su miembros de sus hijos que pueden solucionar sus problemas y poder enfrentar estas situaciones sin llegar a la necesidad de huir del problema (Oshio, Kaneko, Nagamine y Nakaya, 2003).

Mediante el ejemplo se dan cuenta que este ambiente es el correcto porque ven que sus padres o familiares pueden llegar a un acuerdo como son los divorcios, mudanzas, pedida de trabajos y baja economía hasta sus mismo problemas emociones, enseñando al niño que cuando desarrolla una adecuada resiliencia no tendrá problemas de enfrentar a los problemas porque sabe que si se equivoca llegara a una solución esto lo llevara a una reflexión de lo que sucedió para que no se vuelva a repetir el error entendiendo que si algo sucede esto lo tomara como una lección de un nuevo aprendizaje, ampliando más su capacidad y su forma de vida. Además la familia le da los recursos necesarios para poder desarrollar esta capacidad de la manera más adecuada dándole atención, comprensión, apoyo, cariño y comunicación es así que cuando el niño está rodeado de estos comentarios que le da la familia siente que la familia es parte de este proceso que no se encuentra solo si no que contiene el apoyo de sus

padres que lo ayudaran enseñándolo las situaciones cuando se mas grande, ya que cuando entra la etapa de adolescencia es un cambio difícil también como para el adolescente como para los padres quienes tienen que lidiar con diferentes cambios de humores, rebeldías, cambios de identidades, ya que cuando se encuentran en esta etapa pasan por muchos procesos en su vida y si no cuenta con un cimiento fuerte todo esto puede destruir la vida del adolescente llenando de conflictos. Si el adolescente desde que es pequeño pudo tener los recursos necesarios de su familia y aprendió a ser resiliente cuando sea adolescente esto le ayudara mucho a poder formar un camino correcto, sabiendo poder elegir sus propias decisiones (Restrepo, Vinaccia y Quiceno, 2014).

Es que el adolescente que crece con un desarrollo del apoyo de la familia y esta fomento la resiliencia, el podrá enfrentar los problemas sabiendo que decisiones tomar por ejemplo en el colegio existen los tipos de grupos de amigos quienes son que te dicen que cosas debe hacer para que pueda ingresar o formar parte en algunos casos esto grupos fomentan el tema de hacer cosas inadecuadas poniendo el riesgo de la vida de el mismo o de alguien más para comprobar su confianza, es así que adolescente podrá enfrentar estos problemas y darse cuenta que opciones tomar cuando se enfrente a este tipo de situaciones, ya que sabrá a quien escuchar o a quien pedir consejo además estos adolescente creen con autoestimas altas, con ganas de internar nuevas cosas sin temar a equivocarse o por temor a que como se equivocó una vez no volverá a intentar será de los que en el salón puede dar su punto de vista están equivocado o no pero será el que lidere, resuelva conflictos entre sus amigos podrá tener éxito en cuando el salón de clases porque podrá destacar entre sus demás compañeros, muchos de los adolescente cuando cometen errores tienen miedo de volver a intentar las cosas o entran una profunda tristeza porque no tolera equivocarse o hacer mal las cosas muy diferentes a los adolescentes que si cuentan con esta capacidad (Majul, Casari y Lambiase, 2014).

Es así que serán adultos donde se observa también contar con éxito en el trabajo, ya que podrán resolver conflictos de sus empresas o tendrán miedo de poder salir de su zona de confort porque sabrán que bajo esos medios podrá sacar nuevas habilidades que harán que pueda tener mejor vida económica que

las demás personas, ya que el jefe de su propio trabajo le gusta tener a una persona proactiva que no índice a los problemas si no a la solución de las cosas. Igualmente, con los grupos de amigos será quien busque la solución tanto positiva o negativa que pueda ayudar a todos y nos era de los que busque pelas o conflictos porque las demás personas no tienen su mismo punto de vida. Esto también lleva a su lado de pareja cuando la tenga podrá ser alguien amable con su pareja quien podrá llegar acuerdos así no están los demás pensando lo mismo o por el mismo camino abriéndose oportunidades a poder tener una mejor relación con su pareja es así que cuando termine esta relación no le ocasione problemas porque sabrá que conseguirá alguien mejor o alguien que si lo quiera de verdad desarrollando la capacidad de ser resiliente en su ambiente igual cuando tenga un trabajo entenderá que no es el fin del mundo si no que podrá conseguir uno mejor o con un puesto más ideal a él. Es así que cuando una persona desarrolla resiliencia desde que es pequeño, lo hará hasta cuando es adulto lo que quiere decir que tendrá más oportunidades de poder crecer o desarrollarse de la mejor manera posible con un ambiente adecuado, escolar, familia, personales y sus relaciones sociales (Luthar y Cushing, 1999).

Es claro que cada persona lo desarrolla diferente manera, en algunos casos sucede lo contrario pero siempre todo parte desde la familia como es la manera en que ellos ven las cosas, su perspectiva de arreglar las cosas en este ambiente suele suceder lo contrario son más violentas, humillan y gritan, llegando a no poder resolver nada si no ser causa de más conflictos emocionales tanto para sus padres como a sus amigos, los niños desde que son pequeños imitan y observan todo parte desde ese momento en que la familia suele ser una fuente toxica para el niño quien observa cosas inadecuadas al resolver cosas o poder adaptarse a nuevas, en algunos casos los padres en vez de seguir buscando trabajo busca comentarios como nunca encontrare nada bueno, es una tontería y no hay trabajo para mi estos pensamientos tienen los padres quien inculta también a sus hijos a darse cuenta que las cosas se solucionan quejándose, huyendo o golpeando a los demás para sentirse mejor llegando a crecer que es algo normal vivir en un tipo de ambiente donde solo se escuchan grito o peleas sin poder tener una comunicación armoniosa (Luthar,2006).

Aparte de eso el niño crece sin el apoyo, comprensión, cariño y comunicación adecuada por parte de su familia lo que origina que cuando sea adolescente se vuelva más rebelde con sus padres porque nunca estuvieron pendiente de él al contrario pensaron más como individuos viendo sus propios problemas o como sentirse mejor dejando de lado a pequeño hijo quien necesita y crece con un déficit de no contar con sus padres como una fuente de apoyo. Cuando los padres quieren poder controlar la rebeldía del adolescente este se vuelve incontrolable ya que cuando fue pequeño no recibió ni el apoyo ni atención de sus propios padres creciendo con déficit lo que hará que busque en otros lugares para sentirse aceptado pero no sabrá poder tomar la decisión correcta si tiene problemas en el colegio o no entiende algún problema simplemente seguirá con pensamientos negativos y dirá que no puede hacer, escapándose de la situación prefiriendo no asumir su responsabilidad de tener que estudiar o practicar si no culpar a otros como a la profesora que se le tiene cólera o que simplemente no le enseña bien lo que generaría que si no quiere entrar a clases porque es una situación aversiva para él no pueda asumirla escapándose y buscando grupos de amigos donde pueda sentirse mejor no queriendo enfrentar sus situaciones. Al escapar de estos problemas sin darse cuenta se enfrentará a más dificultades que lo llevarán a más problemas. Si no cuenta con la resiliencia desarrollada se quedará en su zona de confort sin poder asumir retos o decisiones porque culpará a otras personas (Luthar, Cicchetti y Becker, 2000).

Es así que los adolescentes sin resiliencia caerán en drogas, robo o asesinatos solo para buscar no enfrentar responsabilidades o situaciones que se presente en su vida, ya que se sentirán mejor buscando una adicción para olvidarse de sus problemas. Posiblemente como lo hacían sus padres quienes se refugiaban en el alcohol para no tener que soportar a su familia quien para él sería un problema porque la tendría que mantener o porque sus hijos no sacan buenas calificaciones y tienen problemas, pero todo esto es generado por los mismos padres quienes con ejemplos no pueden inculcar como poder enfrentarse a sus problemas, sacar nuevas habilidades problemas distintos y asumir nuevos retos en la vida. Estos adolescentes cuando sean adultos no soportarán la idea de que una persona los abandone porque se sentirán

desdichados y se quejaron de todo pero no harán nada para resolverlo contándole poder volver a intentar o hasta culparan a la misma pareja porque los dejó pasando lo mismo cuando hablamos de trabajo no asumirán nuevos retos, serán conflictivo con sus entornos sociales porque buscaran peleas y agredir a los demás lo que ocasionara que sean despedidos de su trabajo así se sentirán desdichados y tristes poniendo pensamientos incorrectos en su vida sin poder luchar por alcanzar nuevas cosas. Es así que estos adolescentes que se volvieron adultos tendrán como pensamientos muy parecidos a sus padres quienes preferirán estar tirados en la cama o sofá sin buscar un nuevo trabajo porque lo despidieron no sintiéndose bueno o simplemente culpándolos sin asumir sus propios errores que pudo cometer (Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla, 1997).

2.3. Definición de la terminología empleada

Autoestima

Coopersmith (1967) definió la autoestima como el juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacía sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta.

Resiliencia

Wagnild y Young (1993) definen a la resiliencia como una característica positiva de la personalidad del ser humano que ayuda a disminuir los efectos del estrés para su mejor afronte.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de investigación

La investigación fue desarrollada con un tipo de investigación correlacional, ya que se buscó establecer la relación entre las variables autoestima y resiliencia, a partir de los datos obtenidos en los adolescentes de la institución educativa analizada (Bernal, 2010).

3.1.2. Diseño de investigación

La investigación fue desarrollada con un diseño no experimental, ya que no se realizó la manipulación deliberada de ninguna de las variables, siendo analizadas en su ambiente natural; así mismo, fue de corte transversal por que se estaría empleando los datos recogidos en un solo momento, como si se tratase de una fotografía de las variables (Hernández, Fernández y Batista, 2014).

3.2. Población y muestra

La población estuvo constituida por 740 adolescentes del tercero al quinto año del nivel secundaria de la Institución educativa Javier Heraud de San Juan de Miraflores.

La muestra estuvo constituida por 350 estudiantes del tercero al quinto grado del nivel secundaria del turno mañana de la Institución Educativa Javier Heraud de San Juan de Miraflores, donde el 49.5% eran de sexo femenino y el restante 50.5% masculino, a la vez de que el 67.5% tenía entre 15 a 17 años de edad. Finalmente, el muestreo fue de tipo no probabilístico por conveniencia.

Tabla 1

Distribución de la muestra

Variable	Categoría	fi	%
Sexo	Femenino	367	49.5
	Masculino	375	50.5
	Total	742	100.0
Edad	12 a 14	241	32.5
	15 a 17	501	67.5
	Total	742	100.0
Año de estudio	Tercero	202	27.2
	Cuarto	279	37.6
	Quinto	261	35.2
	Total	742	100.0

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

1. Aceptar la ficha del consentimiento informado
2. Encontrarse en condiciones físicas óptimas para resolver el instrumento

Criterios de exclusión

1. Presentar alguna enfermedad o problema discapacitantes que afecte el marcado del instrumento
2. Rechazar ser parte de la investigación

3.3. Hipótesis de la investigación

3.3.1. Hipótesis general

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.

3.3.2. Hipótesis específica

H₁: Existen diferencias al comparar la autoestima y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores en función del sexo, edad y año de estudio.

H₂: Existen diferencias al comparar la resiliencia y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores en función del sexo, edad y año de estudio.

H₃: Existe relación entre las dimensiones de la autoestima y de las dimensiones de la resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.

3.4. Variables – Operacionalización

Variable de estudio: Autoestima

Definición conceptual

Coopersmith (1967) definió la autoestima como el juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta.

Definición operacional

Perfil obtenido a partir de la puntuación de la calificación de los sujetos evaluados a partir del Inventario de autoestima en su versión escolar.

Tabla 2

Operacionalización de la variable autoestima

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Tipo de respuesta Valores	Rangos Categorías	Escala de medida
Si mismo	-Percepción positiva de sí mismo	1, 2, 3, 8, 9, 10, 15, 16, 17, 24, 29, 30, 31, 36, 37, 38, 43, 44, 52, 57, 58		Bajo	
	-Valoración de sus sentimientos				
	-Placer con la vida que lleva				
	-Satisfacción con la edad presentada				
Social – pares	-Seguridad en sus opiniones	4, 11, 18, 25, 39, 53	V=1 F=0	Tendencia bajo Tendencia alto	Ordinal
	-Placer por la relación social				
	-Confianza en sus pares				
	-Seguridad para tomar decisiones				
Hogar – padres	-Aceptan ideas en el hogar	7, 14, 21, 28, 35, 42, 49, 56		Alto	
	-Confianza en la familia				
	-Gratificación al estar con la familia				
Escolar	-Confianza con sus amigos del colegio	5, 12, 19, 26, 33, 40, 47, 54			
	-Entendimiento de las clases				

Nota: V (verdadero), F (falso)

Variable de estudio: Resiliencia

Definición conceptual

Wagnild y Young (1993) definen a la resiliencia como una característica positiva de la personalidad del ser humano que ayuda a disminuir los efectos del estrés para su mejor afronte.

Definición operacional

Perfil obtenido a partir de la puntuación de la calificación de los sujetos evaluados a partir de la Escala de resiliencia ER.

Tabla 3

Operacionalización de la variable resiliencia

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Tipo de respuesta Valores	Rangos Categorías	Escala de medida
Ecuanimidad	-Energía para realizar las actividades				
	-Encontrar una salida a los problemas	7, 8, 11, 12			
	-Constancia en los planes				
Sentirse bien solo	-Aceptación al estar solo				
	-Interesado en actividades	5, 3, 19		Bajo	
	-Autodisciplina		TD=1		
Confianza en sí mismo	-Sentido de vida				
	-Sentimientos de logro personal	6, 9,		Tendencia bajo	Ordinal
	-Orden al enfrentarse a nuevos retos	10, 13, 17, 18, 24	ND/NA=4		
	-Visualización de consecuencias		AA=5	Tendencia alto	
			A=6		
		TA=7			
Perseverancia	-Interés por las cosas			Alto	
	-Motivación interna	1, 2, 4,			
	-Variabilidad para resolver problemas diarios	14, 15, 20, 23			
Satisfacción	-Eficacia para resolver problemas	16, 21,			
	-Placer por las cosas que se realizan	22, 25			

Nota: TD (totalmente en desacuerdo), D (desacuerdo), AD (algo desacuerdo), ND/NA (no desacuerdo ni de acuerdo), AA (algo de acuerdo), A (acuerdo), TA (totalmente de acuerdo)

Variables sociodemográficas

1. Sexo
2. Edad
3. Año de estudio

3.5. Métodos y técnicas de investigación

Para la recolección de los datos, se procedió a emplear la técnica de la encuesta, la cual consta de la administración de un protocolo de auto informe

donde los sujetos analizados deberán de responder en base a la percepción que tienen de la variable en cuestión (Sánchez y Reyes, 2015).

Ficha técnica de la autoestima

Denominación	: Inventario de autoestima en su versión escolar
Autor	: Coopersmith
Año	: 1967
Procedencia	: Estados Unidos
Adaptación peruana	: Llerena (1995)
Estandarización	: Hiyo (2018)
Finalidad	: Estimación de la presencia de la autoestima
Duración	: 20 minutos aproximadamente
Administración	: Individual y colectiva
Factores	: Cuatro
Ítems	: 58 ítems
Significación	: Niveles
Ámbito de aplicación	: Educativo y clínico
Edades	: 11 años en adelante

Para medir la variable autoestima, se utilizó el Inventario de autoestima para niños y adolescentes de Coopersmith (SEI) elaborado por Stanley Coopersmith (1967), el cual está compuesto por 58 ítems divididos en cinco dimensiones (sí mismo, social – pares, hogar – padres, y escolar) y una escala de deseabilidad social de 8 reactivos, el Inventario tienen calificación dicotómica (si y no) que facilita las respuestas de los evaluados. Respecto a las propiedades psicométricas, Coopersmith (1967) reporta índices de confiabilidad aceptables ($\alpha > 0.80$) y coeficientes test re test para la confiabilidad temporal de 0.88. En Chile Brinkman, Segure y Solar (1989) realizó una adaptación en Chile en 1300 estudiantes de secundaria obteniendo un Alpha de Cronbach mayores a 0.83 a todas las escalas.

En cuanto a las propiedades psicométricas encontradas en el Perú, Llerena (1995) obtuvo validez de contenido con la V de Aiken para el Inventario de autoestima para niños y adolescentes de Coopersmith (SEI), obteniendo

coeficiente significativo ($p < .001$) para todos los ítems. Así mismo, Hiyo (2018) identificó evidencia de las propiedades psicométricas del inventario en una muestra de 598 escolares de Lima Sur, encontrando una validez de constructo mediante el análisis factorial que explica la distribución correcta de los ítems para las 6 dimensiones definidas por el autor, las cuales explicaron el 28% de la varianza total; del mismo modo, encuentran confiabilidad moderada mediante el alfa de Cronbach (.584).

Revisión de las propiedades psicométricas

Tabla 4

Validez de contenido del Inventario de autoestima en su versión escolar

Ítems	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	V Aiken	p
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
4	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0.90	,001
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
8	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0.90	,001
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
15	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0.90	,001
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
19	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0.90	,001
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
24	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0.90	,001
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001

31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
35	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
39	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
41	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
43	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
45	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0.90	,001
46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
49	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
52	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
53	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0.90	,001
54	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
55	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
56	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0.90	,001
57	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
58	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001

En la tabla 4, se presentan los resultados del análisis de validez de contenido del Inventario de autoestima en su versión escolar a través de diez jueces expertos para su aplicación en los adolescentes. Se observa que los resultados del coeficiente v de Aiken oscilaron entre .90 a 1.00, lo que indicaría que el instrumento es válido para su aplicación.

Tabla 5

Confiabilidad del Inventario de autoestima en su versión escolar

Variable	Grupo	Alfa de Cronbach	Ítems	<i>p</i>
Si mismo	n= 100	0.785	26	,001
Social – pares	n= 100	0.762	8	,001
Hogar – padres	n= 100	0.706	8	,001
Escolar	n= 100	0.728	8	,001
Autoestima	n= 100	0.826	58	,001

En la tabla 5, se presentan los resultados de la prueba de confiabilidad del Inventario de autoestima en su versión escolar obtenida tras la aplicación en un grupo piloto conformado por 100 adolescentes. Se observa que el coeficiente alfa de Cronbach obtenido a nivel global es superior a .70 ($\alpha = .826$) lo que indicaría que el instrumento presenta confiabilidad para su aplicación.

Tabla 6

Baremos del Inventario de autoestima en su versión escolar

Pc	F1	F2	F3	F4	Total	Nivel
1	16	4	2	4	18	
2	-	4	-	-	18	
3	20	-	4	4	-	
4	-	6	4	4	20	
5	20	-	-	6	21	
10	20	6	4	-	-	
15	20	6	4	6	21	Bajo
20	22	6	6	6	23	
25	24	8	6	6	24	
30	-	8	6	8	25	
35	26	8	8	8	26	
40	28	10	8	8	26	
45	28	10	8	8	27	Tendencia bajo
50	30	10	8	8	28	
55	32	10	10	10	29	
60	34	12	10	10	30	
65	34	12	10	10	31	
70	36	12	12	10	33	Tendencia alto
75	38	12	12	12	35	
80	40	14	12	12	37	
85	42	-	12	-	-	
90	42	14	-	12	39	Alto
95	-	14	12	12	39	
96	44	-	14	-	-	
97	-	14	-	14	41	
98	48	16	14	-	-	
99	48	16	14	16	44	

Nota: F1 (Si mismo); F2 (Social – pares); F3 (Hogar – padres); F4 (Escolar); Total (Autoestima).

En la tabla 6, se presentan los resultados de la elaboración de los baremos del Inventario de autoestima en su versión escolar a partir del grupo piloto.

Ficha técnica de resiliencia

Denominación	: Escala de resiliencia ER
Autor	: Wagnild y Young
Año	: 1993
Procedencia	: Estados Unidos
Adaptación peruana	: Del Águila (2003)
Estandarización	: Bolaños y Jara (2017)
Finalidad	: Estimar la presencia de resiliencia
Duración	: 15 a 20 minutos aproximadamente
Factores	: Cinco
Ítems	: 25 ítems
Significación	Niveles
Ámbito de aplicación	: Educativo y clínico
Edad	: 12 años en adelante

Para medir la resiliencia se empleó la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993), con el objetivo de valorar la resiliencia en los individuos; así mismo está compuesto por 25 ítems con un formato de respuesta Likert. El mismo fue creado como un instrumento para estimar la resiliencia de adolescentes y adultos en función de las cinco dimensiones que la componen.

En el presente estudio se revisaron las propiedades psicométricas en donde el coeficiente alfa de Cronbach a nivel general fue superior a 0.70 (0.845), así mismo la correlación ítem – sub escala demostró que los ítems contribuyen a la confiabilidad, en cuanto a la validez se empleó el método de 10 jueces expertos en donde el coeficiente V de Aiken oscilo entre 0.90 a 1.00, siendo altamente significativo ($p < .05$). En el Perú, las propiedades psicométricas de la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993) han sido revisadas por Castilla, Coronel, Mendoza y Barboza (2016) en estudiantes de Lima Metropolitana. Hallaron evidencias de validez al encontrar relación altamente significativa entre ítem–test ($p < .001$); así mismo la confiabilidad se determinó mediante el

coeficiente alfa de Cronbach ($\alpha=.898$), hallando evidencias de confiabilidad por consistencia interna. Además, Bolaños y Jara (2017), hallaron evidencias en cuanto a las propiedades psicométricas de la escala en Lima en estudiantes de secundaria, hallaron evidencias de valides de contenido al tener coeficientes V de Aiken de 1.00 para todos los ítems, así mismo evidencias del constructo al correlacionar ítem–test ($p<.001$).

Revisión de propiedades psicométricas

Tabla 7

Validez de contenido de la Escala de resiliencia ER

Ítems	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	V Aiken	<i>p</i>
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0.90	,001
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
5	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0.90	,001
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
8	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0.90	,001
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
16	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0.90	,001
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
22	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0.90	,001
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00	,001
25	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0.90	,001

En la tabla 7, se presentan los resultados del análisis de validez de contenido de la Escala de resiliencia ER a través de diez jueces expertos para su aplicación en los adolescentes. Se observa que los resultados del coeficiente v de Aiken oscilaron entre .90 a 1.00, lo que indicaría que el instrumento es válido para su aplicación.

Tabla 8
Confiabilidad de la Escala de resiliencia ER

Variable	Grupo	Alfa de Cronbach	Ítems	p
Ecuanimidad	n= 100	0.722	4	,001
Sentirse bien solo	n= 100	0.723	7	,001
Confianza en sí mismo	n= 100	0.781	4	,001
Perseverancia	n= 100	0.766	7	,001
Satisfacción	n= 100	0.712	3	,001
Resiliencia	n= 100	0.899	25	,001

En la tabla 8, se presentan los resultados de la prueba de confiabilidad de la Escala de resiliencia ER obtenida tras la aplicación en un grupo piloto conformado por 100 adolescentes. Se observa que el coeficiente alfa de Cronbach obtenido a nivel global es superior a .70 ($\alpha = .899$) lo que indicaría que el instrumento presenta confiabilidad para su aplicación.

Tabla 9

Baremos de la Escala de resiliencia ER

Pc	F1	F2	F3	F4	F5	Total	Nivel
1	36	19	18	12	88	83	
2	-	19	-	-	88	-	
3	43	-	23	15	-	104	
4	43	23	-	15	110	-	
5	49	-	25	-	-	115	
10	49	27	25	17	123	-	
15	49	27	-	17	-	115	Bajo
20	53	28	28	19	129	120	
25	55	30	29	-	135	125	
30	57	31	30	20	140	129	
35	58	32	31	21	143	132	
40	60	33	32	21	145	135	
45	61	33	33	22	148	137	Tendencia bajo
50	62	34	33	22	151	139	
55	62	35	34	23	152	141	
60	63	35	35	23	154	143	
65	64	36	35	24	156	144	
70	65	36	36	24	159	147	Tendencia alto
75	66	37	36	25	161	148	
80	67	37	37	25	163	-	
85	69	38	38	25	167	154	
90	69	38	38	25	167	154	Alto
95	69	38	-	25	167	-	
96	71	-	39	26	170	158	
97	71	39	39	26	170	158	
98	-	-	-	27	176	-	
99	72	40	40	27	176	162	

Nota: F1 (Ecuanimidad); F2 (Sentirse bien solo); F3 (Confianza en sí mismo); F4 (Perseverancia); F5 (Satisfacción); Total (Resiliencia).

En la tabla 9, se presentan los resultados de la elaboración de los baremos de la Escala de resiliencia ER a partir del grupo piloto.

3.6. Técnicas del procesamiento y análisis de datos

Se procedió a realizar las coordinaciones entre las autoridades de la institución educativa donde fue planteado el estudio, consiguiendo a partir de ello los horarios disponibles por parte de las aulas para realizar la aplicación de los protocolos. Una vez coordinados los horarios de mayor disponibilidad tanto con el directo como con los docentes, se procedió a acceder a dichas aulas y

comenzar a explicar a los estudiantes sobre la forma de marcado de las pruebas; así como, de los puntos que debían de considerar. Se les instruyó que en caso de tener dudas podrían alzar el brazo derecho y una de las colaboradoras se acercaría a ellos para resolver sus dudas.

Para el posterior análisis estadístico se procedió a codificar las encuestas obtenidas de los adolescentes de la institución educativa analizada, consiguiendo de esta forma obtener los niveles de la autoestima y resiliencia a través de las frecuencias y porcentajes. Posterior a ello se realizó el análisis Kolmogorov Smirnov donde se conseguiría obtener la distribución de la muestra, donde al ser no normal se procedió a emplear la prueba U Mann Whitney y Kruskal Wallis; así como la prueba rho de Spearman para el análisis de la comparación y correlación entre las variables.

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Resultados descriptivos

Tabla 10

Niveles de la dimensión si mismo

	<i>Fi</i>	%
Bajo	290	39.1
Tendencia bajo	150	20.2
Tendencia alto	176	23.7
Alto	126	17.0
Total	742	100.0

En la tabla 10, se presentan los resultados de los niveles de la dimensión si mismo de la autoestima en los adolescentes, donde se observa que el 39.1% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 17.0% fue alto.

Tabla 11

Niveles de la dimensión social – pares

	<i>Fi</i>	%
Bajo	282	38.0
Tendencia bajo	145	19.5
Tendencia alto	260	35.0
Alto	55	7.4
Total	742	100.0

En la tabla 11, se presentan los resultados de los niveles de la dimensión social - pares de la autoestima en los adolescentes, donde se observa que el 38.0% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 7.4% fue alto.

Tabla 12

Niveles de la dimensión hogar – padres

	<i>Fi</i>	%
Bajo	250	33.7
Tendencia bajo	261	35.2
Tendencia alto	128	17.3
Alto	103	13.9
Total	742	100.0

En la tabla 12, se presentan los resultados de los niveles de la dimensión hogar – padres de la autoestima en los adolescentes, donde se observa que el 33.7% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 13.9% fue alto.

Tabla 13

Niveles de la dimensión escolar

	<i>Fi</i>	%
Bajo	383	51.6
Tendencia bajo	166	22.4
Tendencia alto	104	14.0
Alto	89	12.0
Total	742	100.0

En la tabla 13, se presentan los resultados de los niveles de la dimensión escolar de la autoestima en los adolescentes, donde se observa que el 51.6% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 12.0% fue alto.

Tabla 14

Niveles de la autoestima (general)

	<i>Fi</i>	%
Bajo	259	34.9
Tendencia bajo	164	22.1
Tendencia alto	181	24.4
Alto	138	18.6
Total	742	100.0

En la tabla 14, se presentan los resultados de los niveles de la autoestima (general) en los adolescentes, donde se observa que el 34.9% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 18.6% fue alto.

Tabla 15

Niveles de la dimensión ecuanimidad

	<i>Fi</i>	<i>%</i>
Bajo	244	32.9
Tendencia bajo	173	23.3
Tendencia alto	184	24.8
Alto	141	19.0
Total	742	100.0

En la tabla 15, se presentan los resultados de los niveles de la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en los adolescentes, donde se observa que el 32.9% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 19.0% fue alto.

Tabla 16

Niveles de la dimensión sentirse bien solo

	<i>Fi</i>	<i>%</i>
Bajo	246	33.2
Tendencia bajo	230	31.0
Tendencia alto	125	16.8
Alto	141	19.0
Total	742	100.0

En la tabla 16, se presentan los resultados de los niveles de la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en los adolescentes, donde se observa que el 33.2% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 19.0% fue alto.

Tabla 17

Niveles de la dimensión confianza en sí mismo

	<i>Fi</i>	%
Bajo	240	32.3
Tendencia bajo	201	27.1
Tendencia alto	177	23.9
Alto	124	16.7
Total	742	100.0

En la tabla 17, se presentan los resultados de los niveles de la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en los adolescentes, donde se observa que el 32.3% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 16.7% fue alto.

Tabla 18

Niveles de la dimensión perseverancia

	<i>Fi</i>	%
Bajo	245	33.0
Tendencia bajo	234	31.5
Tendencia alto	160	21.6
Alto	103	13.9
Total	742	100.0

En la tabla 18, se presentan los resultados de los niveles de la dimensión perseverancia de la resiliencia en los adolescentes, donde se observa que el 33.0% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 13.9% fue alto.

Tabla 19

Niveles de la dimensión satisfacción

	<i>Fi</i>	%
Bajo	229	30.9
Tendencia bajo	180	24.3
Tendencia alto	187	25.2
Alto	146	19.7
Total	742	100.0

En la tabla 19, se presentan los resultados de los niveles de la dimensión satisfacción de la resiliencia en los adolescentes, donde se observa que el 30.9% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 19.7% fue alto.

Tabla 20

Niveles de la resiliencia (general)

	<i>Fi</i>	%
Bajo	226	30.5
Tendencia bajo	196	26.4
Tendencia alto	176	23.7
Alto	144	19.4
Total	742	100.0

En la tabla 20, se presentan los resultados de los niveles de la resiliencia (general) en los adolescentes, donde se observa que el 30.5% de los participantes obtuvo un nivel bajo; mientras que, el 19.4% fue alto.

4.2. Resultados comparativos

Tabla 21

Prueba de normalidad de la autoestima y sus dimensiones

	n	Kolmogorov Smirnov	p
Si mismo	742	0.079	,000 ^c
Social - pared	742	0.132	,000 ^c
Hogar - padres	742	0.118	,000 ^c
Escolar	742	0.131	,000 ^c
Autoestima	742	0.090	,000 ^c

En la tabla 21, se presentan los resultados de la prueba de normalidad de la autoestima y sus dimensiones a través de la prueba Kolmogorov Smirnov en los adolescentes de una institución educativa. Se observa que la distribución de los datos no se ajusta a la curva de normalidad, siendo estos una distribución esencialmente no normal.

Tabla 22

Prueba de normalidad de la resiliencia

	n	Kolmogorov Smirnov	p
Ecuanimidad	742	0.156	,000 ^c
Sentirse bien solo	742	0.140	,000 ^c
Confianza en sí mismo	742	0.130	,000 ^c
Perseverancia	742	0.142	,000 ^c
Satisfacción	742	0.141	,000 ^c
Resiliencia	742	0.141	,000 ^c

En la tabla 22, se presentan los resultados de la prueba de normalidad de la autoestima y sus dimensiones a través de la prueba Kolmogorov Smirnov en los adolescentes de una institución educativa. Se observa que la distribución de los datos no se ajusta a la curva de normalidad, siendo estos una distribución esencialmente no normal.

Comparación de la autoestima en función del sexo, edad y año de estudio

Tabla 23

Comparación de la autoestima y sus dimensiones en función del sexo

	Sexo	n	Rango promedio	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Si mismo	Femenino	367	358.79	64149.000	-1.601	0.109
	Masculino	375	383.94			
Social – pared	Femenino	367	386.47	63317.500	-1.908	0.056
	Masculino	375	356.85			
Hogar - padres	Femenino	367	350.11	60963.500	-2.719	0.007
	Masculino	375	392.43			
Escolar	Femenino	367	387.30	63013.500	-2.020	0.043
	Masculino	375	356.04			
Autoestima	Femenino	367	365.78	66715.000	-0.719	0.472
	Masculino	375	377.09			

En la tabla 23, se presentan los resultados de la prueba de comparación de la autoestima y sus dimensiones en función del sexo en los adolescentes de la institución educativa. Se observa que existen diferencias estadísticamente significativas en la dimensión hogar padres y en escolar; sin embargo, no se encontró diferencias estadísticamente significativas en la dimensión sí mismo, en social - pares. Finalmente, no se encontró diferencias estadísticamente significativas a nivel general de la autoestima.

Tabla 24

Comparación de la autoestima y sus dimensiones en función de la edad

	Edad	n	Rango promedio	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Si mismo	12 a 14	241	450.59	41310.000	-6.985	0.000
	15 a 17	501	333.46			
Social - pared	12 a 14	241	457.37	39675.500	-7.670	0.000
	15 a 17	501	330.19			
Hogar - padres	12 a 14	241	436.73	44649.500	-5.815	0.000
	15 a 17	501	340.12			
Escolar	12 a 14	241	413.88	50157.500	-3.799	0.000
	15 a 17	501	351.11			
Autoestima	12 a 14	241	461.61	38653.500	-7.950	0.000
	15 a 17	501	328.15			

En la tabla 24, se presentan los resultados de la prueba de comparación de la autoestima y sus dimensiones en función de la edad en los adolescentes de la institución educativa. Se observa que existen diferencias estadísticamente significativas en la dimensión sí mismo, en social - pares, en hogar padres, y en escolar; así mismo, existen diferencias estadísticamente significativas a nivel general de la autoestima.

Tabla 25

Comparación de la autoestima y sus dimensiones en función del año de estudio

	Año de estudio	n	Rango promedio	H	gl	p
Si mismo	Tercero	202	463.38	82,574	2	,000
	Cuarto	279	387.00			
	Quinto	261	283.82			
Social - pared	Tercero	202	469.83	116,510	2	,000
	Cuarto	279	400.90			
	Quinto	261	263.97			
Hogar - padres	Tercero	202	433.84	44,779	2	,000
	Cuarto	279	388.37			
	Quinto	261	305.22			
Escolar	Tercero	202	419.99	31,319	2	,000
	Cuarto	279	389.13			
	Quinto	261	315.13			
Autoestima	Tercero	202	471.35	107,162	2	,000
	Cuarto	279	395.15			
	Quinto	261	268.95			

En la tabla 25, se presentan los resultados de la prueba de comparación de la autoestima y sus dimensiones en función del año de estudio en los adolescentes de la institución educativa. Se observa que existen diferencias estadísticamente significativas en la dimensión sí mismo, en social - pares, en hogar padres, y en escolar; así mismo, existen diferencias estadísticamente significativas a nivel general de la autoestima en función del año de estudio.

Comparación de la resiliencia en función del sexo, edad y año de estudio

Tabla 26

Comparación de la resiliencia y sus dimensiones en función del sexo

	Sexo	n	Rango promedio	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Ecuanimidad	Femenino	367	366.11	66834.500	-0.678	0.498
	Masculino	375	376.77			
Sentirse bien solo	Femenino	367	373.16	68201.500	-0.210	0.834
	Masculino	375	369.87			
Confianza en sí mismo	Femenino	367	365.85	66739.500	-0.711	0.477
	Masculino	375	377.03			
Perseverancia	Femenino	367	376.56	66955.000	-0.639	0.523
	Masculino	375	366.55			
Satisfacción	Femenino	367	370.48	68438.500	-0.128	0.898
	Masculino	375	372.50			
Resiliencia	Femenino	367	371.06	68650.000	-0.056	0.956
	Masculino	375	371.93			

En la tabla 26, se presentan los resultados de la prueba de comparación de la resiliencia y sus dimensiones en función del sexo en los adolescentes de la institución educativa. Se observa que no existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones: ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción. Finalmente, no se encontró diferencias estadísticamente significativas a nivel general de la resiliencia en función del sexo.

Tabla 27

Comparación de la resiliencia y sus dimensiones en función de la edad

	Edad	n	Rango promedio	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Ecuanimidad	12 a 14	241	375.22	59475.000	-0.328	0.743
	15 a 17	501	369.71			
Sentirse bien solo	12 a 14	241	391.39	55577.500	-1.756	0.079
	15 a 17	501	361.93			
Confianza en sí mismo	12 a 14	241	384.37	57269.500	-1.136	0.256
	15 a 17	501	365.31			
Perseverancia	12 a 14	241	392.36	55343.500	-1.845	0.065
	15 a 17	501	361.47			
Satisfacción	12 a 14	241	388.27	56328.500	-1.479	0.139
	15 a 17	501	363.43			
Resiliencia	12 a 14	241	392.98	55194.000	-1.894	0.058
	15 a 17	501	361.17			

En la tabla 27, se presentan los resultados de la prueba de comparación de la resiliencia y sus dimensiones en función de la edad en los adolescentes de la institución educativa. Se observa que no existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones: ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción. Finalmente, no se encontró diferencias estadísticamente significativas a nivel general de la resiliencia en función de la edad.

Tabla 28

Comparación de la resiliencia y sus dimensiones en función del año de estudio

	Año de estudio	n	Rango promedio	H	gl	p
Ecuanimidad	Tercero	202	376.51	3,758	2	,153
	Cuarto	279	352.70			
	Quinto	261	387.72			
Sentirse bien solo	Tercero	202	387.95	1,656	2	,437
	Cuarto	279	366.41			
	Quinto	261	364.21			
Confianza en sí mismo	Tercero	202	388.54	7,654	2	,022
	Cuarto	279	343.51			
	Quinto	261	388.24			
Perseverancia	Tercero	202	392.70	2,735	2	,255
	Cuarto	279	363.63			
	Quinto	261	363.51			
Satisfacción	Tercero	202	386.32	3,033	2	,219
	Cuarto	279	354.31			
	Quinto	261	378.41			
Resiliencia	Tercero	202	392.63	3,788	2	,150
	Cuarto	279	354.28			
	Quinto	261	373.55			

En la tabla 28, se presentan los resultados de la prueba de comparación de la resiliencia y sus dimensiones en función del año de estudio en los adolescentes de la institución educativa. Se observa que existen diferencias estadísticamente significativas en la dimensión confianza en sí mismo; sin embargo, no existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones: ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia y satisfacción. Finalmente, no se encontró diferencias estadísticamente significativas a nivel general de la resiliencia en función del año de estudio.

Resultados de correlación

Hipótesis específica

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de la autoestima y de las dimensiones de la resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.

Tabla 29

Correlación entre las dimensiones de la autoestima y las dimensiones de la resiliencia

		Ecuanimidad	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Satisfacción
Si mismo	<i>rho</i>	,207	,219	,233	,213	,261
	<i>p</i>	.000	.000	.000	.000	.000
	<i>n</i>	742	742	742	742	742
Social - pared	<i>rho</i>	,134	,195	,159	,180	,189
	<i>p</i>	.000	.000	.000	.000	.000
	<i>n</i>	742	742	742	742	742
Hogar - padres	<i>rho</i>	,123	,120	,134	,184	,157
	<i>p</i>	.001	.001	.000	.000	.000
	<i>n</i>	742	742	742	742	742
Escolar	<i>rho</i>	,195	,227	,227	,224	,256
	<i>p</i>	.000	.000	.000	.000	.000
	<i>n</i>	742	742	742	742	742

En la tabla 29, se presentan los resultados del análisis de relación entre las dimensiones de la autoestima y las dimensiones de la resiliencia en los adolescentes a través de la prueba rho de Spearman. Se observa que existe relación estadísticamente significativa y positiva entre la dimensión sí mismo, social – pares, hogar – padres y escolar con las dimensiones de la resiliencia: ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción.

Contrastación de hipótesis general

Hipótesis general

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.

Tabla 30

Correlación entre la autoestima y la resiliencia

		Resiliencia
Autoestima	<i>rho</i>	,307
	<i>p</i>	.000
	<i>n</i>	742

En la tabla 30, se presentan los resultados del análisis de relación entre la autoestima y la resiliencia en los adolescentes a través de la prueba *rho* de Spearman. Se observa que existe relación estadísticamente significativa y positiva entre la autoestima y la resiliencia.

CAPÍTULO V
DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

La baja autoestima viene siendo un gran problema en los adolescentes, pues esta experiencia estaría siendo acompañada por otros problemas como lo serían la tendencia a valorarse como alguien sin utilidad, desear no vivir e inclusive rendirse antes de intentar enfrentar sus problemas, pues esta se entendería como una valoración de sí mismo, la cual al ser baja estaría siendo predominantemente negativa; así mismo, llamó la atención la relación que podría presentar con la resiliencia, siendo el segundo la capacidad que tienen ciertas personas para superar las adversidades y verse a sí mismos como individuos que hacen frente a todo lo que se enfrentan, es por ello que la mayor presencia de sujetos con ello lograrían superar las situaciones negativas y adversas. Es en este sentido que la investigación buscó establecer la relación entre la autoestima y la resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.

Tras realizar el análisis de la relación entre la autoestima y la resiliencia en los adolescentes de una institución educativa en el distrito de San Juan de Miraflores, encontrando una relación estadísticamente significativa y positiva ($\rho=.307$; $p<.001$), lo que estaría significando que a mayor presencia de autoestima obtuvieron los adolescentes analizados, ello coincidió con la mayor presencia de resiliencia en ellos, siendo resultados apoyados por lo identificado en Arias y Poma (2018) en 110 adolescentes en el distrito de Ate Vitarte, donde hubo una relación estadísticamente significativa y positiva ($r=.773$; $p.001$); así mismo, los resultados identificados también estarían siendo apoyados por lo identificado por Ibañez (2018), Olave y Romo (2019), Ramos (2019) y Moyano (2016), siendo en todos los casos relaciones positivas, por lo que los adolescentes estarían presentando mayor autoestima y a su vez una mayor presencia de resiliencia, lo que podría ser explicado por qué la autoestima es entendida como la valoración que realiza uno mismo en relación a todas sus áreas de funcionamiento, siendo una evaluación con resultados afectivos donde las personas que se sienten con mayor satisfacción de sí mismos, estarían viéndose mucho más afortunados en relación a sus amigos y la familia; así mismo estas personas tendrían mayor capacidad para poder afrontar las

situaciones adversas, siendo ellos quienes se encontraban con una mayor satisfacción personal de sí mismos y con independencia, considerando que pueden considerarse en posición afortunada tanto en relación con los demás como estando solo en la toma de decisiones.

En el análisis de la variable autoestima, se encontró en los adolescentes del distrito de San Juan de Miraflores que el 18.6% era alto, siendo ellos quienes tenían una valoración positiva sobre sí mismos y a su vez, ellos estarían siendo más felices y con sensación de satisfacción con lo que le habría tocado tener, caso contrario al 34.9% tendrían dificultades pues estarían tristes y con una valoración pobre de sí mismos, siendo ellos quienes estarían con mayor insatisfacción en torno a su concepto personal.

Partiendo del análisis de la resiliencia en los adolescentes del distrito de San Juan de Miraflores, quienes se encontraban en una institución educativa donde el 19.4% fue alto, siendo ellos quienes tienen una mayor tendencia a enfrentarse ante la adversidad, siendo estas personas las que estarían viviendo con mayor confianza en sí mismo, estando alegres con las relaciones interpersonales que desarrollaban y se sentían mucho más afortunados de encontrarse vivos. Caso contrario se encontraría en el 30.5% de los adolescentes quienes presentaban un nivel bajo; así mismo, estos resultados entran en contradicción con lo reportado por Campuzano y Libien (2019) en adolescentes de México, donde la mayor cantidad habría presentado un nivel alto (78.6%), siendo opuesto a lo identificado en el presente informe; además, Pinel, Pérez y Carrión (2019) encontraron que en España el 65% de los adolescentes presentaban alta resiliencia, con lo cual el resultado encontrado en el presente informe no estaría siendo apoyado por otros estudios planteados en el ámbito internacional; mientras que, en el ámbito nacional Arias y Poma (2018) reportaría que el 45.4% fue alto y Olave y Romo (2019) en Lima, encontró que el 28% fue alto, siendo estos resultados contradictorios a lo identificado en los adolescentes de San Juan de Miraflores; sin embargo, lo identificado por Ibañez (2018) en Lima encontraría que el 21.6% y Ramos (2019) en Lima Sur encontró que el 6.9% fue alto, estaría apoyando lo identificado en el presente estudio,

pues se habría encontrado que la mayor cantidad de los adolescentes se encontraban mostrando un nivel alto de resiliencia.

Las variables sociodemográficas estarían señalando la mayor diferencia en algunas variables, lo que invitaría a contar con mayor evidencia para comprender por qué un grupo con determinada condición podría estar presentando mayor autoestima, siendo en el caso de los adolescentes de una institución educativa en San Juan de Miraflores, al ser comparada entre varones y mujeres, solo se encontrarían diferencias estadísticamente significativas en la dimensión hogar – padres, donde el sexo masculino tendría una valoración de sí mismo mucho más positiva en torno a la forma como interactúa con la familia, los padres y su hogar en general, siendo esto superior al mostrado por las mujeres; así mismo, en la comparación en función de la edad, se encontrarían diferencias estadísticamente significativas en las cuatro dimensiones de la autoestima (sí mismo, social – pares, hogar – padres, escolar), así como a nivel global de la autoestima, siendo los adolescentes de menor edad (12 a 14 años) quienes tenían una valoración positiva de sí mismos en mayor medida a diferencia de los que tenían mayor edad (15 a 17 años); además, se encontraría diferencias estadísticamente significativas en función al año de estudio, donde habrían diferencias estadísticamente significativas tanto en sus dimensiones como a nivel global de la autoestima, donde los adolescentes que estaban cursando tercer año de secundaria presentarían un mayor nivel, lo que podría deberse a la presencia de sus problemas en torno a la presencia de una mayor vinculación con sus compañeros de clase, lo que en cuarto y quinto año se vería que al estar más presionados por la decisión de su futuro académico, podrían llegar a tener mayor angustia.

La resiliencia ha sido manejada en la presente investigación como aquella característica de la personalidad donde las personas tenían mayor posibilidad de superar las adversidades ante las cuales se enfrentaban, siendo ellos quienes se encontrarían con mejor salud en esta etapa, por ello se realizó el análisis de comparación en función a las variables sociodemográficas, siendo en función al sexo sin presencia de diferencias estadísticamente significativas, es decir que tanto en sus dimensiones ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí

mismo, perseverancia y satisfacción; así como, a nivel global de la resiliencia habría niveles equivalentes entre ambos grupos, resultados que se mantendrían en función de la edad; sin embargo, cuando esto fue comparación en función del año de estudio, se encontró que aquellos estudiantes con mayor puntuación ($R_p=388.54$) se encontrarían en tercer año de secundaria, seguidos por los del quinto año ($R_p=388.24$) siendo en cuarto año donde los niveles serían más bajos, lo que podría deberse a la inseguridad que sienten algunos adolescentes al ver que se acerca el año definitivo en el cual deberán de asumir alguna postura o meta académica, siendo su futuro el que se decidirá luego de finalizar quinto año de secundaria.

Finalmente, el objetivo que enmarco la relación entre las dimensiones de la autoestima, siendo la dimensión si mismo con las dimensiones ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia, y satisfacción. Es decir que en torno a la valorización que tienen sobre sí mismo, es más elevada y positiva en la medida que se encuentren mayor presencia de las dimensiones de la resiliencia, es decir que ellos estarían siendo mucho más entusiasmados pues creen que van a ser persona competente y con una imagen positiva a sí mismos. De igual forma, en la dimensión social - pares con las dimensiones ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia, y satisfacción. En la dimensión hogar - padres con las dimensiones ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia, y satisfacción. Por último, en la dimensión escolar con las dimensiones ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia, y satisfacción.

5.2. Conclusiones

1. Para el objetivo general, se encontró una relación estadísticamente significativa y positiva ($\rho=.307$; $p<.001$) entre la autoestima y la resiliencia en los adolescentes de una institución educativa en San Juan de Miraflores, donde quienes presenten mayor autoestima obtuvieron mayor resiliencia en ese momento.

2. En torno al primer objetivo específico, en el análisis descriptivo de la autoestima se encontró que el 18.6% de los adolescentes tenían un nivel alto; así mismo, en la dimensión sí mismo el 39.1% es bajo; en social – pares el 38.0% fue bajo; en hogar – padres el 35.2% fue tendencia bajo, y en escolar el 51.6% es bajo.
3. En torno al segundo objetivo específico, en el análisis descriptivo de la resiliencia se encontró que el 19.4% fue alto; así mismo, en la dimensión ecuanimidad el 32.9% fue bajo; en sentirse bien solo el 31.0% fue tendencia bajo; en confianza a sí mismo el 27.1% fue tendencia bajo; en perseverancia el 33.0% fue bajo; y en satisfacción el 30.9% fue bajo.
4. En función al tercer objetivo específico, se encontró diferencias estadísticamente significativas en la variable autoestima, siendo en la dimensión hogar – pares, donde el sexo masculino presentó mayor puntaje; así mismo, hubo diferencias en las dimensiones sí mismo, social – pares, hogar – padres y escolar en función de la edad y el año de estudio.
5. En función al cuarto objetivo específico, se encontró que solo existían diferencias estadísticamente significativas al comparar la resiliencia, en la dimensión confianza en sí mismo en función del año de estudio, donde los adolescentes que se encontraban en el tercer año tenían mayor puntuación; pero no se encontró diferencias estadísticamente significativas en función del sexo y año de estudio.
6. En relación al quinto objetivo específico, se encontró que las dimensiones de la autoestima: sí mismo, social – pares, hogar - padres, y escolar, tuvieron relaciones estadísticamente significativas con las cinco dimensiones de la resiliencia, teniendo mayor presencia en ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción.

5.3. Recomendaciones

- Desarrollar un programa psicológico para el incremento de la autoestima y la resiliencia en los adolescentes de la institución educativa analizada, pues se encontró relación entre ambas variables.
- A partir del análisis de la autoestima, brindar atención individualizada en aquellos adolescentes que estarían presentan bajos niveles de autoestima.
- En el análisis descriptivo de la resiliencia, conviene realizar la identificación y abordaje individual de los adolescentes que presenten bajos niveles en la variable, pues ellos tendrían mayores dificultades para el afrontamiento de situaciones adversas.
- Enfatizar la aplicación de los programas psicológicos donde se fortalezca la presencia de la autoestima en las estudiantes de sexo femenino, pues estarían presentando una menor puntuación que los varones en la dimensión hogar -pares; así mismo, considerando que los adolescentes de menor año de secundaria estarían presentando mayor autoestima, debiendo de intervenirse a aquellos que se encontraban en cuarto y quinto año de secundaria.

REFERENCIAS

- Ahern, N. (2006). Adolescent Resilience: An Evolutionary Concept Analysis. *Journal of Pediatric Nursing*, 21(1), 175-184.
- Alcántara, J. (2006) *¿Qué es la autoestima? Cómo educar la autoestima* (3ª ed.). España. Ediciones Ceac.
- Amador, J. (1995). *Autoestima. Cómo mejorar la propia imagen*. Barcelona: Colimbo Ediciones
- Amar, J., Kotliarenko, M. y Abello, R. (2003). Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar. *Investigación y Desarrollo*, 11(1), 162-197.
- Andre, C. (2007). *Prácticas de autoestima*. Barcelona, Kairós.
- Ángel, A. (2003). *Resiliencia: ¿Cómo enfrentar la desventura y el infortunio?* Recuperado de [http:// www.analitica.com](http://www.analitica.com)
- Arias, S.E. (2018). *Autoestima y resiliencia en escolares de secundaria de la I.E.P Rosa de la Merced de Ate, 2018* (Tesis de pregrado). Universidad Privada TELESUP, Lima, Perú.
- Beane, J. (1986). The self-enhancing middle-grade school. *The school Counselor*, 33(1), 89-195.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(1), 125-146.
- Bermúdez, M. (2004) *Déficit de autoestima: Evaluación, tratamiento y prevención de la infancia y adolescencia*. Madrid: Pirámide.
- Branden, N. (2001). *La Psicología de la Autoestima*. Barcelona, Paidós.

- Campuzano, M.E. (2019). Resiliencia en estudiantes como herramienta para asegurar la calidad educativa. *Revista Electrónica sobre Educación Media y Superior*, 6(11), 12-19. Recuperado de <http://www.cemys.org.mx/index.php/CEMYS/article/view/285>
- Castro, C. y Lujan, L. (2018). *Sintomatología depresiva y resiliencia en estudiantes de educación primaria de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Femenina Sagrado Corazón, Lima, Perú.
- Clemes, H. (1991). *Cómo desarrollar la autoestima en los niños*. Madrid, Debate.
- Connor, K. y Davidson, J. (2003). *Development of a new resilience scale: the Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*. *Depression and Anxiety*, 18(1), 76-82.
- De Mézerville, G. (2004). *Ejes de salud mental. Los procesos de autoestima, dar y recibir afecto y adaptación al estrés*. México: Trillas.
- Fergusson, D. y Lynskey, M. (1996). Adolescent resilience to family adversity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 37(1), 281-292.
- Fernández, S.O. (2018). *Autoestima y resiliencia en los adolescentes de una institución educativa, Otuzco, 2016* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/5531>
- García, V. (2005). *Autoestima*. Recuperado de www.pino.pntic.mec./recursos/infantil/salud/autoestima.htm.
- Garnezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*, 20(1), 459-466.
- Garnezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416-430.

- Godoy-Izquierdo, D. y Godoy, J. (2002). La personalidad resistente: una revisión de la conceptualización e investigación sobre la dureza. *Clínica y Salud*, 13(1), 135-162.
- González, N., Valdez, J. y Serrano, J. (2003). Autoestima en jóvenes universitarios. *Ciencia Ergo Sum. Revista Científica Multidisciplinaria de la Universidad Autónoma del Estado de México*. 10(1), 173-179.
- Grotberg, E. (1995). *The Internacional Resilience Project: Promoting Resilience in Children*. Wisconsin: Universidad de Wisconsin.
- Güell, M. y Muñoz, J. (2000). *Desconóctete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional*. Barcelona. Paidós.
- Hart, L. (1993). *Para ser una familia ganadora*. Barcelona, Plural Ediciones.
- Henderson, M. y Milstein, M. (2007). *Resiliencia en la escuela*. Barcelona: Paidós.
- Hernández, M.A., Belmonte, L. y Martínez, M.M. (2018). Autoestima y ansiedad en adolescentes. *REIDOCREA*, 7(21), 269-278. Recuperado de <https://www.ugr.es/~reidocrea/7-21.pdf>
- Hiyo, C. (2018). *Propiedades psicométricas y estandarización del inventario de autoestima de Coopersmith en escolares de secundaria de Lima Sur: Chorrillos, Surco y Barranco* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/557>
- Ibañez, M.M.M. (2018). *Autoestima y resiliencia en los adolescentes del asentamiento humano "Nuevo Jerusalén" La Esperanza, 2016* (Tesis de pregrado). Universidad Católica Los Ángeles, Chimbote, Perú.
- Infante, F. (2005). *La Resiliencia como proceso: una revisión de la literatura reciente*. Buenos Aires: Paidós.

- Instituto de Investigación en Atención Primaria Jordi Gol. (2018). El 19,2% de las chicas adolescentes tiene un grado de autoestima bajo frente al 7,1% de los chicos. *IDIAPJGol*, 4(1), 13-18. Recuperado de <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-19-adolescentes-tiene-autoestima-baja-frente-chicos-20180531141701.html>
- Jacques, C. (2012). *Mándalas para desarrollar la Autoestima*. Barcelona: Obelisco.
- Kotliarenco, M., Cáceres, I. y Fontecilla, M. (1997). *Estado del arte en resiliencia*. Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- López, N. y Domínguez, R. (1993). Medición de la autoestima en la mujer universitaria. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 25(1), 257-273.
- Luthar, S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. *Developmental psychopathology*, 3(1), 739-795.
- Luthar, S. y Cushing, G. (1999). The construct of resilience: Implications for interventions and social policy. *Development and Psychopathology*, 26(2), 353–372.
- Luthar, S., Cicchetti, D. y Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work Child. *Development*, 71(3), 543-562.
- Llerena, A. (1995). *Adaptación peruana de normalización del Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith*. Lima, Perú: Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Machargo, J. (2005). *Programa de actividades para el desarrollo de la autoestima*. Barcelona, Escuela Española.

- Majul, E., Casari, L. y Lambiase, S. (2014). Resiliencia. Una experiencia con adolescentes de distrito contexto histórico. *Revista electrónica de psicología*. 1(1). 19–40.
- Masten, A. (2001). *Resilience come of age: Reflections on the past and outlooks for the next generation of researchers*. Nueva York: Plenum Publishers.
- Matos, E. (1996). *Posibilidad práctica para el uso de la resiliencia en comunidades negras de Maranhao*. Sao Paulo: Fnac.
- Matud, M. (2004). Autoestima en la mujer: un análisis de relevancia en la salud. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 22(1), 129-140.
- Ministerio de Salud. (2017). *Documento técnico situación de salud de los adolescentes y jóvenes*. Recuperado de <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>
- Ministerio de Salud. (2019). *Más del 60% de los pacientes que van a los servicios de salud mental son menores de 18 años de edad*. Lima, Perú: Plataforma digital única del Estado Peruano. Recuperado de <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/29765-mas-del-60-de-los-pacientes-que-van-a-los-servicios-de-salud-mental-son-menores-de-18-anos-de-edad>
- Molina, M., Baldares, T. y Maya, A. (1996). *Fortalezcamos la autoestima y las relaciones interpersonales*. San José: Impresos Sibaja.
- Montt, S. (1996). Autoestima y Salud mental en los Adolescentes. *Salud Mental*, 19(1), 30-35.
- Moyano, M. (2016). *Relación de los factores de resiliencia y los niveles de autoestima en estudiantes del primer año de secundaria de la institución educativa emblemática Bartolomé Herrera – UGEL 03* (Tesis de pregrado).

Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/598?show=full>

Noreña, M. (2018). *Relación entre las variables de autoestima y optimismo en jóvenes estudiantes entre octavo y undécimo grado de una institución oficial de la ciudad de Cartagena* (Tesis de pregrado). Universidad de San Buenaventura seccional Cartagena de Indias, Cartagena, Colombia.

Ojeda, Z. y Cárdenas, M. (2017). *El nivel de autoestima en adolescentes entre 15 a 18 años* (Tesis de pregrado). Universidad de Cuenca, Ecuador. Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/28093/1/Trabajo%20de%20Titulaci%C3%B3n.pdf>

Olave, S. y Romo, B. (2019). *Resiliencia y autoestima en estudiantes con padres separados de dos instituciones educativas de Lima Sur* (Tesis de pregrado). Recuperado de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1670>

Organización mundial de la salud y Organización panamericana de la salud. (2015). Depresión es la principal enfermedad psiquiátrica en América Latina. *UNFPA*, 2(2), 121-134.

Organización mundial de la salud, Organización panamericana de la salud y Unicef (2019). *Acelerar el progreso hacia la reducción del embarazo en la adolescencia en América Latina y el Caribe*. Recuperado de https://lac.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/ESP-EMBARAZO-ADOLESC-14febrero%20FINAL_5.PDF

Organización Mundial de la Salud. (2019). *Salud mental del adolescente*. Organización mundial de la salud. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

- Oshio, A., Kaneko, H., Nagamine, S. y Nakaya, M. (2003). Construct validity of the Adolescent Resilience Scale. *Psychological Reports*, 93(1), 1217-1222.
- Pinel, C., Pérez, M.C. y Martínez, J.C. (2019). Relación entre género, resiliencia y autoconcepto académico y social en la adolescencia. *Revista de Psicología y Educación*, 14(2), 112-123.
- Polaino, L. (2003). *En busca de la Autoestima Perdida*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Poletti, R. (2010). *Cuaderno de ejercicios para aumentar la Autoestima*. Barcelona: Navona.
- Ramos, M.V. (2019). *Nivel de resiliencia en alumnos del 4to y 5to año de secundaria de una Institución Educativa Estatal de Lima 2018* (Tesis de pregrado). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú.
- Ravazzola, M. (2002). *Resiliencias familiares. En Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós.
- Restrepo, C., Vinaccia, S. y Quiceno, J. (2014). Resiliencia y depresión: un estudio exploratorio desde la calidad de vida en la adolescencia. *Revista suma psicológica*, 18(2), 41–48.
- Riso, W. (2012). *El Valor imprescindible de la Autoestima*. Barcelona, Planeta.
- Rodríguez, C. y Velásquez, D. (2017). *Capacidad de resiliencia adolescente en estudiantes de 12 a 16 años. Cuenca-Ecuador* (Tesis de pregrado). Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador.
- Rojas, E. (2004) *¿Quién Eres?: De la personalidad a la Autoestima*. Barcelona, Temas de Hoy.
- Rojas, L. (2009). *La Autoestima*. Barcelona: Espasa.

- Rojas-Barahona, C.A., Zegers, B., y Förster, C.E. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista médica de Chile*, 6(15), 156-177.
- Selinger, K. (2009). *La nueva cocina del Bienestar emocional para niños: Recetas para potenciar la autoestima, el buen humor y la tranquilidad de tu hijo*. Barcelona: Alba Editorial.
- Sinclair, V. y Wallston, K. (2004). IE development and psychometric evaluation of the Brief Resilient Coping Scale. *Assessment*, 11(1), 94-101.
- Tarazona, D. (1999). Autoestima, satisfacción con la vida y condiciones de habitabilidad en adolescentes estudiantes de quinto año de media. Un estudio factorial según pobreza y sexo. *Revista de Investigación en Psicología*, 8(1), 57-65.
- Vallés, A. (2006) *Autoconcepto y autoestima en adolescentes*. Valencia, Promolibro.
- Wagnild, G. y Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.

ANEXOS

ANEXO 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA

AUTORA: FANY MILUSCA RAMOS LICLA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES																										
<p>Formulación del problema</p> <p>¿Cuál es la relación entre autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores?</p>	<p>Objetivos generales</p> <p>Determinar la relación entre autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Describir la autoestima y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.</p> <p>Describir la resiliencia y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.</p> <p>Comparación la autoestima y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores en función del sexo, edad y año de estudio.</p> <p>Comparación la resiliencia y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores en función del sexo, edad y año de estudio.</p> <p>Especificar la relación entre las dimensiones de la autoestima y de las dimensiones de la resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.</p> <p>Hipótesis específica</p> <p>H1: Existen diferencias estadísticamente significativas al comparar la autoestima y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores en función del sexo, edad y año de estudio.</p> <p>H2: Existen diferencias estadísticamente significativas al comparar la resiliencia y sus dimensiones en los adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores en función del sexo, edad y año de estudio.</p> <p>H3: Existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de la autoestima y de las dimensiones de la resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores.</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">Variable</th> <th style="width: 30%;">Dimensiones</th> <th style="width: 50%;">Ítems</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="4">Autoestima</td> <td>Sí mismo</td> <td>1, 2, 3, 8, 9, 10, 15, 16, 17, 24, 29, 30, 31, 6, 37, 38, 43, 44, 52, 57, 58</td> </tr> <tr> <td>Social-pares</td> <td>4, 11, 8, 25, 39, 53</td> </tr> <tr> <td>Hogar-padres</td> <td>7, 14, 21, 28, 35, 42, 49, 56</td> </tr> <tr> <td>Escolar</td> <td>5, 12, 19, 26, 33, 40, 47, 54</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">Variable</th> <th style="width: 30%;">Factores</th> <th style="width: 50%;">Ítems</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="5">Resiliencia</td> <td>Ecuanimidad</td> <td>7, 8, 11, 12</td> </tr> <tr> <td>Sentirse bien solo</td> <td>5, 3, 19</td> </tr> <tr> <td>Confianza en sí mismo</td> <td>6, 9, 10, 13, 17, 18, 24</td> </tr> <tr> <td>Perseverancia</td> <td>1, 2, 4, 14, 15, 20, 23</td> </tr> <tr> <td>Satisfacción</td> <td>16, 21, 22, 25</td> </tr> </tbody> </table>	Variable	Dimensiones	Ítems	Autoestima	Sí mismo	1, 2, 3, 8, 9, 10, 15, 16, 17, 24, 29, 30, 31, 6, 37, 38, 43, 44, 52, 57, 58	Social-pares	4, 11, 8, 25, 39, 53	Hogar-padres	7, 14, 21, 28, 35, 42, 49, 56	Escolar	5, 12, 19, 26, 33, 40, 47, 54	Variable	Factores	Ítems	Resiliencia	Ecuanimidad	7, 8, 11, 12	Sentirse bien solo	5, 3, 19	Confianza en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24	Perseverancia	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23	Satisfacción	16, 21, 22, 25
Variable	Dimensiones	Ítems																											
Autoestima	Sí mismo	1, 2, 3, 8, 9, 10, 15, 16, 17, 24, 29, 30, 31, 6, 37, 38, 43, 44, 52, 57, 58																											
	Social-pares	4, 11, 8, 25, 39, 53																											
	Hogar-padres	7, 14, 21, 28, 35, 42, 49, 56																											
	Escolar	5, 12, 19, 26, 33, 40, 47, 54																											
Variable	Factores	Ítems																											
Resiliencia	Ecuanimidad	7, 8, 11, 12																											
	Sentirse bien solo	5, 3, 19																											
	Confianza en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24																											
	Perseverancia	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23																											
	Satisfacción	16, 21, 22, 25																											

ANEXO 02:
INSTRUMENTO DE VARIABLE AUTOESTIMA
INVENTARIO DE AUTOESTIMA EN SU VERSIÓN ESCOLAR
Coopersmith (1967), revisado por Hiyo (2018)

Instrucciones

Marque con una Aspa (X) debajo de V ó F, de acuerdo a los siguientes criterios:
 V cuando la frase Si coincide con tu forma de ser o pensar ó F si la frase No coincide con tu forma de ser o pensar.

N°	PREGUNTAS	V	F
1	Generalmente los problemas me afectan muy poco		
2	Me cuesta mucho trabajo hablar en público		
3	Si pudiera cambiaria muchas cosas de mi		
4	Puedo tomar una decisión fácilmente		
5	Soy una persona simpática		
6	En mi casa me enoja fácilmente		
7	Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo Nuevo		
8	Soy popular entre las personas de mi edad		
9	Mis padres generalmente toman en cuenta mis sentimientos		
10	Me doy por vencido fácilmente		
11	Mis padres esperan demasiado de mi		
12	Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy		
13	Mi vida es complicada		
14	Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas		
15	Tengo mala opinión de mí mismo(a)		
16	Muchas veces me gustaría irme de casa		
17	Con frecuencia me siento a disgusto en mi grupo.		
18	Soy menos guapo(a) o bonita que la mayoría de la gente		
19	Si tengo algo que decir, generalmente lo digo		
20	Mi familia me comprende		
21	Los demás son mejor aceptados que yo		
22	Generalmente siento como si mi familia me estuviera presionando		
23	Generalmente me siento desmoralizado en mi grupo		
24	Muchas veces me gustaría ser otra persona		
25	Se puede confiar muy poco en mi		

26	Nunca me preocupo por nada		
27	Estoy seguro de mí mismo		
28	Me aceptan fácilmente		
29	Mi familia y yo la pasamos bien juntos		
30	Paso bastante tiempo soñando despierto(a)		
31	Desearía tener menos edad		
32	Siempre hago lo correcto		
33	Estoy orgulloso de mi rendimiento como estudiante en la escuela		
34	Alguien siempre tiene que decirme lo que debo hacer		
35	Generalmente me arrepiento de las cosas que hago		
36	Nunca estoy contento(a)		
37	Estoy haciendo lo mejor que puedo		
38	Generalmente puedo cuidarme sola(o)		
39	Soy bastante feliz		
40	Preferiría estar con niños menores que yo		
41	Me gustan todas las personas que conozco		
42	Me gusta cuando me invitan a la pizarra		
43	Me entiendo a mí mismo		
44	Nadie me presta mucha atención en casa		
45	Nunca me reprenden		
46	No me está yendo tan bien en los estudios como yo quisiera		
47	Puedo tomar una decisión y mantenerla		
48	Realmente no me gusta ser un adolescente		
49	No me gusta estar con otras personas		
50	Nunca soy tímido(a)		
51	Generalmente me avergüenzo de mí mismo		
52	Los chicos generalmente se la agarran conmigo		
53	Siempre digo la verdad		
54	Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz		
55	No me importa lo que me pase		
56	Soy un fracasado		
57	Me fastidio fácilmente cuando me reprenden		
58	Siempre sé lo que debo decir a las personas		

ANEXO 03:

INSTRUMENTO DE VARIABLE RESILIENCIA

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG (ER)

Wagnild y Young (1993), revisado por Bolaños y Jara (2017)

Edad:..... Sexo: (M) (F) Institución educativa: _____

Año de estudio: _____ Turno: _____ Tiene enamorado/a: Si () No ()

Vive con: Ambos padres SI () NO () Solo madre SI () NO () Solo padre SI () No ()

Otros Si () No ()

Recibió atención psicológica en el pasado SI () NO ()

Instrucciones

A continuación se les presentará una serie de frases a las cuales usted responderá. No existen respuestas correctas ni incorrectas; estas tan solo nos permitirán conocer su opinión personal sobre sí mismo(a).

Totalmente en desacuerdo	Desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni en desacuerdo ni de acuerdo	Algo de acuerdo	Acuerdo	Totalmente de acuerdo
TD	D	AD	¿?	AA	A	TA

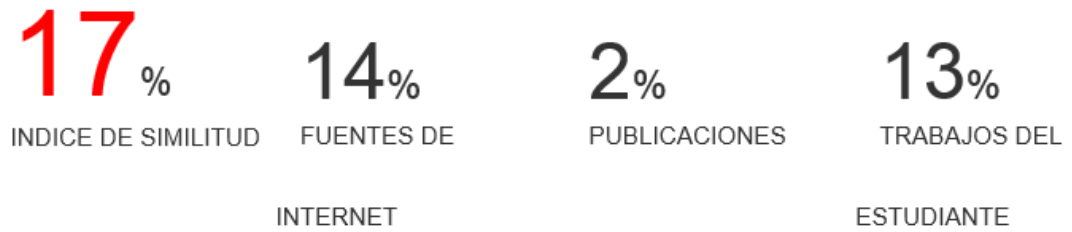
N°	ITEMS	TD	D	AD	¿?	AA	A	TA
1	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.							
2	Dependo más de mí mismo que de otras personas.							
3	Me mantengo interesado en las cosas.							
4	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.							
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.							
6	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.							
7	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.							
8	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.							
9	Mi vida tiene significado.							
10	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.							
11	Cuando planeo algo lo realizo.							

12	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera.							
13	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.							
14	Soy amigo de mí mismo.							
15	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.							
16	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.							
17	Tomo las cosas una por una.							
18	Usualmente veo las cosas a largo plazo.							
19	Tengo autodisciplina.							
20	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
21	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.							
22	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.							
23	Soy decidido (a).							
24	Por lo general, encuentro algo en que reírme.							
25	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar							

ANEXO 04:
INFORME DE SOFTWARE ANTI PLAGIO

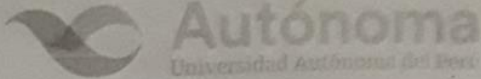
**AUTOESTIMA Y RESILIENCIA EN ADOLECENTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE SAN JUAN DE MIRAFLORES**

INFORME DE ORIGINALIDAD



ANEXO 05:

CARTA DE PERMISO PARA LA INSTITUCIÓN


Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

CARGO

"Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad"

OFICIO 100-2019-U. AUTONOMA-FH/CAPP

Lima Sur, 14 de Mayo del 2019

Sr. Lino Guzmán Salcedo
Director de la I.E. "Javier Heraud"
San Juan de Miraflores

De nuestra mayor consideración
Presente. -

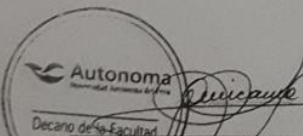
Es grato dirigirnos a Usted para expresarle nuestro cordial saludo a nombre de las autoridades de la Universidad Autónoma del Perú y el nuestro propio, así mismo, aprovechamos la oportunidad para solicitarle autorice el ingreso a la institución que Ud. dignamente dirige, de nuestra estudiante de la Carrera Académico Profesional de Psicología-Facultad de Humanidades, quien como parte de la tesis titulada: "*Autoestima y Resiliencia en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa Estatal de San Juan de Miraflores*", desea aplicar pruebas psicológicas dirigida a los estudiantes de tercero a quinto de secundaria de su representada. Todo ello servirá para el recojo de datos para la mencionada investigación. La persona encargada que realizará dicha actividad es:

RAMOS LICLA FANY MILUSCA

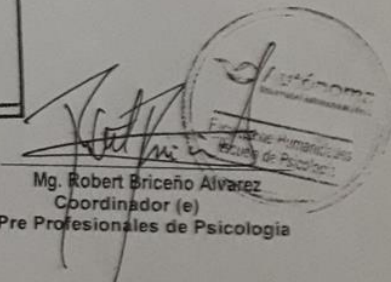
Ella asistirá a su despacho para coordinar con Ud. los detalles pertinentes.


Esperando contar con su valioso apoyo y agradeciendo a su gentil deferencia, reitero mi cordial saludo.

Atentamente


Decano de la Facultad de Humanidades
Dr. José Aricama Gómez
Decano de la Facultad de Humanidades

**I.E. JAVIER HERAUD
MESA DE PARTE**
14 MAY 2019 ;
EXPEDIENTE N° 1463


Mg. Robert Briceño Álvarez
Coordinador (e)
Prácticas Pre Profesionales de Psicología



Campus Lima Sur, Panamericana Sur Km. 16.7 - Villa El Salvador
Central telefónica: 715 3335
Línea de atención al postulante: 715 3333 / 500 1800
www.autonoma.pe

ANEXO 06:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Autoestima y Resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución secundaria San Juan De Miraflores

Buen día estimado estudiante mi Nombre es Fany Milusca Ramos Licla, estudiante de la facultada de Humanidades de la carrera de psicología estos test psicológicos tienen como objetivo determinar la relación que existe en Autoestima y Resiliencia en estudiantes de secundaria de San Juan De Miraflores. Dicha información será mucha importancia para desarrollar nuevos conocimientos en relación entre las variables. Su participación en este estudio es totalmente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usara para otro ningún propósito fuera de los de investigación. Sus respuestas a los test serán codificadas usando un número de identificación y por tanto, será ANÓNIMAS.

Por otro lado si algunos los ítems del test, le parecen incomodas, tiene usted el derecho de hacérsele saber al investigador o no de responderlas, o puede retirarse del proyecto en cualquier momento, sin que eso se perjudique en ninguna forma.

He leído los párrafos y reconozco que al llenar y entregar estos test estoy dando mi consentimiento para participar en este estudio.

Firma