

**UNIVERSIDAD TÉCNICA AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:

**“LA AUTOESTIMA Y PLANIFICACIÓN Y TOMA DE DECISIONES  
DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE BACHILLERATO  
DE LA UNIDAD EDUCATIVA TEMPORAL BAÑOS”.**

Requisito previo para optar por el Título de Psicólogo Clínico

**Autor:** Albán Velasteguí, Christian Eduardo

**Tutor:** Psc. Bonilla Flores, Flavio Rolando

Ambato – Ecuador

Mayo, 2015

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En calidad de Tutor del Trabajo de Investigación sobre del tema:

**“LA AUTOESTIMA Y PLANIFICACIÓN Y TOMA DE DECISIONES DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA TEMPORAL BAÑOS”** de Christian Eduardo Albán Velasteguí, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, Octubre del 2014

EL TUTOR

.....  
Psc. Bonilla Flores, Flavio Rolando

## **AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO**

Los criterios emitidos en el Trabajo de Investigación **“LA AUTOESTIMA Y PLANIFICACIÓN Y TOMA DE DECISIONES DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA TEMPORAL BAÑOS”**, como los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autor de este trabajo de grado.

Ambato, Octubre del 2014

EL AUTOR

.....  
Albán Velasteguí, Christian Eduardo

## **DERECHOS DE AUTOR**

Autorizó a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de esta tesis o parte de ella, un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de mi tesis con fines de difusión pública; además apruebo la reproducción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Ambato, Octubre del 2014

**EL AUTOR**

.....  
Albán Velasteguí, Christian Eduardo

## **APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR**

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Informe de Investigación, sobre el tema: **“LA AUTOESTIMA Y PLANIFICACIÓN Y TOMA DE DECISIONES DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA TEMPORAL BAÑOS”** de Christian Eduardo Albán Velasteguí, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica

Ambato, Mayo del 2015

Para constancia firman

-----

PRESIDENTE/A

-----

1er VOCAL

-----

2do VOCAL

## **DEDICATORIA**

En primer lugar dedico este proyecto a Dios que me ha bendecido en cada paso de mi vida. A mi familia que ha sido un motor y apoyo incondicional, ya que ha puesto todo su favor y apoyo de modo que ha hecho posible este trabajo.

A mi padre y madre por brindarme su entera confianza y ayuda en cada uno de los semestres de mi Carrera así como en los espacios de mi vida. De forma particular dedico este proyecto a mis hermanos que en base a mis cuidados y ejemplo tome este trabajo como eje de sus metas y sueños. De forma general les brindo mi más sincero agradecimiento a quienes confiaron en mí y a quienes no lo hicieron, de esta manera me dieron el aporte para que mi persona lograra realizar esta investigación.

Albán Velasteguí Christian Eduardo

## **AGRADECIMIENTO**

Mi más sincera gratitud a DIOS quien me ha concedido el privilegio de contar con su favor y su gracia, a él sean todos los méritos y reconocimientos de todo lo que en vida he alcanzado y alcanzaré. Sin él nada de esto hubiese sido posible, de modo que mi profesión es de su exclusividad, brindándole todos y cada uno de los derechos consignados.

Agradezco a mi Tutor el Psc. Flavio Bonilla, quien con su formación profesional y calidez de persona me ha brindado las herramientas necesarias para el avance y culminación de esta investigación.

A su vez, agradezco al rector de la Unidad Educativa Temporal Baños y a todos los adolescentes involucrados en este proyecto por la apertura para la realización de este estudio, quienes me brindaron el espacio y cooperación en el proceso de ejecución de la investigación.

Finalmente agradezco a la Universidad Técnica de Ambato por fomentar en mí la responsabilidad que debe tener un profesional, a mis maestros por instruirme como un profesional. Así mismo a todas las autoridades y docentes de la carrera por su apertura y colaboración.

Albán Velasteguí Christian Eduardo

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

CONTENIDO	PÁG.
PORTADA.....	i
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO .....	iii
DERECHOS DE AUTOR .....	iv
APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR.....	v
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO .....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS .....	xiv
ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	xv
RESUMEN.....	xvi
SUMMARY .....	xviii
INTRODUCCIÓN .....	1
<b>CAPÍTULO I.....</b>	<b>2</b>
<b>EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>2</b>
1.2.    PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	2
1.2.1.    Contextualización del problema .....	2
1.2.1.1 Macro Contextualización .....	2
1.2.1.2 Meso Contextualización.....	4
1.2.1.3 Micro Contextualización.....	5
1.2.1.4 Árbol de Problemas .....	6
1.2.2 Análisis Crítico del Problema.....	7



1.2.3 Prognosis .....	8
1.2.4. Formulación del Problema .....	9
1.2.5. Preguntas Directrices .....	9
1.2.6. Delimitación del Objetivo de la Investigación .....	9
1.3 JUSTIFICACIÓN .....	10
1.4 OBJETIVOS .....	11
1.4.1 Objetivo General .....	11
1.4.2 Objetivos Específicos .....	11
<b>CAPÍTULO II</b> .....	12
<b>MARCO TEÓRICO</b> .....	12
2.1 Antecedentes Investigativos .....	12
2.2 Fundamentación Filosófica .....	14
2.3 Fundamentación Epistemológica .....	14
2.4 Fundamentación Psicológica .....	15
2.5 Fundamentación Legal .....	16
2.6 Categorías Conceptuales .....	19
2.7 Constelación de Ideas .....	20
2.7.1 Variable Independiente .....	20
2.7.2 Variable Dependiente .....	21
<b>MARCO CONCEPTUAL</b> .....	22
2.8 Variable Independiente: Autoestima .....	22
2.8.1 Personalidad .....	22
2.8.2 Conocimiento Personal .....	23
2.8.3 Autoestima .....	24
2.8.3.1 Definición según Autores .....	24
2.8.3.2 Niveles de Autoestima .....	25
2.8.3.2.1 Autoestima Alta o Positiva .....	25
2.8.3.2.2 Autoestima Baja o Negativa .....	27
2.8.3.2.3 Autoestima Sobrevalorada o Inflada .....	28
2.8.3.3 Elementos de la Autoestima .....	30
2.8.3.3.1 Autoconocimiento .....	30
2.8.3.3.2 Autoconcepto .....	30

2.8.3.3.3	Autoaceptación.....	31
2.8.3.3.4	Autoevaluación .....	32
2.8.3.4	Factores de la Autoestima.....	32
2.8.3.4.1	Autocrítica.....	32
2.8.3.4.2	Responsabilidad .....	33
2.8.3.4.3	Respeto hacia sí mismo.....	34
2.8.3.4.4	Autonomía.....	35
2.8.3.5	Bases de la Autoestima .....	35
2.8.3.5.1	Aceptación Total, Incondicional y Permanente .....	35
2.8.3.5.2	Amor .....	36
2.8.3.5.3	Valoración.....	37
2.9	Variable Dependiente: Planificación y Toma de Decisiones.....	38
2.9.1	Procesos Mentales.....	38
2.9.2	Sistema de Resolución de Problemas .....	38
2.9.3	Planificación y Toma de Decisiones.....	39
2.9.3.1	Definición según Autores.....	39
2.9.3.2	Modelo de Toma de Decisión de Vincent A. Harren .....	40
2.9.3.3	Tipos de Planificación y Toma de Decisiones.....	40
2.9.3.3.1	Planificación y Toma de Decisiones Simples .....	40
2.9.3.3.2	Planificación y Toma de Decisiones Complejas .....	41
2.9.3.3.3	Planificación y Toma de Decisiones basadas en los Valores Éticos.....	41
2.9.3.3.4	Planificación y Toma de Decisiones Grupales.....	42
2.9.3.4	Niveles de Influencia en la Planificación y Toma de Decisiones.....	43
2.9.3.4.1	Influencia Familiar .....	43
2.9.3.4.2	Influencia Personal.....	44
2.9.3.4.3	Influencia Social .....	44
2.9.3.5	Fases en la Planificación y Toma de Decisiones .....	45
2.9.3.5.1	Definir y diagnosticar el problema.....	45
2.9.3.5.2	Establecimiento de metas.....	45
2.9.3.5.3	Buscar soluciones alternativas .....	45
2.9.3.5.4	Comparar y evaluar decisiones alternativas.....	45
2.9.3.5.5	Elegir entre soluciones alternativas.....	45
2.9.3.5.6	Poner en practica la solución seleccionada .....	46
2.9.3.5.7	Seguimiento y control de los resultados.....	46

2.9.3.6	Herramientas para la Planificación y Toma de Decisiones .....	46
2.9.3.6.1	Asertividad.....	46
2.9.3.6.2	Reflexión.....	47
2.9.3.6.3	Paciencia .....	48
2.10	Hipótesis .....	48
2.10.1	Hipótesis Nula.....	48
2.10.2	Hipótesis Alternativa o de Trabajo .....	48
2.11	Señalamiento de Variables de la Hipótesis.....	48
<b>CAPÍTULO III.....</b>		<b>49</b>
<b>MARCO METODOLÓGICO .....</b>		<b>49</b>
3.1	Enfoque de la Investigación.....	49
3.2	Modalidades de Investigación .....	49
3.2.1	Investigación de campo:.....	49
3.2.2	Investigación Bibliográfica documental: .....	50
3.2.3	Investigación de intervención Social o Proyecto Factible: .....	50
3.3	Tipos de Investigación.....	50
3.3.1	Investigación Exploratoria .....	50
3.3.2	Investigación Asociativa de Variables .....	51
3.3.3	Investigación Explicativa .....	51
3.4	Población y Muestra .....	51
3.4.1	Procedimiento: .....	51
3.5	Técnicas e Instrumentos .....	52
3.6	Operacionalización de las Variables .....	55
	Variable Independiente: Autoestima.....	55
	Variable Dependiente: Planificación y Toma de Decisiones .....	56
3.7	Plan de Procesamiento de la Información.....	57
<b>CAPÍTULO IV .....</b>		<b>58</b>
<b>ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....</b>		<b>58</b>
4.1.	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN .....	58
	RESULTADOS FINALES DE LA MUESTRA.....	58
4.2.	VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS .....	63
4.2.1	Hipótesis Nula (Ho) .....	63

4.2.2	Hipótesis Alternativa (H1) .....	63
4.2.3	Cálculo de Chi - Cuadrado.....	63
<b>CAPÍTULO V</b> .....		66
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b> .....		66
5.1	CONCLUSIONES.....	66
5.2	RECOMENDACIONES .....	67
<b>CAPÍTULO VI</b> .....		68
<b>PROPUESTA</b> .....		68
6.1	DATOS INFORMATIVOS .....	68
6.1.1	Tema: .....	68
6.1.2	Institución Ejecutora: .....	68
6.1.3	Beneficiarios: .....	68
6.1.4	Ubicación: .....	68
6.1.5	Tiempo estimado para la Ejecución: .....	68
6.1.7	Equipo técnico responsable.....	68
6.2	Antecedentes de la Propuesta: .....	69
6.3	Justificación:.....	70
6.4	Objetivos: .....	70
6.4.1	Objetivo General.....	70
6.4.2	Objetivos Específicos.....	70
6.5	Estrategias de Intervención: .....	70
6.6	Procedimientos y Técnica de Intervención: .....	70
6.7	Fundamentación Teórica: .....	71
6.7.1	Introducción.....	71
6.7.2	Principales conceptos teóricos:.....	72
6.7.2.1	Principios Básicos.....	72
6.7.2.2	Rol del Terapeuta Humanista.....	72
6.7.2.3	Terapia de Grupo en Adolescentes .....	73
6.8	Técnicas de Intervención Humanista.....	73
6.8.1	Preguntar y escuchar .....	73
6.8.2	Regresar .....	74
6.8.3	Técnica de la Focalización.....	74

6.8.4 Técnica de Hacerse Responsable .....	74
6.8.5 Técnica de la Imaginería .....	75
6.8.6 Cierre de Asuntos Inconclusos.....	75
6.8.7 Expresar Absolutamente Todo.....	75
6.8 MODELO OPERATIVO .....	76
6.9. ESTRUCTURA DEL TALLER.....	77
6.9.1. DETALLE DE LA TERAPIA GRUPAL .....	80
ACTIVIDAD 1. ....	80
ACTIVIDAD 2. ....	81
ACTIVIDAD 3. ....	83
ACTIVIDAD 4. ....	84
ACTIVIDAD 5. ....	85
ACTIVIDAD 6. ....	86
6.10 MARCO ADMINISTRATIVO .....	87
6.10.1 Recursos físicos o institucionales.....	87
6.10.2 Recursos humanos.....	87
6.10.3 Materiales.....	87
6.11.1 BIBLIOGRAFÍA .....	88
6.11.2 LINKOGRAFÍA .....	91
6.11.3 BASE DE DATOS UTA.....	95
6.12 ANEXOS .....	96
ANEXO 1: Escala de Evaluación de la Autoestima de Rosemberg. ....	96
ANEXO 2: Escala de Planificación y Toma de Decisiones de Darden, Ginter y Gazda.....	97
ANEXO 3: Tabla Dinámica del Chi – Cuadrado mediante el programa SPSS .....	98
ANEXO 4: Evidencia de la Toma de Reactivos a estudiantes de los primeros años de bachillerato de la “Unidad Educativa Temporal Baños” .....	99

## ÍNDICE DE TABLAS

CONTENIDO	PÁG
<b>3.6 Operacionalización de las Variables</b> .....	55
<b>Variable Independiente: Autoestima</b> .....	55
Tabla N° 01. Operacionalización Variable Independiente .....	55
<b>Variable Dependiente: Planificación y Toma de Decisiones</b> .....	56
Tabla N° 02. Operacionalización Variable Dependiente.....	56
<b>3.7 Plan de Procesamiento de la Información</b> .....	57
Tabla N° 03. Procesamiento de la Información.....	57
<b>Distribución de participantes de acuerdo al Género</b> .....	58
Tabla N° 04 .....	58
<b>Niveles de la Autoestima</b> .....	59
Tabla N° 05 .....	59
<b>Habilidades de Planificación y Toma de Decisiones</b> .....	61
Tabla N° 06 .....	61
<b>Tabla de Contingencia</b> .....	63
Tabla N° 07 Tabla de Contingencia Chi – Cuadrado, Programa SPSS .....	63
<b>Pruebas de Chi – Cuadrado</b> .....	64
Tabla N° 08 Pruebas Chi – Cuadrado, Programa SPSS.....	64
<b>Resumen del Modelo</b> .....	64
Tabla N° 09 Resumen del Modelo Chi – Cuadrado, Programa SPSS .....	64
<b>Modelo Económico Operativo</b> .....	87
Tabla N°10 Modelo Económico .....	87

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

CONTENIDO	PÁG
<b>1.2.1.4 Árbol de Problemas</b> .....	6
Gráfico N° 1. Árbol de Problemas .....	6
<b>Superordinario Conceptual</b> .....	19
Gráfico N° 2. Superordinario Conceptual .....	19
<b>2.7 Constelación de Ideas</b> .....	20
<b>2.7.1 Variable Independiente</b> .....	20
Gráfico N° 3. Variable Independiente .....	20
<b>2.7.2 Variable Dependiente</b> .....	21
Gráfico N° 4. Variable Dependiente .....	21
<b>ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS</b> .....	58
4.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN .....	58
<b>RESULTADOS FINALES DE LA MUESTRA</b> .....	58
<b>Distribución de participantes de acuerdo al Género</b> .....	58
Gráfico N.05 Distribución de participantes de acuerdo al Género .....	59
<b>Niveles de la Autoestima</b> .....	59
Gráfico N.06 Niveles de Autoestima .....	60
<b>Habilidades de Planificación y Toma de Decisiones</b> .....	61
Gráfico N.07 Habilidades de Planificación y Toma de Decisiones .....	62
<b>Influencia de la Autoestima sobre la Planificación y Toma de Decisiones mediante el Programa SPSS</b> .....	65
Gráfico N.08 Influencia de la Autoestima sobre la Planificación y Toma de Decisiones. ....	65

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**“LA AUTOESTIMA Y PLANIFICACIÓN Y TOMA DE DECISIONES DE  
LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE BACHILLERATO DE LA  
UNIDAD EDUCATIVA TEMPORAL BAÑOS.”**

**Autor:** Albán Velasteguí, Christian Eduardo

**Director:** Psc. Bonilla Flores, Flavio Rolando

**Fecha:** Octubre del 2014

**RESUMEN**

El presente trabajo de investigación tuvo como finalidad conocer la influencia de la baja autoestima al momento de planificar y tomar decisiones en los adolescentes, para lo cual esta investigación fue realizada en la ciudad de Baños, específicamente en la Unidad Educativa Temporal Baños y nos permitió conocer la problemática que surge cuando los adolescentes presentan niveles de autoestima baja y como se ve reflejado en la toma de decisiones desacertadas e inadecuadas que pueden traer consecuencias futuras para su vida.

El enfoque del trabajo realizado fue cuantitativo, aplicando la investigación bibliográfica-documental y de campo con un nivel de asociación de variables, se trabajó con 91 estudiantes de los primeros años de bachillerato a través de la toma de reactivos o test. Los datos fueron obtenidos a través de la aplicación del test estandarizado “Escala de Autoestima de Rosenberg” y la “Escala de Evaluación de la Planificación y Toma de Decisiones de Darden, Ginter y Gazda”. Los mismos fueron procesados estadísticamente dando un resultado de relación entre ellos. Finalmente, se presenta una propuesta de una Terapia Grupal Humanista enfocada en mejorar la capacidad de planificación y toma de decisiones acertadas y beneficiosas, permitiendo una salud psicológica más favorable.



**PALABRAS CLAVES:**

AUTOESTIMA, TERAPIA\_HUMANISTA, ADOLESCENTES,  
PLANIFICACIÓN, TEST.

**AMBATO TECHNICAL UNIVERSITY  
HEALTH SCIENCES FACULTY  
CLINICAL PSYCHOLOGY CAREER**

**“SELF-ESTEEM AND PLANNING AND DECISION MAKING STUDENT  
OF FIRST YEAR OF BACHELOR OF BAÑOS EDUCATION TIME  
UNIT.”**

**Author:** Albán Velasteguí, Christian Eduardo

**Directed:** Psc. Bonilla Flores Flavio Rolando

**Date:** Octubre del 2014

**SUMMARY**

The present research aimed to identify the influence of low self esteem when planning and making decisions in adolescents, for which this research was conducted in the city of Bath, specifically in the Education Unit Temporary Bathrooms and let us know the problem that arises when teens have low self-esteem levels as reflected in making poor decisions and inadequate that can bring future consequences for your life.

The focus of the work was quantitative, using bibliographic-documentary and field research with a level of association of variables, we worked with 91 students in the first years of high school by taking reagents or test. Data were obtained through the application of standardized test "Rosenberg Self-Esteem Scale" and "Rating Scale Planning and Decision Making Darden, Ginter and Gazda". They were processed statistically giving a result of relationship. Finally, a proposal from a Group Therapy Humanistic focused on improving the capacity planning and making wise and beneficial decisions, allowing a more favorable psychological health is presented.

**KEYWORDS:**

ESTEEM, HUMANIST \_ THERAPY, TEENS, PLANNING, TEST.

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación intenta justificar la incidencia que posee la baja autoestima en la planificación y toma de decisiones en los adolescentes, por lo cual se ha realizado un revisión previa, con el fin de identificar el problema, a continuación se formularon los objetivos que se van a alcanzar con la presente investigación, delimitando el campo de estudio y justificando las razones por las que se plantea el tema.

De la misma forma se indica la modalidad y el tipo investigación que se utilizó, donde se detalla diversos métodos que se aplicaron para la operacionalización de la variable y la recopilación de información, para luego realizar el procesamiento de la información obtenida, con el fin de realizar el análisis respectivo, el mismo que permite la identificación de fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas.

Considerando que la Autoestima es una actitud básica que determina el comportamiento y el rendimiento funcional del adolescente y está estrechamente relacionada con la valoración, consideración y crítica recibida por parte del medio donde se encuentra (familia, amigos, colegio). Es así que, un individuo con un nivel medio o alto de autoestima, está en la capacidad de poder planificar y tomar decisiones asertivas que favorezcan el desarrollo psicológico e integral del sujeto. Gracias a este proceso el adolescente puede generar rasgos autónomos y tomar conciencia de las alternativas que posee antes de decidir, lo cual estimula la responsabilidad en cada acción que pueda emprender.

## **CAPÍTULO I**

### **EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1.TEMA DE INVESTIGACIÓN**

“La Autoestima y Planificación y Toma de Decisiones de los estudiantes del primer año de bachillerato de la Unidad Educativa Temporal Baños.”

#### **1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

##### **1.2.1. Contextualización del problema**

###### **1.2.1.1 Macro Contextualización**

La autoestima hace referencia a la percepción que tiene la persona de sí mismo, basándonos en las experiencias que se han ido adquiriendo a lo largo de la vida, involucrando tanto pensamientos, sentimientos y sensaciones que a su vez se van categorizando en una visión positiva y aceptada ante el entorno donde se encuentra el individuo.

Se elaboró una investigación en Manizales-Colombia sobre la autoestima y relaciones interpersonales en los jóvenes estudiantes de primer semestre de la División Salud de la Universidad del Norte, exactamente en los programas de Medicina y Enfermería, con una muestra de 100 estudiantes, se concluyó que el 73% de los estudiantes tienen un autoconcepto adecuado, por lo tanto, el 27 % lo tiene inadecuado. El 80 % tiene el autorrespeto adecuado. El 81 % presentó una autoaceptación adecuada y el 19 % inadecuada. En cuanto a la percepción que los estudiantes tuvieron

de sí mismos y sus relaciones interpersonales, incluyendo familiares y amigos, el 94% consideró tener una buena relación con sus padres. (Alonso, L., et al., 2007, p.38)

Por lo tanto a través de este estudio podemos ver que, la autoestima y las relaciones interpersonales son dos factores que están estrechamente ligados, ya que si el individuo tiene una percepción positiva de sí mismo, le permitirá poder relacionarse satisfactoriamente con el medio que le rodea, pero si no se respeta, si no se conoce, ni se acepta a sí mismo, mucho menos podrá aceptar, respetar y reconocer a los demás.

Se elaboró una investigación sobre los niveles de autoestima, con una muestra de 301 adolescentes en edades comprendidas entre 12 y 18, cursantes de la Tercera Etapa de Escuela Básica y Media Diversificada en el Estado Carabobo, Venezuela, en el año escolar 1998-1999. Para la recolección de los datos se utilizó el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith. Donde se encontró que, el grupo estudiado tiene un nivel de autoestima alto, el 77% del total está ubicado en este nivel. Sin embargo, los aspectos emocionales 44,6%, familiares 44,3%, educativos 63,4%, socioculturales 72,2% y de relaciones con amigos 49,9%, son los más vulnerables, pues presentan los porcentajes ya señalados con índice de severidad mayor de 30%, lo que ubica a esta parte de la muestra en la categoría de alto riesgo. (Navarro y Pontillo, 1999, p.01)

Por lo tanto podemos notar que el vínculo familiar, social, educativo y emocional son de vital importancia para el buen desarrollo de la autoestima, ya que ayuda al individuo al establecimiento de su identidad de una manera más adecuada.

### 1.2.1.2 Meso Contextualización

El Consejo nacional de la Niñez y Adolescencia en Ecuador (CNNA) señala que el Estado tiene la obligación de motivar a una presencia más notable en la definición y concreción de todas las políticas de protección integral, bajo el reconocimiento de que el espacio familiar basado en vínculos afectivos permanentes, hábitos y formas de relación y comunicación, fundadas en el respeto, el diálogo y la protección responsable, constituyen la condición fundamental para el desarrollo humano integral, emocional e intelectual de los niños, niñas y adolescentes. (CNNA, 2004, p.18)

Por lo tanto, la familia y el estado son entes importantes para el desarrollo psicológico del individuo y tienen la obligación de brindar la protección necesaria para el buen vivir del adolescente, teniendo en cuenta que una buena autoestima ayuda a llevar una vida saludable, que permita conseguir y alcanzar metas propuestas, con el fin de sentir autonomía y responsabilidad en cada acción que realice.

Según la Defensa de los Niños Internacional Ecuador (DNI) Los menores ecuatorianos tienen una muy buena autoimagen. "Mayoritariamente, los niños, niñas y adolescentes afirman que se sienten satisfechos de sí mismos, que aspiran a lograr el éxito en su vida y no ven el fracaso en su futuro. Lo que más desearían olvidar, en cambio, son experiencias relacionadas con peleas, insultos, golpes, represión, amenazas y castigos", dice el informe. Y, en efecto, el 90.8% de los menores entrevistados afirman que se sienten satisfechos de sí mismos, mientras un 4.6% dice lo contrario. Pero esta respuesta tiene sus matices: más niños se sienten satisfechos de sí mismos en la zona urbana (95.1%) que en la rural (85.2%). La diferencia es de, prácticamente, un 10%. (DNI, 1994, p.03)

Podemos ver que para plantearse y conseguir tanto metas como objetivos, es necesario tener una buena autoestima, que permita la fomentación de la

autonomía, para que pueda valerse por sí mismo. Haciendo respetar sus propios derechos y luchando por alcanzar los ideales propuestos.

Por ello, es vital la estimulación en tempranas de la niñez para el desarrollo psicológico del adolescente, la falta de comunicación de sus padres e incluso la sobreprotección es desencadenante para que el individuo no pueda tomar decisiones independientes.

### **1.2.1.3 Micro Contextualización**

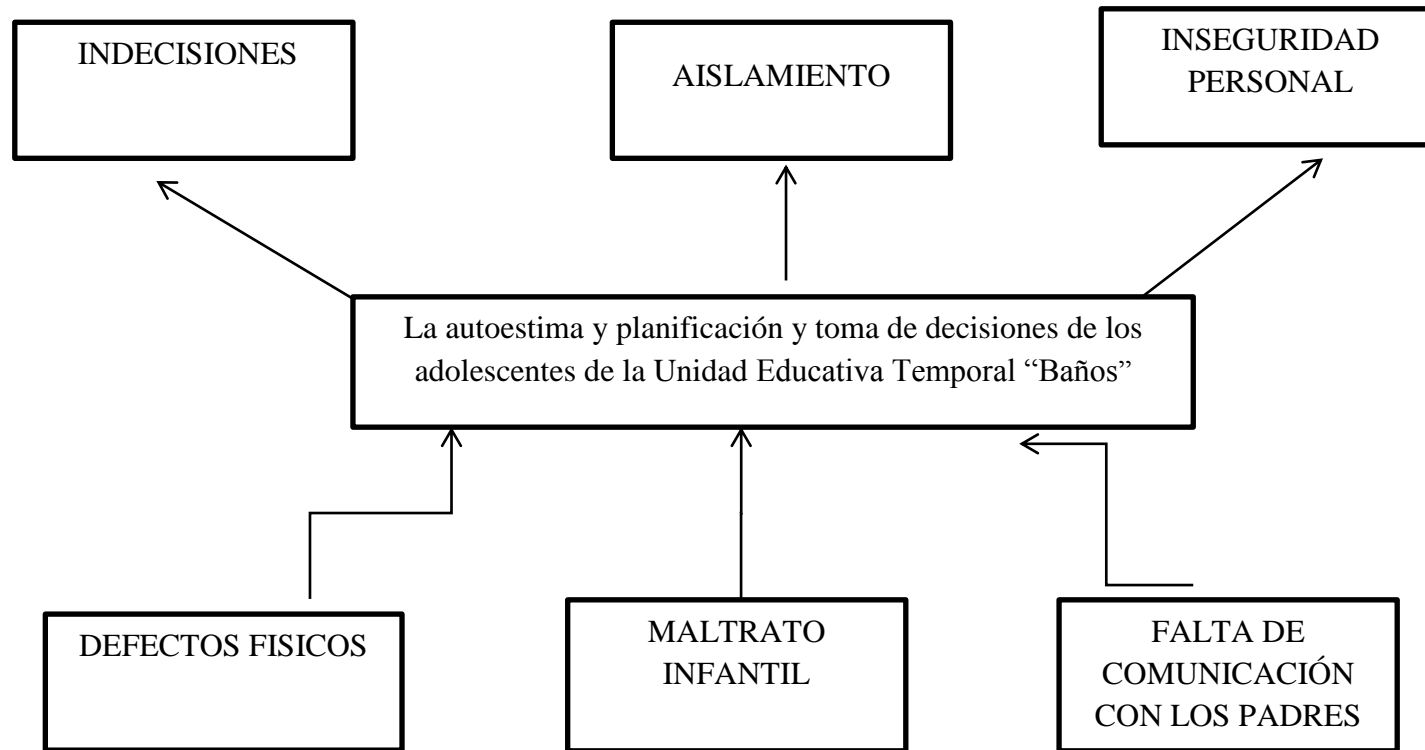
La autoestima de los adolescentes tiene origen desde edades tempranas, la comunicación con los padres, hermanos, vecinos y amigos es de vital importancia, ya que la forma como individuo percibe su entorno va a determinar el fortalecimiento o el deterioro de la autoestima.

En el taller realizado con la ONG International ChildFund Ecuador a nivel del cantón Cevallos, se ha concluido que la autoestima está un tanto descuidada, pues en el proceso de construcción del autoestima las familias de los niños/as son desestructuradas, desorganizadas e inestables, la forma de violencia más generalizada es el maltrato emocional, los niños no tienen confianza en sus propias capacidades de pensar, afrontar y actuar frente a los desafíos que se presentan en la vida. En la escuela Amazonas del caserío La Florida cantón Cevallos provincia Tungurahua la autoestima influye en todas las actividades que desarrolla el educando ya que esta es el motor que le impulsa a triunfar en la vida, no en el plano económico sino en el terreno de lo personal. (Córdova, 2010, p.13)

Por lo cual, podemos apreciar que la percepción que tiene la persona de sí misma, dependerá en su medida del ambiente familiar y de las experiencias que haya obtenido a lo largo de la vida, aquí podemos mencionar tanto amigos, compañeros y familiares, como piezas claves del desarrollo psicológico del adolescente. El relacionarse con el entorno en que se encuentra ayuda al crecimiento de la autoestima y a la identificación de sí mismo como persona.



### 1.2.1.4 Árbol de Problemas



**Gráfico N° 1.** Árbol de Problemas  
**Elaborado por:** Christian Albán, 2014

### **1.2.2 Análisis Crítico del Problema**

Es una realidad que la baja autoestima influye directamente en la toma de decisiones en los adolescentes, ya que la inseguridad emocional está presente y afecta principalmente en la parte psicológica, lo que conlleva a un déficit en la planificación y resolución de problemas, por lo tanto el adolescente genera actitudes dependientes al momento de tomar una decisión, sin poder generar autonomía.

Por otra parte, cuando existe maltrato infantil tanto físico como psicológico, este produce como efecto el aislamiento, ya que es en la infancia donde se va formando la autoestima del niño(a), cuando los estímulos recibidos en esta etapa fueron negativos, el niño crece inseguro de sí mismo y dependiente de las personas que están a su lado, por miedo de enfrentarse al mundo que lo rodea, por ello, el niño genera comportamientos inusuales como alejarse del grupo de compañeros desde muy tempranas edades, lo que provoca que no pueda relacionarse satisfactoriamente con el medio social donde se encuentra.

En la sociedad existen estereotipos que influyen directamente en la autoestima, por ello, los individuos que poseen defectos físicos ya sea de nacimiento o producidos mediante el periodo de vida, les cuesta sentirse aceptados por su grupo, ya que estos mismos defectos, los hacen ver diferentes al resto, por lo cual no se sienten seguros de lo que son y es ahí donde entra la importancia de la autoestima, para poder ayudar aquellas personas que de alguna forma necesitan sentirse aceptadas consigo mismas.

Otros de los aspectos claves en el estudio de la baja autoestima es la falta de comunicación con los padres, sabiendo que la comunicación es vital en el desarrollo del niño. Al descuidar la importancia de que los hijos se comuniquen desde muy pequeños con sus padres, se crea en el niño un constructo mental de desconfianza, por lo cual prefieren pasar el tiempo a solas, excluidos del contexto social donde se encuentran, lo que provoca que incremente la inseguridad emocional de manera muy notoria.

### **1.2.3 Prognosis**

Si no se investigara sobre la autoestima y cómo influye en la toma de decisiones, se estaría perdiendo el interés total en el desarrollo psicológico del ser, por lo cual la inseguridad emocional en las personas se incrementaría y llegaría a afectar en todos los ámbitos, desde lo personal, familiar, educativo, laboral, espiritual y social, afectando en la capacidad de desenvolvimiento, planificación y toma a decisiones ante cualquier circunstancia.

La familia desde la antigüedad viene siendo un pilar fundamental en el desarrollo de la estructura psíquica del individuo, por ello cuando se habla de la autoestima engloba directamente estadios tempranos en la niñez, ya que los estímulos que se reciben en etapas tempranas influyen a posterior en el desenvolvimiento personal del adolescente cuando debe tomar alguna decisión importante.

Un individuo que posee una baja autoestima es un ser limitado, incapaz de dar valía a su propio YO e incapaz de encontrar un sentido a su vida, ya que siempre creerá ser menos que cualquier persona, incluso los mismos familiares son los que descalifican el valor que tiene ante ellos. No obstante hay que prevenir y contrarrestar esta problemática ya que los seres humanos son diferentes unos de otros, por ello el hecho de establecer reglas en el hogar, el crear valores y costumbres hacen que el individuo poco a poco vayan formando una identidad de quienes son y fortaleciendo su autonomía con la capacidad de tomar decisiones oportunas.

Otro punto importante al momento de tomar una decisión es la percepción que tengan las demás personas sobre sí misma, el sentirse aceptado es un factor preponderante para que la persona se sienta en la capacidad de tomar una decisión, el sentir que sus ideas son acogidas de la mejor forma en una conversación, crea en el adolescente la importancia de resentirse respaldado ante los demás, lo cual le da más valía en su identidad, permitiendo no solo relacionarse satisfactoriamente con su grupo de amigos sino también fomentando el interés en los demás adolescentes, de la importancia de tomar decisiones acertadas.

La planificación y toma de decisiones en un individuo depende en gran medida de la autoestima que la persona posea, por ello la espontaneidad y la seguridad personal son factores claves para que un adolescente pueda congeniar ante un grupo nuevo, como por ejemplo cuando entra a un colegio, la facilidad de poder relacionarse con otros, ayudara a sentirse más adaptado al medio en el que se encuentra.

#### **1.2.4. Formulación del Problema**

¿Cómo la autoestima influye en la planificación y toma de decisiones de los estudiantes de los primeros años de bachillerato de la Unidad Educativa Temporal Baños?

#### **1.2.5. Preguntas Directrices**

¿Cuáles son los niveles de autoestima predominantes de los estudiantes de los primeros años de bachillerato de la “Unidad Educativa Temporal Baños” de la ciudad de Baños?

¿Qué tipo de planificación y toma de decisiones presentan los estudiantes de los primeros años de bachillerato de la “Unidad Educativa Temporal Baños” de la ciudad de Baños?

¿Por qué se debe diseñar un esquema de psicoterapia para manejo de grupos que dé solución en el caso de presentar un déficit en la toma de decisiones producto de la baja autoestima en los adolescentes?

#### **1.2.6. Delimitación del Objetivo de la Investigación**

El modelo que se presenta en este trabajo constituye en un mecanismo de ayuda para lograr entender el problema que surge entre la autoestima y la planificación y toma de decisiones de los adolescentes.

- Campo: Psicología Clínica
- Área: Social
- Aspecto: Psicología del Adolescente

- Delimitación espacial: Este proyecto de tesis se realizó en la Unidad Educativa Temporal Baños, perteneciente al cantón Baños
- Delimitación temporal: Año lectivo Septiembre 2013 - Julio 2014
- Unidades de Observación: Adolescentes masculinos y femeninos del primer año de bachillerato
- Aspecto: Autoestima y Planificación y Toma de Decisiones

### **1.3 JUSTIFICACIÓN**

El estudio de la autoestima es de vital importancia para la psicología como ciencia, ya que a través de este proyecto se podrá entender y estudiar a fondo nuevas problemáticas que pueden surgir al momento de visualizar las consecuencias que pueden tener los individuos en este caso los adolescentes, al no poseer un nivel de autoestima adecuado que facilite primeramente la seguridad emocional de la persona y consecuentemente el buen manejo en la planificación y toma de decisiones, por lo cual es necesario que este tema tenga interés ya que al manejar niveles de autoestima favorables beneficiaran tanto al adolescente como a la sociedad, permitiendo la inclusión de individuos seguros de sí mismos y con capacidad de llevar a cabo cualquier actividad planteada

El presente proyecto tiene como principio de novedad el estudio de la autoestima y su afectación al momento de planificar y tomar decisiones, ya que a través de este tema se ayudará a mejorar, prevenir y contrarrestar la baja autoestima, teniendo en cuenta que en la sociedad el relacionarse con los demás es de vital importancia, en todo momento las personas están en contacto con otras, ya sea en la familia, trabajo, colegio, deportes, por lo que es inevitable poder relacionarse. Por ello, si el adolescente no logra adquirir una identidad de sí mismo provocará que la inseguridad emocional crezca, impidiendo de esta manera, relacionarse con el medio en que se encuentra. El enfoque principal de este proyecto es dejar de ver a la autoestima como un simple termino a utilizar y más bien se proyecte como una realidad social, que si no se trata a tiempo producirá afectaciones a nivel psicológico, físico, laboral y familiar.

El presente proyecto es factible porque se cuenta con el grupo de participantes, el colegio, la necesidad personal de hacerlo y las herramientas necesarias para lograrlo, teniendo en cuenta que actualmente el estudio sobre la autoestima es determinante, ya que la baja autoestima influye en la dificultad de relacionarse, planificar y desenvolverse satisfactoriamente ante su grupo y ante la sociedad.

## **1.4 OBJETIVOS**

### **1.4.1 Objetivo General**

Determinar la influencia de la autoestima en la planificación y toma de decisiones de los estudiantes de los primeros años de bachillerato de la “Unidad Educativa Temporal Baños” de la ciudad de Baños

### **1.4.2 Objetivos Específicos**

- Analizar los niveles de autoestima predominantes de los estudiantes de los primeros años de bachillerato de la “Unidad Educativa Temporal Baños” de la ciudad de Baños
- Describir el tipo de planificación y toma de decisiones que presentan los estudiantes de los primeros años de bachillerato de la “Unidad Educativa Temporal Baños” de la ciudad de Baños
- Diseñar un esquema de psicoterapia para manejo de grupos que den solución en el caso de presentar un déficit en la toma de decisiones producto de la baja autoestima en los adolescentes.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1 Antecedentes Investigativos

Para los antecedentes de la investigación se destacan los siguientes proyectos de tesis y sus respectivas conclusiones que dan una perspectiva fundamentada para el tema planteado, una de aquellas fue realizada en la Escuela Mixta “Gran Bretaña” de la ciudad de Quito, ejecutada por García Aragón María Eugenia, en el año 2009- 2010, con el tema “El autoestima y su incidencia en el desarrollo integral de los niños del sexto año de educación básica de la escuela mixta Gran Bretaña de la ciudad de Quito periodo 2009 – 2010” en el que se describe y concluye lo siguiente:

- La convivencia familiar ayuda a tener una buena autoestima para fortalecer en el aprendizaje permitiendo en que ellos sean positivos en sus actividades.
- Para poder ayudar a un niño con baja autoestima hay que concienciar el problema y buscar ayuda profesional para un mejor desarrollo.
- Los padres deberán darse cuenta por medio del comportamiento de sus hijos si estos son agresivos, demasiados tranquilos es señal de que algo está mal. (p.68)

Igualmente se destaca la investigación realizada en la Unidad Educativa Particular Mixta “Hermano Miguel” de la ciudad de Machala, ejecutada por Sandy Karina Espinoza Espinoza y Paola Karen Soto Villa, en el año 2011-2012, con el tema “La imagen Corporal y su incidencia en el autoestima de los adolescentes del bachillerato de la Unidad Educativa Particular Mixta Hermano Miguel, periodo lectivo 2011-2012” en el que se describe y concluye lo siguiente:

- Algunos adolescentes tienen problemas de autoestima debido a la influencia de una distorsión de su imagen corporal, ya que esos cambios, combinados con el deseo natural de ser aceptados, hacen que les resulte tentador compararse con los demás
- La baja autoestima que presentan los adolescentes no es tan solo problemas con su imagen corporal si no por diferentes factores que afectan su estado emocional
- Los medios de comunicación y grupos sociales, difunden estereotipos de belleza asociados con el prestigio, la elegancia, el éxito y la salud. Así el culto moderno hacia la delgadez como figura ideal, hace que muchas personas se sientan descontentas con su propio cuerpo, lo que provoca la aparición de trastornos emocionales. (p.94)

Además se cita el proyecto de tesis realizado en la Escuela “Amazonas” del cantón Cevallos, ejecutada por Cleopatra Jacqueline Córdova Peñaloza, en el año 2010, con el tema “La Autoestima y su influencia en el rendimiento académico de los niños/as de segundo, tercero y cuarto Año de Educación Básica de la escuela “Amazonas” del cantón Cevallos, caserío La Florida, en el período diciembre 2009 a febrero del 2010” en el que se describe y concluye lo siguiente:

- El análisis de los resultados de las encuestas ha determinado que la autoestima si influye en el rendimiento académico de los niños de segundo, tercero y cuarto año de educación básica de la escuela “Amazonas”.
- En el ámbito familiar la falta de comunicación, cariño, aprobación, afecto físico, amor, el maltrato emocional afecta la personalidad del niño, no permitiendo un buen desempeño en las actividades escolares como: No culminan todos sus trabajos dados en el aula.
- No interrelacionan con sus compañeros, marcando distancia física, alejándose por temor a evidenciar sus limitaciones, son tímidos, inhibidos, ansiosos e inseguros. Por lo tanto su rendimiento académico se encuentra en el rango cuantitativo de bueno y regular.(p.44)



## **2.2 Fundamentación Filosófica**

El presente trabajo investigativo está enmarcado dentro del paradigma crítico propositivo. El presente trabajo investigativo es Crítico porque surge de la necesidad de entender que el poseer niveles bajos de autoestima trae consecuencias tanto físicas como psicológicas que llegan a afectar al individuo, desde el área personal, familiar, académica, laboral y social, ya que el adolescente en este caso, es incapaz de tomar decisiones, formular o elegir alternativas para la planificación y solución de las mismas, por ello sino se trabaja a tiempo, el adolescente aplazará los procesos de solución por miedo a elegir incorrectamente y por no tener las herramientas necesarias para trabajar en ello o a su vez generará una conducta dependiente hacia las personas más cercanas para poder tomar alguna decisión, porque a través del estudio de este tema, se puede detectar las consecuencias emocionales que pueden tener los adolescentes al poseer una baja autoestima, por ende a través de esta problemática se puede proyectar un posible mejoramiento de los niveles de autoestima mediante charlas de motivación personal, actividades grupales e individuales que estimulen la productividad en el adolescente favoreciendo y fortaleciendo su autonomía en la planificación y toma de decisiones.

## **2.3 Fundamentación Epistemológica**

El ser humano (terapeuta en este caso) conoce la realidad (su paciente en proceso de psicoterapia) mediante el contraste de sus anticipaciones. Estas se basan en experiencias previas (tanto la experiencia clínica, como el entrenamiento del terapeuta) y en último extremo, en reacciones o respuestas automáticas, como por ejemplo la intuición, y entre ellas las que se adaptan a los acontecimientos inminentes. (Popper, 1974 citado por Campo, 2004, p.02)

Para entender la autoestima desde un enfoque epistemológico, primero hay que comprender que la epistemología está enmarcada en el campo de la solución a una problemática planteada, ya que buscan prioritariamente la explicación del conocimiento científico del individuo.

El psicoterapeuta debe dejar siempre un ‘espacio’ para abordar al paciente desde la perspectiva ‘objetiva’, ‘externa’ y quizás diferente a como el paciente percibe la realidad, sobre todo aquella realidad que el paciente no entiende o que le genera sufrimiento o dificultad, y por la cual acude a terapia. (Gabbard 1996, citado por Campo, 2004, p. 02)

Por lo tanto al hablar de la psicología desde el punto de vista epistemológico se entiende que el terapeuta debe abordar al paciente desde una forma objetiva, para ver todos los medios posibles, teniendo en cuenta que la reflexión que hace el individuo hacia un objeto, es de tipo subjetiva.

Popper (1963) citado por Campo (2004) establece que “no importa cuántos casos se conozcan, siempre puede ocurrir que alguno de los no conocidos sea contrario a los observados y, así, se invalide la generalización” (p.05).

Con esta apreciación del autor, se describe al individuo como un ser único y diferente y que reacciona de distinta manera ante un problema, por ello, el grado de subjetividad de una persona sobre su valía, va a determinar el grado de objetividad que tenga hacia un objeto, es decir, si una persona no se quiere a sí mismo, no va a poder desplazar ningún tipo de sentimiento a los demás.

## **2.4 Fundamentación Psicológica**

Roger (1974) citado por Frager y Fadiman (2001) menciona que “la persona tiene en su interior la capacidad, al menos latente, de entender los factores de su vida que le acarrearán desdichas y penas, así como de reorganizarse de tal forma que pueda superarlos”. (p.434)

Los individuos tienen la capacidad propia de percibir, sintetizar y organizar su entorno de una manera favorable, por lo tanto, todas las experiencias que adquiere a lo largo de la vida, ayudan al desarrollo de las funciones del Yo, llegando a la capacidad de elaborar un análisis propio, con el fin de mejorar su situación, si el caso lo amerita.

Otro referente de la psicología humanista, estableció 5 bloques secuenciales de necesidades que tiene una persona, a lo cual llamó La Pirámide de Maslow, que comprendía las necesidades fisiológicas, necesidad de Seguridad y Reaseguramiento, la necesidad de Amor y Pertenencia, necesidad de Estima y la necesidad de Autorrealización. (Maslow, 1994, p.98)

Por lo tanto, la necesidad de estima como la de autorrealización son vitales para el desarrollo psicológico del adolescente, el ser estimado desde la niñez crea en el individuo la elaboración de sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia los demás, que consecuentemente permitirá el planteamiento de metas y objetivos para alcanzarlos, lo que Maslow llamó, la necesidad de autorrealización, esta necesidad se sitúa en el nivel más alto de la pirámide, y comprende aquellas personas que pueden forjar de mejor manera su futuro, ya que son personas independientes, capaces de tomar buenas decisiones y sobre todo, llegan a tener control de sus emociones que les permitirá valerse y enfrentar los problemas de una mejor manera.

## **2.5 Fundamentación Legal**

Código de la Niñez y Adolescencia

Art. 44.- “El Estado, la sociedad y la familia promoverán de forma prioritaria el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes, y asegurarán el ejercicio pleno de sus derechos; se atenderá al principio de su interés superior y sus derechos prevalecerán sobre los de las demás personas.”

Las niñas, niños y adolescentes tendrán derecho a su desarrollo integral, entendido como proceso de crecimiento, maduración y despliegue de su intelecto y de sus capacidades, potencialidades y aspiraciones, en un entorno familiar, escolar, social y comunitario de afectividad y seguridad. Este entorno permitirá la satisfacción de sus necesidades sociales, afectivo-emocionales y culturales, con el apoyo de políticas intersectoriales nacionales y locales.

Art. 50.- Derecho a la integridad personal.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a que se respete su integridad personal, física, psicológica, cultural, afectiva y sexual. No podrán ser sometidos a torturas, tratos crueles y degradantes.

Art. 51.- Derecho a la libertad personal, dignidad, reputación, honor e imagen.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a que se respete:

- a) Su libertad, sin más limitaciones que las establecidas en la ley. Los progenitores y responsables de sus cuidados los orientarán en el ejercicio de este derecho.
- b) Su dignidad, autoestima, honra, reputación e imagen propia. Deberá proporcionárseles relaciones de calidez y buen trato fundamentadas en el reconocimiento de su dignidad y el respeto a las diferencias.

Art. 60.- Derecho a ser consultados.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a ser consultados en todos los asuntos que les afecten. Esta opinión se tendrá en cuenta en la medida de su edad y madurez.

Ningún niño, niña o adolescente podrá ser obligado o presionado de cualquier forma para expresar su opinión.

Art. 101.- Derechos y deberes recíprocos de la relación parental.- Los progenitores y sus hijos se deben mutuamente afecto, solidaridad, socorro, respeto y las consideraciones necesarias para que cada uno pueda realizar los derechos y atributos inherentes a su condición de persona y cumplir sus respectivas funciones y responsabilidades en el seno de la familia y la sociedad.

Art. 102.- Deberes específicos de los progenitores.- Los progenitores tienen el deber general de respetar, proteger y desarrollar los derechos y garantías de sus hijos e hijas. Para este efecto están obligados a proveer lo adecuado para atender sus necesidades materiales, psicológicas, afectivas, espirituales e intelectuales, en la forma que establece este Código.

En consecuencia, los progenitores deben:

1. Proveer a sus hijos e hijas de lo necesario para satisfacer sus requerimientos materiales y psicológicos, en un ambiente familiar de estabilidad, armonía y respeto;
2. Velar por su educación, por lo menos en los niveles básicos y medio;
3. Inculcar valores compatibles con el respeto a la dignidad del ser humano y al desarrollo de una convivencia social democrática, tolerante, solidaria y participativa;
4. Incentivar en ellos el conocimiento, la conciencia, el ejercicio y la defensa de sus derechos, reclamar la protección de dichos derechos y su restitución, si es el caso;
5. Estimular y orientar su formación y desarrollo culturales;
6. Asegurar su participación en las decisiones de la vida familiar, de acuerdo a su grado evolutivo.

## 2.6 Categorías Conceptuales

### 2.6.1. Superordinario Conceptual

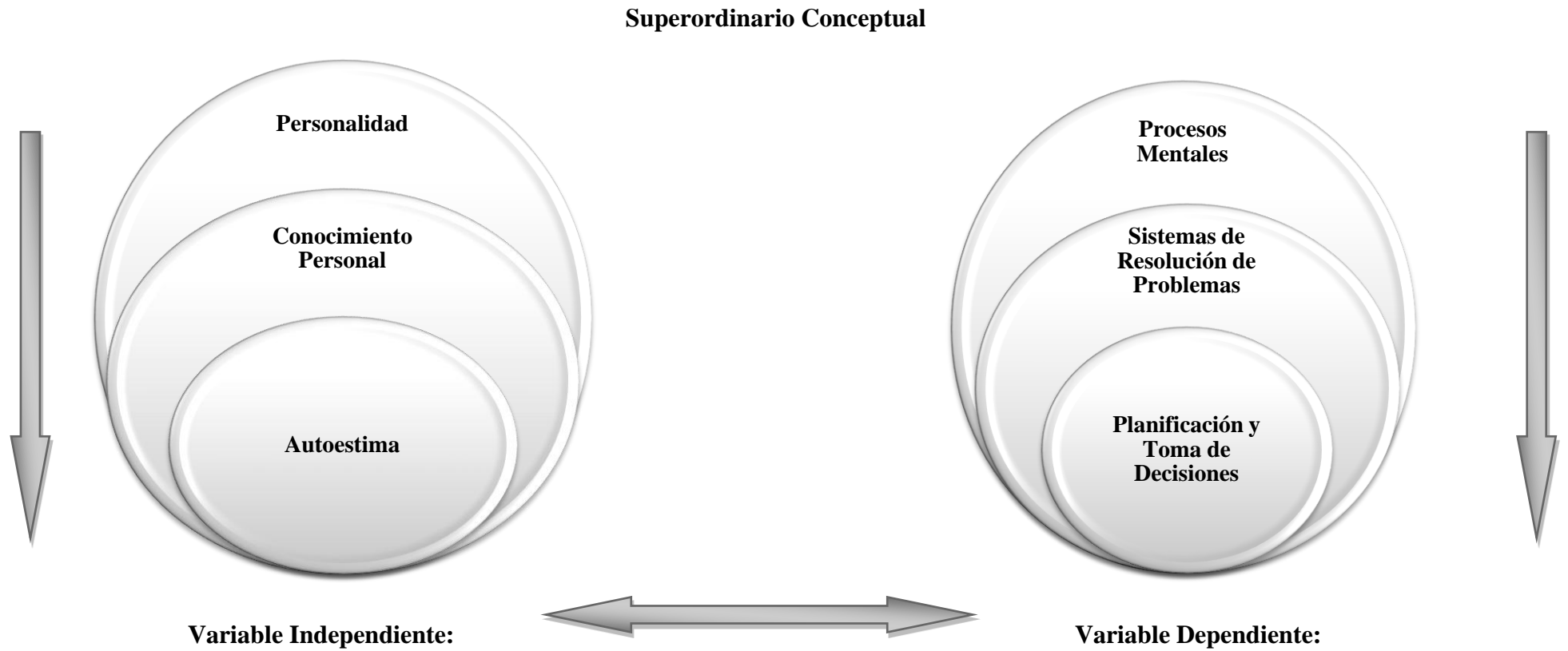


Gráfico N° 2. Superordinario Conceptual

Elaborado por: Christian Albán, 2014.

## 2.7 Constelación de Ideas

### 2.7.1 Variable Independiente

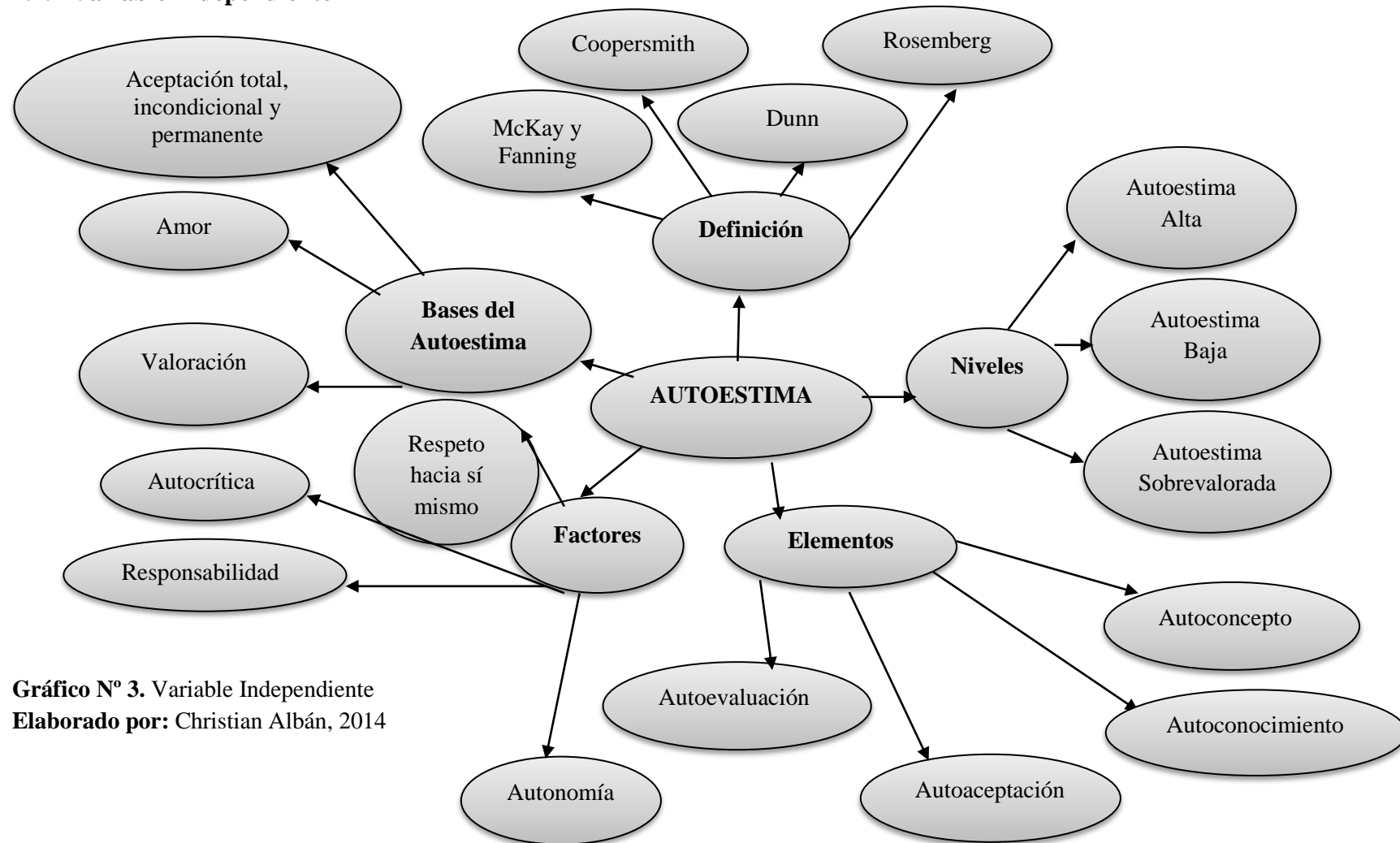
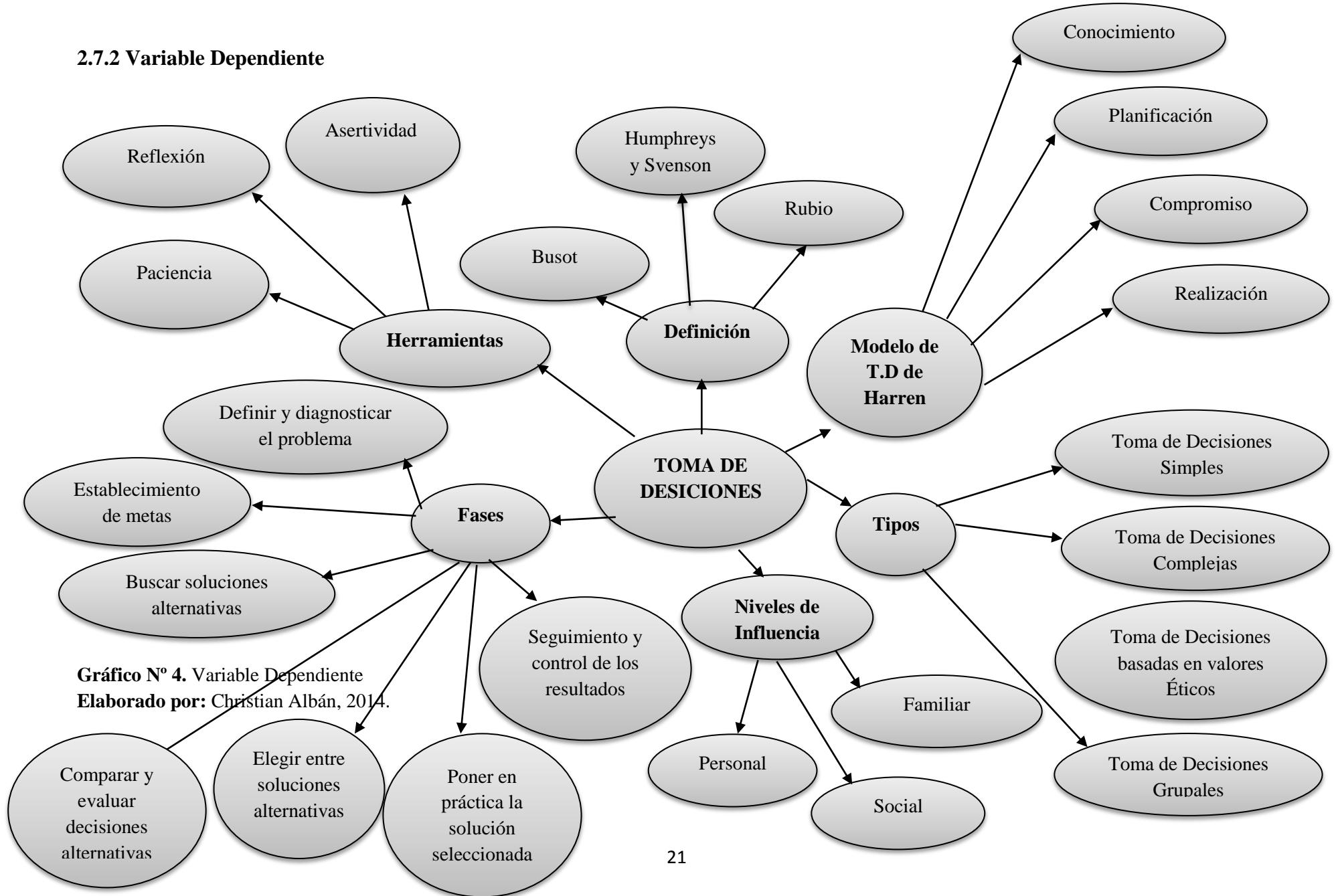


Gráfico N° 3. Variable Independiente  
Elaborado por: Christian Albán, 2014

**2.7.2 Variable Dependiente**



**Gráfico N° 4.** Variable Dependiente  
**Elaborado por:** Christian Albán, 2014.



## MARCO CONCEPTUAL

### 2.8 Variable Independiente: Autoestima

#### 2.8.1 Personalidad

La personalidad hace referencia al conjunto de rasgos individuales que poseen y que diferencian a unas personas de otras. La personalidad explica nuestra forma habitual de comportarnos y engloba toda la estructura psicológica, es decir, tanto los aspectos intelectuales como los motivacionales y afectivos (Martínez, 1997, p. 66)

Los componentes cognoscitivos, sentimientos, pensamientos y conductas forman los patrones estructurados de la personalidad. La formación de la personalidad es indefinida y permanente constituye una serie de características determinantes que se adquieren con el tiempo y que hacen del individuo un ser humano único e irreplicable.

La personalidad se encuentra dentro del estudio del campo de la psicología, y se puede explicar desde varias funciones, en primer lugar permite conocer de forma aproximada los motivos que llevan a un individuo a actuar, a sentir, a pensar y a desenvolverse en un medio; por otro lado, la personalidad permite conocer la manera en la cual una persona puede aprender del entorno. La personalidad se puede definir como la estructura dinámica que tiene un individuo en particular; se compone de características psicológicas, conductuales, emocionales y sociales. (Seelbach, 2013, p.09)

La personalidad es un constructo cognitivo que todo ser humano presenta, este es particular y está determinado por sus interrelaciones con el medio social que se desenvuelve. El grado de funcionalidad del individuo con el entorno es trascendental para la formación de la personalidad.

### **2.8.2 Conocimiento Personal**

Alavi y Leidner (2003) citado por Flores (2005) definen que “el conocimiento personal es la información que el individuo posee en su mente, personalizada y subjetiva, relacionada con hechos, procedimientos, conceptos, interpretaciones, ideas, observaciones, juicios y elementos que pueden ser o no útiles, precisos o estructurables” (p. 03).

El conocimiento personal se puede ver evidenciado en la capacidad de conocerse a sí mismo, tomar decisiones y planificar estrategias para la solución de problemas. El conocimiento propio dentro de la psicología es importante ya que por medio de este se puede potenciar todas las capacidades intelectuales con el propósito de mejorar la estabilidad emocional y equilibrio psicológico, lo que permite al individuo valerse por sí solo ante cualquier adversidad que se presente.

Zorrilla (1997) citado por Flores (2005) señala que “el conocimiento es el proceso de administrar continuamente conocimiento de todo tipo para satisfacer necesidades presentes y futuras e identificar y explotar conocimientos, tanto existentes como adquiridos que permitan el desarrollo de nuevas oportunidades” (p.02).

Es un proceso de construcción individual donde interfieren factores, afectivos, cognoscitivos y de aprendizaje que determinan la identidad de cada persona. El valor que tiene cada individuo sobre sí mismo determina la seguridad emocional y la autonomía para un proceso de elaboración del autoconcepto.

Muñoz y Riverola (2003) citado por Flores (2005) afirman que “el conocimiento es la capacidad para resolver un determinado conjunto de problemas” (p.06).

El conocimiento de sí mismo ayuda al autoaprendizaje, este proceso esencial para estimular las áreas cognoscitivas, permitiendo conseguir la interrelación y la adaptación con el entorno, esto a su vez ayuda también en la creación de relaciones interpersonales que vayan moldeando la personalidad del individuo con el fin de tener una percepción adecuada de su propia realidad.

### **2.8.3 Autoestima**

El estudio de la autoestima a lo largo de los años, ha pasado de ser un tema complejo y se ha convertido en un tema trascendental al momento de tomar decisiones, por ello muchos autores en el campo de la psicología, se han pronunciado con diferentes definiciones de lo que consideran que es la autoestima

#### **2.8.3.1 Definición según Autores**

Rosemberg (1996) citado por Vega, Facio y Ormeño (2005) señala que “la autoestima es una apreciación positiva o negativa hacia el sí mismo, que se apoya en una base afectiva y cognitiva, puesto que el individuo siente de una forma determinada a partir de lo que piensa sobre sí mismo” (p.05).

La autoestima está estrechamente relacionada con una parte afectiva y otra cognitiva, que influyen directamente sobre la percepción ya sea positiva o negativa de sí mismo.

Wilber (1995) afirma que “la autoestima está vinculada con las características propias del individuo, el cual hace una valoración de sus atributos y configura una autoestima positiva o negativa, dependiendo de los niveles de consciencia que exprese sobre sí mismo” (p.16).

La autoestima es un factor importante para el desarrollo del individuo, ya que para afrontar retos, se necesita tener una visión positiva de sí mismo, para crear la autoconfianza, un componente principal de la autoestima y así alcanzar las metas propuestas.

La autoestima es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo. Esta autoestima se expresa a través de una actitud de aprobación o desaprobación que refleja el grado en el cual el individuo cree en sí mismo para ser capaz, productivo, importante y digno. (Coopersmith, 1996, citado por Vega et al., 2005, p.05)

La autoestima se desarrolla a partir de la autoconfianza, el poder detectar, controlar e identificar cada una de las emociones ayuda a crear en el individuo una estructura sistémica donde los sentimientos y pensamientos son procesados de una manera organizada antes de tomar una decisión, con el fin de mejorar los niveles de autoestima siendo productivos e independientes. Una buena salud mental está determinada por una buena autoestima, conforme sea la valoración y aceptación que se dé el individuo de sí mismo, de la misma forma será la percepción positiva o negativa que tengan hacia su entorno y hacia el mundo en general.

McKay y Fanning (1999) señalan que “la autoestima se refiere al concepto que se tiene la propia valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre sí mismo ha recabado el individuo durante su vida” (p.19).

Las experiencias recopiladas durante la vida llegan a determinar la percepción que tenga cada persona de sí misma, si las experiencias en su mayoría fueron positivas, la valía del sujeto será estable o alta, pero si fueron negativas la autoestima estará en niveles bajos. Una buena autoestima ayuda a plantarse objetivos de vida que permite al individuo luchar por conseguir el fin propuesto, atravesando éxitos y fracasos en el camino pero manteniendo siempre el objetivo propuesto sin declinar.

### **2.8.3.2 Niveles de Autoestima**

#### **2.8.3.2.1 Autoestima Alta o Positiva**

La autoestima alta está definida a los individuos que poseen un conjunto de características interpersonales favorables, que permiten tener una visión del mundo de forma positiva y que ayuda a enfrentarse a los retos que se presenta día a día. Un individuo con autoestima alta desarrolla una autonomía, que le permite contar con una amplia gama de posibilidades de triunfar desde el ámbito emocional, familiar, laboral y social, ya que tener un control sobre las emociones de sí mismo, permite decisiones acertadas en los momentos más difíciles.

Campos y Muñoz (1992) citado por Sánchez y Jaramillo (2010) mencionan que las características de las personas con autoestima alta son las siguientes:

- Saben qué cosas pueden hacer bien, qué pueden manejar.
- Se sienten bien consigo mismas.
- Expresan su opinión.
- No temen hablar con las personas.
- Saben identificar y expresar sus emociones a otras personas.
- Participan en las actividades que se desarrollan en su centro de estudio o de trabajo.
- Se valen por sí mismas en las situaciones de la vida, lo que implica dar y pedir apoyo.
- Les gustan los retos no les temen
- Son creativas y originales, inventan cosas, se interesan por realizar tareas desconocidas, aprenden actividades nuevas.
- Luchan por alcanzar lo que quieren.
- Preguntan cuando algo no lo saben.
- Defienden su posición ante los demás.
- Reconocen cuando se equivocan.
- Conocen sus cualidades y tratan de sobreponerse a sus defectos.
- Son responsables de sus acciones.
- Son líderes naturales. (p.21)

La autoestima alta está influenciada por el respeto que tiene cada persona de sí misma y sobre los demás, el escuchar, ser tolerante y respetar los puntos de vista de manera objetiva de las personas, favorecen a la adquisición de nuevas capacidades como la autocrítica. Saber ser paciente, opinar y asimilar la forma de pensar de cada uno de los integrantes de un grupo son características propias de personas que manejan una autoestima alta, ya que les permite ser imparciales al momento de emprender proyectos o al defender cada uno de estos.

La importancia de mantener una autoestima alta es indispensable en el desarrollo psicológico del individuo, tener una idea sobre la percepción que tienen las personas sobre el sujeto ayuda en la formación de la espontaneidad, permitiendo que la persona sea creativa y emprendedora, que le permitan ascender la escalera del éxito.

#### **2.8.3.2.2 Autoestima Baja o Negativa**

La autoestima baja está definida a los individuos que no poseen ningún grado de confianza en sí mismos y donde generalmente prima la inseguridad como característica principal, son personas incapaces de establecer relaciones sociales, tomar decisiones o valerse de sí mismas para realizar alguna actividad.

Campos y Muñoz (1992) citado por Sánchez y Jaramillo (2010) afirman que las características de las personas con autoestima baja son las siguientes:

- Son indecisos.
- Se les dificulta tomar decisiones
- Tienen miedo exagerado a equivocarse.
- Solo toman una decisión cuando tienen seguridad al 100% de que obtendrán los resultados esperados
- Generalmente tuvieron infancias difíciles.
- Piensan que no pueden o no saben nada.
- No valoran sus talentos.
- Tienen miedo a lo nuevo y evitan riesgos.
- Son pasivos y evitan tomar la iniciativa.
- No les gusta compartir con otras personas.
- Evitan participar en las actividades que realizan en su centro de estudio o en su trabajo. Temen hablar con otras personas.
- Dependen mucho de otras personas para hacer sus tareas.
- Se dan por vencidas antes de realizar cualquier actividad.
- No están satisfechas consigo mismas, piensan que no hacen nada bien.
- No conocen sus emociones, por lo que no pueden expresarlas.

- Debido a que no tienen valor, les cuesta aceptar que las critiquen.
- Les cuesta reconocer cuando se equivocan.
- Manejan muchos sentimientos de culpa cuando algo sale mal.
- En resultados negativos culpan a otros.
- Creen que son los feos.
- Creen que son los ignorantes.
- No se preocupan por su estado de salud.
- Son pesimistas, creen que todo les saldrá mal.
- Creen que son personas poco interesantes. (p.22)

La baja autoestima influye considerablemente en la incapacidad para afrontar problemas y liderar grupos, debido al nivel de desconfianza e inseguridad que genera el sujeto. Alcanzar el éxito en todos los aspectos para estas personas se vuelve una tarea imposible ya que desarrollan comportamientos dependientes, llegando a victimizarse cuando algo sale mal, dejan a un lado lo que estaban haciendo y fracasan. El experimentar un estado de devaluación personal es propio de las personas con autoestima baja, ya que sienten la incapacidad de alcanzar triunfos por sus propios méritos invadidos por el miedo y la ansiedad que también son características principales de individuos con baja autoestima.

### **2.8.3.2.3 Autoestima Sobrevalorada o Inflada**

La autoestima sobrevalorada está definida a los individuos que poseen niveles exagerados de autoconfianza, que les impide poder ver sus errores o defectos, y más bien, creen que en todo lo que hagan, jamás podrán equivocarse porque siempre creerán tener la razón.

Campos y Muñoz (1992) citado por Sánchez y Jaramillo (2010) señalan que las características de las personas con autoestima sobrevalorada son las siguientes:

- Piensan que pueden hacerlo todo, no hay nadie mejor que ellos.

- Creen tener siempre la razón y que no se equivocan.
- Son seguros de sí mismos en extremo y no ven los riesgos de sus acciones.
- Hablan en extremo y son escandalosos.
- No toman en cuenta a nadie para realizar sus tareas o realizar cualquier actividad.
- Por lo general la gente los rechaza por querer saber todo.
- Se aman en forma enfermiza a sí mismo.
- Son vanidosos en extremo (narcisismo).
- Creen que son las gentes más interesantes de la tierra.
- Cree que le gana a cualquiera en todo.
- Cree que impacta a cualquiera que lo conoce.
- Le gusta que lo elogien
- Siente que todas las personas están obligadas a amarlo.
- Cree que nunca se equivoca, pero ataca a los demás cuando lo hacen.
- Siente que merece tener más que los demás.
- Ególatra, megalómano.
- Le cuesta obtener sus metas.
- No le gusta esforzarse.
- Siente que no controlan su vida. (p.23)

Son individuos que poseen una visión de túnel que no les permite visualizar de forma objetiva y asertiva los acontecimientos que suceden, teniendo comportamientos egoístas, ya que son individuos que no se justifican por nada sino al contrario piensan que las demás personas están equivocadas. Las personas con una autoestima sobrevalorada tienden a no escuchar criterios o sugerencias propuestas por otros, porque piensan en todo momento tener la razón.



### **2.8.3.3 Elementos de la Autoestima**

#### **2.8.3.3.1 Autoconocimiento**

El autoconocimiento es la consecuencia de un proceso de reflexión al que llega la persona en una instancia de su vida, con el fin de tener una concepción clara sobre sí mismos.

El autoconocimiento es la llave del éxito. Las personas que tienen un gran conocimiento de sí mismas tienen más oportunidades de mejorar y de triunfar en la vida. Conforme avanzamos en esta experiencia interior de autoconocimiento se adquiere más confianza en nosotros mismos, más convicción en lo que hacemos, mayor satisfacción personal y se eleva nuestra autoestima. Este conocimiento íntimo permite que podamos vivir mejor con nosotros mismos y con los demás, y que podamos alimentar nuestras propias capacidades y transformar los errores y fallos en triunfos. (Bennett, 2008, p.09)

La importancia que tiene el autoconocimiento es fundamental para que el individuo pueda conocerse a sí mismo y llegue a aceptarse tal y como es, sin duda un proceso de análisis para tomar una idea de cómo están ligados los pensamientos con el comportamiento y como direccionarlos para poder manejar y tomar decisiones oportunas. Por ello, es importante conocer y entender cada una de las destrezas, actitudes, aptitudes y valores que tenga un sujeto, con el fin de poder crear objetivos y metas una vez que se haya analizado cada uno de estos componentes.

#### **2.8.3.3.2 Autoconcepto**

El autoconcepto es uno de los componentes de la autoestima. Las normas y costumbres que implanta la sociedad también influyen en el autoconcepto ya que moldean la forma de pensar de sí mismos y que hacen al individuo actuar a través de estereotipos, dejando a un lado la autenticidad y la naturalidad a la hora de comportarse.

Klausmeier y Goodwin (1990) citado por Alcaide (2009) afirman que “el autoconcepto o concepto de sí mismo es lo que el individuo entiende como el yo, como la descripción más completa que somos capaces de hacer de nuestro actual yo” (p.30).

El autoconcepto está constituido de componentes cognitivos como creencias, ideas, expresiones de otras personas hacia sí mismo y de componentes emocionales que se establece a través del propio juicio que se da a las cosas en base a la percepción que tiene cada individuo ante una determinada situación.

Branden (1993) citado por Alcaide (2009) sostiene que “el autoconcepto no es un simple concepto, sino una combinación de imágenes y perspectivas abstractas con respecto a los diferentes rasgos y características (reales o imaginarias)” (p.29).

El autoconcepto forma un conjunto de cualidades propias en cada persona, que indican la manera de ser y actuar, tomando en cuenta que es variable y puede ir cambiando y desarrollando conforme la persona va creciendo y atravesando cada una de las experiencias en la vida. La manera en que el autoconcepto se forma es a partir del constructo mental que el individuo posee, es decir, conforme la persona piensa actúa, por ejemplo si tiene una idea negativa hacia su propio Yo, este influirá notablemente a tomar una decisión equivocada.

#### **2.8.3.3.3 Autoaceptación**

El proceso de autoaceptación como componente de la autoestima, implica la evaluación cognitiva que hace el sujeto acerca de si mismo, tomando en cuenta los pensamientos, sentimientos, creencias y conductas con el fin de modificar, ordenar y cambiar todas las características que alteran la estructura mental del sujeto.

Ellis (1996) señala que “la autoaceptación implica que uno se acepte a sí mismo plenamente, asumiendo sin requerimientos o limitaciones su existencia y su condición de ser vivo” (p.28)

La autoaceptación expresa oportunidades de reconocimiento, crecimiento y éxito, con el fin de sobresalir ante cualquier adversidad, ya que al encontrar en las debilidades las herramientas que ayudan a desarrollar fortalezas para mejorar día a día y que ayuden a identificarse consigo mismo, de esta manera aumentaran las oportunidades de triunfar y sobresalir en cualquier ámbito social que se presente.

#### **2.8.3.3.4 Autoevaluación**

Es importante elaborar un proceso de autoevaluación, donde le permite al individuo escoger las mejores opciones mediante un proceso de análisis, con el fin de acertar positivamente en la planificación y toma de decisiones.

Duro y Nirenberg (2010) menciona que la autoevaluación es “una actividad programada y sistemática de reflexión acerca de la propia acción desarrollada, sobre la base de información confiable, con la finalidad de emitir juicios valorativos fundamentados, consensuados y comunicables” (p.113).

Por ello, la persona que es capaz de discernir, pensar y razonar está en la capacidad de poder autoevaluarse. El analizar y reflexionar permite comprender de manera conjunta cada situación que el individuo realiza, con el objetivo de hallar un aprendizaje y un conocimiento útil para poder fortalecer la estructura psíquica del Yo interior.

#### **2.8.3.4 Factores de la Autoestima**

##### **2.8.3.4.1 Autocrítica**

La autocrítica es un factor de la autoestima y se da a través de las creencias personales que tiene cada persona, por ello, la capacidad de juicio que ejerce la

persona sobre sí misma, ayuda en el desarrollo de la personalidad, el analizar las alternativas que posee, el replantearse objetivos y llevarlos a la práctica favorecen al mejoramiento de la autonomía y la toma de decisiones

Bobbio, Matteucci y Pasquino (1991) señala que “la autocrítica es la práctica de reconocer abiertamente un error, descubrir sus causas, analizar la situación que lo generó, estudiar atentamente los medios para corregirlo” (p.98). Generalmente las personas que han alcanzado un nivel de autocrítica perciben el mundo de una manera diferente, liderando grupos de trabajo, con el fin de demostrar sus habilidades y destrezas alcanzadas a partir del conocimiento.

Este factor tiene que ver principalmente con el reconocimiento del propio “YO”, la capacidad que tenga una persona para aceptar sus errores, discernir y reconocer lo que se hace bien pero también lo que se hace mal, con el objetivo de superarlos y mejorarlos. El poder autocriticarse a sí mismo es una herramienta muy importante para poder madurar como ser humano, reconociendo las fortalezas y debilidades, pero también usando la razón como factor principal de desarrollo de la intelectualidad.

#### **2.8.3.4.2 Responsabilidad**

Este factor nos permite reflexionar y tomar conciencia de nuestros propios actos y de las consecuencias que puedan traer cada una de las decisiones que se toman día a día, cada acción que se realiza sea positiva o negativa ayuda al aprendizaje, ya que constantemente las personas están vinculadas en un mundo donde prima las acciones como eje fundamental para la satisfacción de necesidades, por ello todo lo que se elija hacer, tiene un significado y ante esto, lo que queda es responder por las propias acciones.

Jonas (1995) refiere que “la responsabilidad son los actos hechos y que adquieren realidad en el hacer desde afuera responsable a alguien por lo que ha hecho” (p.162).

Por ello la responsabilidad es un valor fundamental en la estructura psíquica del Yo, la persona está en la capacidad de asumir la consecuencia de sus propios actos,

tomando importancia cada acción que realiza, midiendo las consecuencias antes de poder actuar. La iniciativa e inteligencia son piezas claves para el establecimiento de la responsabilidad, ya que contribuye al desarrollo de la independencia del sujeto, permitiendo valerse por sí mismo al llevar a cabo una acción.

Jonas (1995) señala que “La responsabilidad por ejemplo, por el bienestar de otros no “examina” solo los propósitos dados del acto en lo que respecta a su admisibilidad moral, sino que obliga a realizar actos que no tienen otro propósito que ese fin” (p.163).

La responsabilidad basándose en la parte moral permite orientar, administrar y valorar las oportunidades que se presentan en la vida y verlas como alternativas de superación pero también teniendo claro las posibles consecuencias de cada uno de los actos que realice el sujeto.

#### **2.8.3.4.3 Respeto hacia sí mismo**

Este factor tiene que ver con la percepción que posee cada persona de su propio Yo, conforme el individuo va desarrollándose, adquiere capacidades que ayudan a mejorar su valía, ya que el respeto hacia uno mismo, se da de una manera independiente, puesto que se debe atender a cada una de las necesidades propias para posteriormente poder atender las de otros.

El respeto hacia sí mismo quiere decir hacer respetar nuestro derecho a existir, que proviene del conocimiento de que nuestra vida no pertenece a otras personas, y de que no estamos aquí en la tierra, para vivir de acuerdo con las expectativas de los demás. (Branden, 1995, p.05).

Por ello el respeto hacia uno mismo se desarrolla desde el momento en que las personas son capaces de reconocer sus debilidades pero también de fortalecer sus virtudes, potenciando la valía propia, enfocándose en que el respeto se crea en uno mismo para después desplazar a las demás.

#### **2.8.3.4.4 Autonomía**

El desarrollo integral y significativo de la autoestima, está dado por el grado de independencia que alcance una persona, la capacidad para establecer prioridades, tomar decisiones y ejercer el derecho para actuar libremente, son características propias de la autonomía, donde el “YO” está en plenitud para adaptarse a condiciones nuevas y avanzar su desarrollo, permitiendo que la persona pueda valerse por sí misma en cada situación que tenga que pasar.

En la autonomía se sigue una regla, un principio, o ley que es interna a la propia conciencia de la persona, que la ha interiorizado a través de un proceso de construcción progresivo y autónomo. En la autonomía, la regla es el resultado de una decisión libre, y digna de respeto en la medida que hay un consentimiento mutuo. (Sepúlveda, 2003, p.29)

La autonomía es un proceso que está ligado a la experiencia y a la voluntad del sujeto, es decir que es consciente de las reglas que van a regir su comportamiento, lo que permite construir y moldear la conducta mediante cada acción que realiza o emprenda. Tener autonomía implica analizar cada una de las opciones o alternativas que existan antes de tomar una decisión, esto ayuda a regular la conducta del sujeto, al entender que la toma de decisiones es libre y depende únicamente de la percepción y voluntad propia de la persona.

#### **2.8.3.5 Bases de la Autoestima**

##### **2.8.3.5.1 Aceptación Total, Incondicional y Permanente**

Steiner (2005) refiere: “el niño es una persona única e irreplicable. Él tiene cualidades y defectos, pero tenemos que estar convencidos de que lo más importante es que capte el afán de superación y la ilusión de cubrir pequeños objetivos de mejora personal” (p.27).

Dicha postura señala que la aceptación incondicional total y permanente se desarrolla en los primeros años de vida y que es fundamental que los padres no ahonden críticas exageradas hacia los defectos de sus hijos. La atención que reciba el niño por parte de sus padres, deberá ser permanente, duradera y responsable, ya que cada una de ellas ayudará al desarrollo de su autoestima.

La serenidad y la estabilidad son consecuencia de la aceptación y, esto quiere decir, actuar independientemente de nuestro estado de ánimo. También en circunstancias de más dificultades, como serían las de tener hijos discapacitados tendremos que crear la aceptación plena no sólo de los padres sino también de los hermanos y familiares, (...). (Steiner, 2005, p.27)

Desde etapas tempranas en la infancia el niño absorbe todas las situaciones favorables y desfavorables que vive en el entorno familiar, las cualidades y defectos que vaya formando, dependerá de la visualización que perciba de su hogar, ante ello la obligación de los padres es vislumbrar un ambiente de armonía y tranquilidad.

#### **2.8.3.5.2 Amor**

El expresar los sentimientos hacia otras personas es necesario para liberar la carga emocional, mucho más con los propios hijos, el expresar su amor ante ellos es un pilar fundamental para que se sientan valorizados, entendidos, aceptados y motivados para desarrollarse adecuadamente en su ambiente.

Ser testigo de amor constante y realista será la mejor ayuda para que los niños logren una personalidad madura y estén motivados para rectificar cuando se equivoquen. Al amar siempre se deberá corregir la cosa mal hecha, ya que al avisar se da la posibilidad de rectificar y, en todo caso, siempre se debe censurar lo que está mal hecho, nunca la persona. (Steiner, 2005, p.27)

Muchas veces la falta de amor o afecto como muchos estudiosos en la materia hablan es un factor que sugiere ciertos desajustes en la autoestima de la persona, mucho más,

si se encuentra en estadios del desarrollo temprano como la niñez y la adolescencia. Un ambiente en donde se percibe amor determina que los hijos a la larga, puedan ser expresivos con naturalidad en cuenta a sus necesidades. Incluso al momento de corregirlos por alguna acción es necesario hacerlo de la forma más tranquila y amena posible, para que el niño entienda el porqué es castigado.

### **2.8.3.5.3 Valoración**

La valoración es una percepción asertiva que hay que estimularla, ya que constituye un medio fundamental para generar confianza y motivación.

La valoración es elogiar el esfuerzo de nuestro hijo, siempre es más motivador para él, que hacerle constantemente recriminaciones. Ciertamente que a veces, ante las desobediencias o las malas respuestas, se pueden perder las formas, pero los mayores deben tener la voluntad de animar aunque estén cansados o preocupados; por esto, en caso de perder el control, lo mejor es observar, pensar y cuando se esté más tranquilo decir, por ejemplo: “esto está bien, pero puedes hacerlo mejor”. (Steiner, 2005, p.27)

Con ello se puede apreciar como ciertas palabras de aliento actúan en la parte emocional de la persona de manera directa y estarían siendo generadoras de superación, logro y estima, por ello es importante que los padres animen y apoyen a los hijos. De igual forma si el niño se equivoca o hace algo mal, es importante no dejar desapercibido dicha situación, sino más bien, hay que tomar conciencia de los actos, con el fin de que el niño pueda entender y mejorar su comportamiento.



## **2.9 Variable Dependiente: Planificación y Toma de Decisiones**

### **2.9.1 Procesos Mentales**

Los procesos mentales son el complemento funcional del sistema orgánico y psicológico del ser humano, por ello, el rol del ambiente y diversos factores hacen que estos procesos mentales se estimulen ante cualquier acontecimiento que suceda.

Hablar de los procesos psicológicos básicos siempre resulta fascinante, ya que, en efecto, son todos ellos indispensables (básicos) para la vida de un sujeto y su conexión con su entorno. Y aun cuando pareciera que son procesos sencillos, encierran una enorme complejidad. (Hernández, 2012, p.12)

La comprensión de los procesos mentales, hacen que sea más fácil entender el comportamiento humano, ya que las funciones cognoscitivas que el cerebro genera, están estimuladas al momento de elaborar una acción.

### **2.9.2 Sistema de Resolución de Problemas**

Resolver un problema es abordar una situación con un cierto número de esquemas de respuestas que se ha intentado aplicar pero que se muestran incapaces y que es necesario modificar o que es necesario remplazar por otras que el sujeto invente. Hay problema cuando el sujeto se encuentra verdaderamente desarmado delante de los estímulos, de lo cual se deduce la importancia atribuida a la invención. (Oléron, 1980, citado por Sánchez, 2007, p.149)

Este sistema ayuda al individuo a plantearse de forma ordenada, los pasos para la consecución de metas, con el fin de adquirir seguridad, para que las alternativas que escojan sean las más asadas y correctas. Este método se da a través de la toma de decisiones, donde la capacidad de discernimiento y elección, determina la mejor propuesta para la solución del problema.

### **2.9.3 Planificación y Toma de Decisiones**

Es importante tomar en cuenta que los adolescentes en el proceso para convertirse en adultos deben ir tomando decisiones que ayuden a fortalecer su identidad personal y su autonomía, ya que son factores esenciales para el desarrollo intelectual y conductual del individuo. Ante ello diversos autores se han pronunciado con las siguientes definiciones:

#### **2.9.3.1 Definición según Autores**

Busot (1995) citado por Castellano (2007) señala que “la toma de decisiones es una estrategia lógica para procesar información disponible y seleccionar la mejor alternativa” (p.25).

El planificar y tomar decisiones ayuda al individuo a generar una autonomía funcional, que le permita identificar y precisar la mejor alternativa para decidir.

La toma de decisiones es una teoría de elección individual tiene que ver con la delimitación del acto-secuencia del evento, que acarrea unas consecuencias y su evaluación; el cálculo de la utilidad esperada de las acciones emprendidas, y tratan de tener una estimación explícita de las acciones y consecuencias que pueden objetivarse. (Humphreys y Svenson, 1983, citado por López, 2004, p.09)

Los individuos deben tomar decisiones teniendo en cuenta que pueden existir beneficios o a su vez consecuencias, pero cualquiera que esta sea, ayudará a crear confianza y seguridad en sí mismo, ya que cualquier resultado ayuda al aprendizaje.

Rubio (2003) citado por Castellano (2007), define a la toma de decisiones como "el proceso de seleccionar un curso de acción entre alternativas; es fundamental para cualquier actividad humana. En este sentido, somos todos tomadores de decisiones" (p.27). Por ello, antes de tomar una decisión se deben plantar alternativas, razonarlas y elegir la más adecuada, que favorezca la formación funcional del individuo y

mejore la autonomía ya que permite, poder establecer criterios propios sin desmerecer las opiniones del resto.

### **2.9.3.2 Modelo de Toma de Decisión de Vincent A. Harren**

Harren (1979) citado por López (2004) afirma de una manera más estructurada, el planteamiento de un esquema del proceso de Toma de Decisiones, que enlaza y resume de manera recurrente en cuatro aspectos fundamentales ante de tomar una decisión: Conocimiento, Planificación, Compromiso y Realización.

El modelo, estructura la secuencia de cada componente y consume un tiempo, en el que se enlazan las siguientes actividades:

- a) Conocimiento. Se considera la situación problemática y a sí mismo en esa relación. El sujeto asume y toma conciencia de la necesidad de tomar una decisión.
- b) Planificación. Se realizan exploraciones para ampliar ideas, buscar información y caracterizar mejor las alternativas que el medio le ofrece. Se pueden ensayar o prever planes alternativos y sus posibles relaciones y así, clarificar mejor las opciones que están bajo la consideración del problema
- c) Compromiso. Se selecciona la alternativa más conveniente o plausible y se procura consolidar y concentrar en unas pocas opciones, diferenciándolas de las anteriormente consideradas y las descartadas.
- d) Realización. El sujeto busca activamente poner en marcha un plan de acción para la decisión tomada. Incluye la especificación y concreción de los pasos a seguir durante un tiempo especificado (p.75).

### **2.9.3.3 Tipos de Planificación y Toma de Decisiones**

#### **2.9.3.3.1 Planificación y Toma de Decisiones Simples**

Agujar (2004) menciona que “la teoría de la decisión se ocupa de analizar cómo elige una persona aquella acción que, de entre un conjunto de acciones posibles, le conduce al mejor resultado dadas sus preferencias”. (p.139).

Estas decisiones solo requieren un mínimo esfuerzo cognoscitivo o análisis, ya que se las toma rápidamente, sin poder evaluar antes y con precisión dicha decisión.

#### **2.9.3.3.2 Planificación y Toma de Decisiones Complejas**

La teoría de la decisión debe investigar la existencia de distintas reglas de decisión, así como su precisión y el esfuerzo cognitivo que suponen en términos de información. De esta manera, tendremos reglas que exigen un gran esfuerzo cognitivo y otras que exigen mucho menos y que, quizás, proporcionen un resultado menos preciso, lo cual vendrá determinado en gran medida por el contexto en que se apliquen. (Agujar, 2004, p.154)

En este tipo de decisiones entran los procesos metales de elección rigurosa, donde el individuo tiene que seleccionar la decisión más acertada basándose en un esfuerzo cognitivo que le permita llegar a cabo la elección más oportuna.

#### **2.9.3.3.3 Planificación y Toma de Decisiones basadas en los Valores Éticos**

En la toma de decisiones éticas se debe respetar la autonomía de las personas o el derecho a la autodeterminación que clama por la libertad para tomar las determinaciones de aquello que tiene que ver consigo mismo. Este principio se fundamenta en el principio de la dignidad de la persona, y en sus derechos. La interferencia de las metas y planes de la vida de una persona requiere de una justificación bien fundamentada. (Garzón, 2001, p.174)

Por ello, un individuo con valores éticos, tiene mayor oportunidad de sobresalir y trascender al tomar decisiones sólidas y asertivas, ya que toma como referencia, las sugerencias de otras personas con respeto, responsabilidad y honestidad. Es importante enmarcar la implantación de valores desde edades tempranas, porque es ahí donde se forma y fortalece cada uno de los preceptos morales y éticos que poseerá el adolescente.

#### **2.9.3.3.4 Planificación y Toma de Decisiones Grupales**

Las decisiones grupales tienen ventajas y desventajas. Las ventajas más relevantes incluyen la sinergia que se podría generar cuando cada uno de los miembros del grupo aporta más conocimientos y habilidades a la decisión, la posible creatividad resultante y la mayor probabilidad de que la decisión sea aceptada. Entre las desventajas están que se requiere un plazo mayor de tiempo para tomar la decisión, la probabilidad de que las decisiones sean más extremas y, finalmente, que se podría ignorar la pericia individual, optando en cambio por el consenso del grupo. (Gordon, 1997, citado por León y Días, 2005, p.09)

El individuo puede analizar en consenso con el grupo de amigos o compañeros, las mejores ideas y alternativas para direccionarlas y llegar a una idea en común, esto permite que el sujeto se sienta respaldado consigo mismo y con el grupo.

Cuando los grupos tienen la tendencia a tratar de suprimir la disidencia de los miembros en pro de la armonía del grupo, fenómeno conocido como pensamiento grupal, pueden conducir a toma de decisiones erróneas. Los grupos que experimentan pensamiento grupal no consideran o evitan evaluar críticamente todas las alternativas para tomar la decisión, de tal manera que puedan preservar el sentimiento de unidad y consenso del grupo. (Janis, 1983, citado por León y Días, 2005, p.10)

Por ello, es necesario que exista un equilibrio en el grupo para poder planificar y tomar decisiones concretas, sin llegar a discusiones, sino más bien, a una idea central, equiparando todos los pensamientos propuestos por el grupo, unificarlos y establecer una idea final sintetizada por todos los miembros.

### **2.9.3.4 Niveles de Influencia en la Planificación y Toma de Decisiones**

#### **2.9.3.4.1 Influencia Familiar**

Miranda y Pérez (2005) citado por Montañés et al., (2008) afirman que “los conflictos son escasos si los padres ayudan a sus hijos a conseguir la independencia, mientras que se incrementan cuando aquéllos intentan mantener un control absoluto sobre éstos” (p.02).

La familia es el testigo principal del crecimiento de los hijos, poco a poco van aceptando los cambios físicos y psicológicos que estos presentan, de la misma forma con decisiones acertadas o no, los hijos van generando rasgos autónomos desde la adolescencia, por lo cual la comunicación de padres a hijos se vuelve más distante por el mismo hecho de no poder entender los cambios que está teniendo en el periodo de transición de la adolescencia.

Lee y Beatty (2002) mencionan que “los estudios de decisiones familiares analizan el poder de negociación aportado por cada miembro familiar en una decisión común” (p.92). El apoyo emocional de la familia es importante, ya que al sentirse respaldado, se puede evaluar y discernir si la decisión que ha tomado es la más adecuada y si no es así, la familia estará continuamente apoyando al adolescente.

Gambara y González (2005) señalan que “Las decisiones más importantes y difíciles de tomar en su vida son en primer lugar las referidas a temas familiares, seguidas de las que tienen que ver con sus amistades, estudios y sentimientos” (p.05). Si existe una comunicación adecuada de padres a hijos, el grado de influencia entre los dos es más fuerte y sólido, por lo que, al momento de tomar decisiones, el adolescente puede elegir alternativas, vinculadas también con el punto de vista de los padres, permitiendo el apoyo y respaldo de los mismos para generar procesos de cognición y toma de decisiones propias.

#### **2.9.3.4.2 Influencia Personal**

Esta se basa en la forma en que el adolescente percibe su entorno y su vida, tomando como referencia el aprendizaje moral y ético adquirido de la familia. El poder identificar un problema y elaborar alternativas de solución mediante el análisis de las diferentes opciones, estimula la autonomía como tal, ya que es en la adolescencia donde se necesita demostrar las capacidades productivas en base al conocimiento que ha adquirido.

El pensar críticamente es el pensar por sí mismo, de manera que el formar personas críticas significaría concretamente, en este contexto, formar personas que sepan pensar por sí mismas, dando razones e identificando los criterios que orientan o fundamentan estas razones. (Lipman, 1990, p.89)

Este proceso conlleva a mostrarse como líderes ante un grupo por el mismo hecho de sentir la capacidad de tomar decisiones acertadas que ayuden a fomentar la autonomía y liderazgo, sintiendo aceptación, apoyo y gratificación en cada solución a la que lleguen.

#### **2.9.3.4.3 Influencia Social**

El periodo de adolescencia, trae consigo la exploración del medio social, es aquí donde la forma de pensar del adolescente puede ser diferente en relación a la de otras personas, por el hecho de factores como la edad y a experiencia.

Morales y Huici (2000) señalan que “en la influencia social la entrada a un grupo ya formado plantea al individuo problemas de adaptación a un contexto con normas, objetivos y relaciones ya establecidas” (p.12).

Por ello, la influencia social es un proceso donde se integran otros individuos con diferentes maneras de pensar y que influirán directamente en el desarrollo intelectual del sujeto, percibir como aprendizaje todas las sugerencias e ir elaborando un pensamiento propio en base a consejos pertinentes de su entorno.

### **2.9.3.5 Fases en la Planificación y Toma de Decisiones**

Hellriegel, Jackson y Slocum (2005), aseguran que “la toma de decisiones se da por resultado la consecución máxima de metas dentro de los límites que impone la situación” (p.05). Por ello, estos autores describen una serie de fases que el individuo debe seguir de forma ordenada para lograr alcanzar dichas metas.

#### **2.9.3.5.1 Definir y diagnosticar el problema**

- Identificar y supervisar numerosos factores del entorno externo e interno y decidir cuáles contribuyen al problema o los problemas.
- La interpretación exige evaluar los factores percibidos y determinar las causas del problema real, no sólo los síntomas.
- Es fundamental plantear preguntas de sondeo.

#### **2.9.3.5.2 Establecimiento de metas**

- Señalan la dirección hacia la que deben de orientarse decisiones y acciones.

#### **2.9.3.5.3 Buscar soluciones alternativas**

- Significa la búsqueda de medios alternos para lograr los objetivos.
- Implica buscar información adicional, reflexionar con creatividad, consultar expertos, emprender investigaciones y acciones similares.

#### **2.9.3.5.4 Comparar y evaluar decisiones alternativas**

- Una vez identificadas las soluciones alternas, deben compararse y evaluarse.
- Se deben considerar los resultados esperados y el costo de cada acción.

#### **2.9.3.5.5 Elegir entre soluciones alternativas**

- La capacidad para seleccionar soluciones alternativas podría parecer sencilla.



- Sin embargo resulta difícil cuando el problema es complejo y ambiguo e implica altos grados de riesgo o incertidumbre.

#### **2.9.3.5.6 Poner en práctica la solución seleccionada**

- Incluye el hecho de comunicar la decisión a las personas afectadas y lograr que se comprometan a ponerla en práctica.
- Si la solución seleccionada no puede ponerse en práctica por alguna razón, debería considerarse otra.

#### **2.9.3.5.7 Seguimiento y control de los resultados**

- Requiere que los individuos o equipos controlen las actividades de la puesta en práctica y den seguimiento con la evaluación de los resultados.
- Se requiere una acción correctiva si no se han producido resultados satisfactorios.

### **2.9.3.6 Herramientas para la Planificación y Toma de Decisiones**

#### **2.9.3.6.1 Asertividad**

La forma de expresar cada uno de los deseos de forma abierta, adecuada y amable constituye la asertividad, esto permite incentivar en el individuo la flexibilidad y el servicio a otras personas, mostrándose tal y como es y defendiendo su punto de vista de manera educada y correcta, respetando a los demás, siendo sincero, directo y asertivo al momento de entablar un dialogo.

Castanyer (1996) menciona que “la asertividad es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás” (p.08).

La asertividad es una habilidad de tipo social que se adquiere y que permite defender y respetar cada pensamiento sin juzgar y agredir.

Castanyer (1996) señala que “las personas asertivas conocen sus propios derechos y los defienden, respetando a los demás, es decir, no van a ganar, sino a llegar a un acuerdo” (p.18).

Por ello, ser asertivo es ser oportuno, prudente y saber llegar a una persona aun si los ideales de cada uno no coinciden, ya que la actitud asertiva trata de analizar la situación, asociarla y vincular un pensamiento sin que las demás personas se sientan incomodas, direccionando todas las ideas y puntos de vista en uno solo, llegando a un consenso entre todos.

#### **2.9.3.6.2 Reflexión**

Dewey (1989) señala que “la reflexión es la acción que supone una consideración activa, persistente y cuidadosa de toda creencia o practica a la luz de los fundamentos que las sostienen y de las consecuencias a las que conducen” (p.04).

La reflexión está ligado al estado emocional de la persona, es una capacidad que desarrollan ciertos individuos, por ello al elaborar opciones de resolución de problemas, están estimulando directamente los procesos mentales de cognición para poder así tomar decisiones oportunas y adecuadas.

La reflexión es lograr una reelaboración sistémica de un proceso u objeto que posibilite la orientación del sujeto en su relación con el mismo o con la realidad que la circunda. Es poner a funcionar todos los procesos del pensamiento en función de la comprensión de un fenómeno hecho o dado. (Villalón, 2012, p.06)

Este proceso mental permite al individuo reformular sus pensamientos con el fin de poder crear acciones asertivas que llevan a tomar decisiones correctas en todas las situaciones y momentos de la vida. Es importante mencionar que en el proceso de la reflexión el individuo está en la capacidad de analizar, razonar, estudiar y comprender cada detalle antes de tomar una decisión

### **2.9.3.6.3 Paciencia**

La paciencia está vinculada con el carácter propio de la persona, el mantener una estructura psíquica equilibrada es muy importante, esto ayuda a mantener una actitud mental equilibrada y pasiva, lo que permitirá considerar todos los detalles a tratar para que las decisiones sean lo más acertadas posibles.

Calle (2003) señala que “la paciencia, además de una virtud, es una fuerza equilibrante que nos permite enfrentarnos a los acontecimientos con sosiego. Previene la frustración y la ira, evita que malgastemos energías y nos mantiene integrados y serenos” (p.21).

La paciencia ayuda a tolerar y soportar las crisis con fortaleza, esto ayuda al individuo a afrontar los problemas sin desesperarse, sino más bien a esperar paciente por lo que suceda, evitando actuar impulsiva e inoportunamente. Todo esfuerzo para alcanzar un objetivo viene dado mediante un proceso donde los resultados esperados requieren un tiempo para consolidarse, las personas que emprenden objetivos, no pueden llegar a cristalizarlos porque carecen de este elemento como es, la paciencia.

## **2.10 Hipótesis**

### **2.10.1 Hipótesis Nula**

Los estudiantes con baja autoestima no presentarán un tipo inadecuado de planificación y toma de decisiones.

### **2.10.2 Hipótesis Alterna o de Trabajo**

Los estudiantes con baja autoestima presentarán un tipo inadecuado de planificación y toma de decisiones.

## **2.11 Señalamiento de Variables de la Hipótesis**

- **VI:** Autoestima
- **VD:** Planificación y Toma de Decisiones
- Término de Relación: Influencia

## **CAPÍTULO III**

### **MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1 Enfoque de la Investigación**

La presente investigación ha tenido un enfoque predominante cualitativo, pues los datos que se recogió mediante la exploración de campo y la revisión de documentos fueron sometidos a investigación y contextualización desde una visión interpretativa crítico ya que la autoestima está estrechamente ligada al momento en que la persona toma una decisión, cuando el adolescente posee una baja autoestima las decisiones que vaya a tomar no serán las más adecuadas y oportunas. De la misma forma ha tenido un enfoque propositivo porque se buscó elaborar a través de este estudio alternativas enfocadas en una psicoterapia grupal con el fin de fortalecer la estructura del “Yo” en cada adolescente, recuperando su autoestima y tomando las decisiones más asertivas.

#### **3.2 Modalidades de Investigación**

##### **3.2.1 Investigación de campo:**

La presente investigación fue de campo ya que se recabó información directamente de las fuentes primarias, en este caso los estudiantes, y como fuentes adicionales a los docentes de la institución sumado a los datos proporcionados por el Departamento de Orientación, para lo cual se aplicó dos reactivos a los estudiantes, el primero correspondió a un reactivo que evaluó los niveles de autoestima que presentaron dichos estudiantes y el segundo reactivo correspondió a un test de evaluación de la planificación y toma de decisiones, que se lo aplicó una vez tomado el primer reactivo, este test midió el grado de percepción a la hora de tomar decisiones.

### **3.2.2 Investigación Bibliográfica documental:**

El presente proyecto se basó en la información que se obtuvo a través de fuentes primarias como datos proporcionados por el inspector general de la Institución, fichas de exploración conductual del orientador. De la misma forma con fuentes secundarias como documentos de científicos, revistas, libros, tesis grado, portales, páginas web y documentales que permitió sustentar la investigación propuesta, con el fin de interrelacionar la información para que el planteamiento y la estructura del proyecto sea más acertado.

### **3.2.3 Investigación de intervención Social o Proyecto Factible:**

El presente proyecto propuesto pretendió estudiar y buscar alternativas de solución a los problemas prioritarios, que se evidenciaron tras la investigación con la utilización de programas de intervención psicoterapéutica que incluyeron estrategias de intervención, ayuda y soporte para mejorar los niveles de autoestima y crear en el adolescentes las herramientas necesarias para poder tomar decisiones independientes.

## **3.3 Tipos de Investigación**

### **3.3.1 Investigación Exploratoria**

El proyecto de investigación vigente estudió y abarcó una amplia gama de teorías e investigaciones actuales que permitieron optimizar el contenido del mismo así como también sugirió un espacio dinámico de comprensión basado en hechos científicos verificables y enriquecedores para la ciencia psicológica. Por medios físicos como libros, medios electrónicos como linkografías e investigaciones online, documentales en audio y video. Se pretendió priorizar la exploración investigativa, de este modo se sustentó la formulación de la hipótesis así como la posibilidad de afirmar o descartar la misma. Del mismo modo al ejecutar dicha exploración y desarrollar la investigación se ha promovido un criterio sustentable que engloba la confiabilidad y validez que se requiere para que dicha investigación y su contenido hayan sido confiables.

### **3.3.2 Investigación Asociativa de Variables**

La investigación ha tenido un enfoque asociativo de variables porque se ha buscado establecer las relaciones existentes entre la autoestima y la toma de decisiones, para hacer predicciones o descripciones fiables de los hechos.

Además el estudio de la autoestima tuvo un grado de influencia en la toma de decisiones del adolescente, donde se permitió determinar y comprender los comportamientos comunes o patrones añadidos en la forma de tomar decisiones en la mayoría de la población, en referencia al tema escogido de la investigación.

### **3.3.3 Investigación Explicativa**

Con esta metodología se pretendió lograr la explicación y contestación de las interrogantes planteadas y su relación existente en cuanto a las variables se refiere. Para la comprensión de la investigación planteada se tomó en cuenta los sustentos científicos, referencias estadísticas, así como también la toma de reactivos psicológicos que sustentaron el estudio, dando lugar a la recolección de información valedera, de este modo se podrá descartar o afirmar la hipótesis diseñada, describiendo los fenómenos que se han establecido con el fin de poseer una visión compendiada de lo que se ha pretendido estudiar.

## **3.4 Población y Muestra**

Dicha investigación se ejecutó a los adolescentes del primer año de bachillerato de la Unidad Educativa Temporal Baños de la ciudad de Baños, los paralelos con los que cuenta este año de bachillerato son 5 con un aproximado de 24 a 25 estudiantes por cada paralelo siendo mayor el número de adolescentes masculinos, llegando a la suma específica de 125 estudiantes, por lo cual ha sido necesario aplicar la fórmula de muestreo.

### **3.4.1 Procedimiento:**

n= muestra

z= constante (1.96)

$$p=50\% \quad 0.5$$

$$q= 50\% \quad 0.5$$

$$e= 5\% \quad 0.05$$

$$n = \frac{z^2 \times p \times q \times n}{z^2 \times p \times q + n \times e^2}$$

$$n = \frac{1.96^2 \times 0.5 \times 0.5 \times 125}{1.96^2 \times 0.5 \times 0.5 + 125 \times 0.05^2}$$

$$n = \frac{120.05}{0.9604 + 125 \times 0.0025}$$

$$n = \frac{115.248}{1.2729}$$

$$n = 91 \text{ personas}$$

Total muestra:  $n= 91$  estudiantes

### 3.5 Técnicas e Instrumentos

Para la obtención de datos, según los objetivos planteados se tomarán en cuenta dos reactivos esenciales, el primero es el Test de Evaluación de la Autoestima de M. Rosemberg del año 1965 con validez del reactivo hasta la actualidad. Dentro de este test se establece un parámetro de calificación comprendido entre un mínimo de 10 a un máximo de 40 puntos, donde de 25 puntos hacia abajo se establece a los individuos con un nivel de autoestima baja, de 26 a 29 puntos se establece un nivel de autoestima medio y de 30 a 40 puntos se establece un nivel de autoestima alto.

El test de evaluación de la Autoestima de M. Rosemberg tiene como objetivo evaluar el grado de satisfacción que tiene la persona de sí misma, también es importante mencionar que este test se puede tomar de forma individual como también colectiva con una duración mínima de 5 minutos y está compuesto por 10 ítems o preguntas

para que conteste la persona evaluada, de la misma forma se ha establecido las Normas de Aplicación con 4 opciones para la contestación del reactivo mencionado, donde el individuo deberá ver la opción más adecuada partiendo de la siguiente manera: Totalmente en Desacuerdo con el número “1”, en Desacuerdo con el número “2”, De Acuerdo con el número “3” y Totalmente De Acuerdo con el número “4”.

De esta manera se podrá detallar de una forma más clara el puntaje total obtenido por el evaluado y a su vez se asignara el tipo de nivel de autoestima que corresponda.

Para el segundo indicador se aplicará el reactivo: Escala de Evaluación de la Planificación y Toma de Decisiones de la adaptación española de la subescala “Decision Making” elaborado por Darden, Ginter y Gazda en el año de 1996, la misma que medirá la percepción y el funcionamiento personal al momento de planificar y tomar decisiones.

Dentro de este test se establece un parámetro de calificación comprendido entre un mínimo de 8 puntos a un máximo de 56 puntos, donde, de 24 puntos hacia abajo se establece a los individuos que poseen una Inadecuada capacidad de Planificación y Toma de Decisiones, mientras que de 25 a 56 puntos se establece a los individuos que poseen una Adecuada capacidad de Planificación y Toma de Decisiones

La Escala de Evaluación de la Planificación y Toma de Decisiones de la adaptación española de la subescala “Decision Making” elaborado Darden, Ginter y Gazda tiene como objetivo evaluar el grado de autonomía que tiene el adolescente a la hora de tomar decisiones, también es importante mencionar que este test se puede tomar de forma individual como también colectiva, con una duración mínima de 5 minutos y está compuesto por 8 ítems o preguntas para que conteste la persona evaluada, de la misma forma se ha establecido las Normas de Aplicación con 7 opciones para la contestación del reactivo mencionado, donde el individuo deberá ver la opción más adecuada partiendo de la siguiente manera: Totalmente en Desacuerdo con el número “1”, Bastante en Desacuerdo con el número “2”, Algo en Desacuerdo con el número “3”, Ni De Acuerdo Ni en Desacuerdo con el número “4”, Algo de Acuerdo con el



número “5”, Bastante de Acuerdo con el número “6” y Totalmente De Acuerdo con el número “7”.

Las Normas de Corrección, donde deben sumarse las puntuaciones asignadas a los ítems que componen la escala. A continuación se puede ejemplar cómo se agrupan estos ítems y entre paréntesis las puntuaciones máximas y mínimas que pueden obtenerse.

Planificación y Toma de Decisiones: ítem1 + ítem2 + ítem3 + ítem4 + ítem5 + ítem6 + ítem7 + ítem8 (8-56).

De esta manera se podrá detallar de una forma más clara el puntaje total obtenido por el evaluado y a su vez se asignara el tipo de Habilidad de Planificación y Toma de Decisiones que corresponda.

Todos estos instrumentos permitirán sondear y arrojar datos validando así los objetivos planteados en el tema propuesto.

De la misma manera existe las Normas de Corrección, donde en primer lugar deben invertirse las puntuaciones de los ítems (2, 6, 8 y 9). Para ello, se cambiarán las puntuaciones de esta manera (1=4), (2=3), (3=2) y (4=1). A continuación se han de sumar las puntuaciones asignadas a los ítems que componen cada una de las escalas o dimensiones. Más adelante se muestra cómo se agrupan estos ítems y entre paréntesis las puntuaciones máximas y mínimas que pueden obtenerse:

Escala de Autoestima: ítem1 + ítem2 + ítem3 + ítem4 + ítem5 + ítem6 + ítem7 + ítem8 + ítem9 + ítem10 (10-40).

### 3.6 Operacionalización de las Variables

<b>Variable Independiente: Autoestima</b>				
<b>Conceptualización</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems Básicos</b>	<b>Técnicas e Instrumentos</b>
<p>“la autoestima es una apreciación positiva o negativa hacia el sí mismo, que se apoya en una base afectiva y cognitiva, puesto que el individuo siente de una forma determinada a partir de lo que piensa sobre sí mismo”.</p> <p>Rosemberg. M, 1999 (p.18)</p>	Cognitiva	Autoestima Alta	¿En general estoy satisfecho conmigo mismo?	<p><b>Técnica</b> Psicodiagnóstico Psicometría</p> <p><b>Instrumento</b> Escala de Evaluación de la Autoestima de Rosemberg, 1965</p>
		Autoestima Media	¿Creo tener varias cualidades buenas?	
	Afectiva	Autoestima Baja	<p>¿Hay veces que realmente pienso que soy un inútil?</p> <p>¿Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso?</p> <p>¿En general me inclino a pensar que soy un fracaso?</p> <p>¿Desearía sentir más aprecio por mí mismo?</p>	

**Tabla N° 01.** Operacionalización Variable Independiente

**Elaborado por:** Christian Albán, 2014

<b>Variable Dependiente: Planificación y Toma de Decisiones</b>				
<b>Conceptualización</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems Básicos</b>	<b>Técnicas e Instrumentos</b>
<p>“Es el proceso de seleccionar un curso de acción entre alternativas; es fundamental para cualquier actividad humana. En este sentido, somos todos tomadores de decisiones”</p> <p>Rubio. N, 2003 (p. 27)</p>	Cognitiva	Adecuada capacidad de Planificación y Toma de Decisiones	<p>¿Soy capaz de diseñar un buen plan de acción cuando tengo que decidir algo importante relacionado con mis estudios o mi trabajo?</p> <p>¿Me pongo manos a la obra cuando decido el tipo de trabajo que quiero hacer?</p>	<p><b>Técnica</b> Psicodiagnóstico Psicometría</p> <p><b>Instrumento</b> Escala de evaluación de la Planificación y Toma de Decisiones de la Adaptación española de la subescala “DecisionMaking” de Darden, Ginter y Gazda, 1996</p>
	Social	Inadecuada capacidad de Planificación y Toma de Decisiones	<p>¿Le doy vueltas a la cabeza y lo analizo todo cuando estoy intentando resolver un problema?</p> <p>¿Soy capaz de resolver problemas utilizando la lógica?</p>	

**Tabla N° 02.** Operacionalización Variable Dependiente

**Elaborado por:** Christian Albán, 2014

### 3.7 Plan de Procesamiento de la Información

Preguntas Básicas	Explicación
¿Para qué?	Se busca establecer y demostrar la relación entre la variable independiente y la variable dependiente.
¿De qué personas u objetos?	De 91 adolescentes del primer año de bachillerato.
¿Sobre qué aspectos?	La Autoestima y la Planificación y Toma de Decisiones
¿Quién lo va a hacer?	El investigador
¿A quién?	A los adolescentes de la Unidad Educativa Temporal “Baños”
¿Cuándo?	Septiembre – Febrero 2013, 2014
¿Dónde?	Unidad Educativa Temporal “Baños”
¿Cuántas veces?	Una sola vez
¿Con que Técnicas de recolección?	Test Psicológicos
¿Con que Instrumento?	Escala de evaluación de la Autoestima de Rosemberg, 1965 Escala de evaluación de la Planificación y Toma de Decisiones de la adaptación española de la subescala “DecisionMaking” de Darden, Ginter y Gazda, 1996

**Tabla N° 03.** Procesamiento de la Información

**Elaborado por:** Christian Albán, 2014

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

#### RESULTADOS FINALES DE LA MUESTRA

**Tabla 4 Resultados Encuesta**

Estadísticos		
N	Válidos	91
	Perdidos	0

#### Distribución de participantes de acuerdo al Género

Género	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	58	64%
Femenino	33	36%
<b>Total</b>	91	100%

**Tabla N° 04**

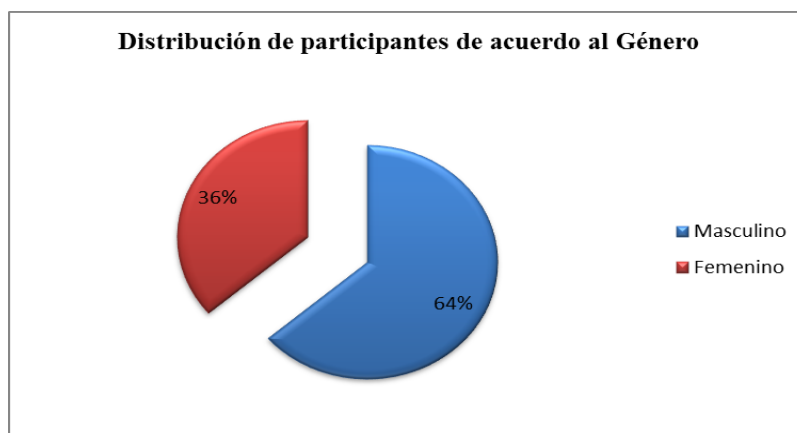
**Elaborado por:** Cristian Albán

**Fuente:** Investigación de campo

#### **Análisis Cuantitativo:**

Mediante la tabla presentada, sobre la distribución de participantes según el género se puede denotar que existe un 64% de adolescentes masculinos y un 36% de adolescentes femeninas, tomando como referencia 100% como muestra total de la población evaluada.

**Grafico N. 05**



**Gráfico N.05** Distribución de participantes de acuerdo al Género

**Elaborado por:** Cristian Albán

**Fuente:** Investigación de campo

### **Interpretación:**

Se puede describir que en el total de la población calculada según el género, existe una mayor cantidad de adolescentes masculinos y una cantidad menor de adolescentes femeninas, cabe mencionar que en la institución donde se aplicó los reactivos cuenta con especialidades técnicas, por lo que existen más adolescentes masculinos que femeninos, tomando en referencia todos los cursos de los primeros años de bachillerato.

**Tabla N° 05 Resultados Encuesta**

<b>Estadísticos</b>		
<b>N</b>	Válidos	91
	Perdidos	0

### **Niveles de la Autoestima**

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Autoestima Baja	7	8%
Autoestima Media	19	21%
Autoestima Alta	65	71%
<b>Total</b>	91	100%

**Tabla N° 05**

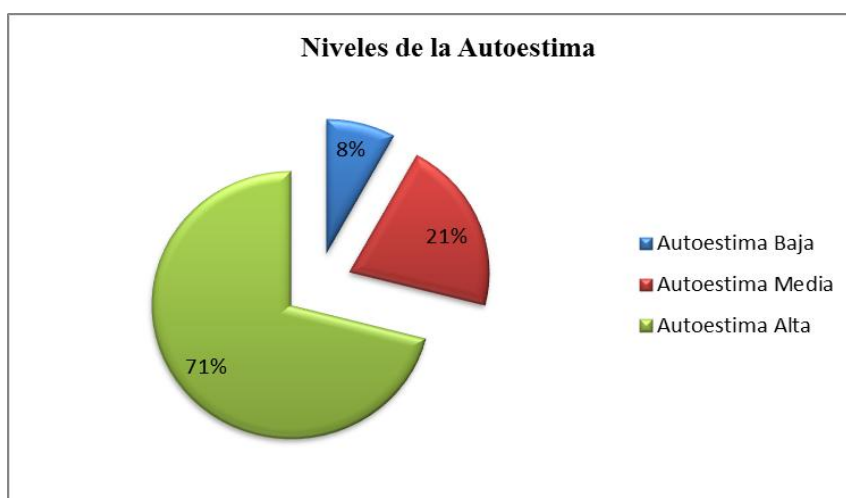
**Elaborado por:** Cristian Albán

**Fuente:** Investigación de Campo

### Análisis Cuantitativo:

Por medio de la tabla presentada, sobre los niveles de autoestima en los participantes evaluados se puede describir que existe un nivel de autoestima alta en el 71%, un nivel de autoestima media en el 21% y así mismo un nivel de autoestima baja en el 8%, tomando como referencia 100% como muestra total de la población evaluada.

**Grafico N. 06**



**Gráfico N.06** Niveles de Autoestima  
**Elaborado por:** Cristian Albán  
**Fuente:** Investigación de campo

### Interpretación:

A través del gráfico presentado, se puede describir que en la mayoría de estudiantes predomina un nivel de autoestima alta, ya que tienen la capacidad de percibirse de forma positiva a sí mismos, por otra parte, hay un porcentaje pero en menor cantidad, de participantes que presentan niveles de autoestima media, ya que poseen un grado de autoconfianza que es variable, es decir, en situaciones puede aumentar como en otras puede disminuir. Y por último, existe un porcentaje mínimo de estudiantes que presenta niveles de autoestima baja, es decir su valía propia está deteriorada por lo cual, tanto su capacidad para tomar decisiones como sus relaciones interpersonales se verán afectadas, producto de presentar inseguridad e incapacidad de establecer contacto social con el medio.

**Tabla N° 07 Resultados Encuesta**

<b>Estadísticos</b>		
<b>N</b>	Válidos	91
	Perdidos	0

**Habilidades de Planificación y Toma de Decisiones**

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Inadecuada capacidad de Planificación y Toma de Decisiones	16	18%
Adecuada capacidad de Planificación y Toma de Decisiones	75	82%
<b>Total</b>	91	100%

**Tabla N° 06**

**Elaborado por:** Cristian Albán

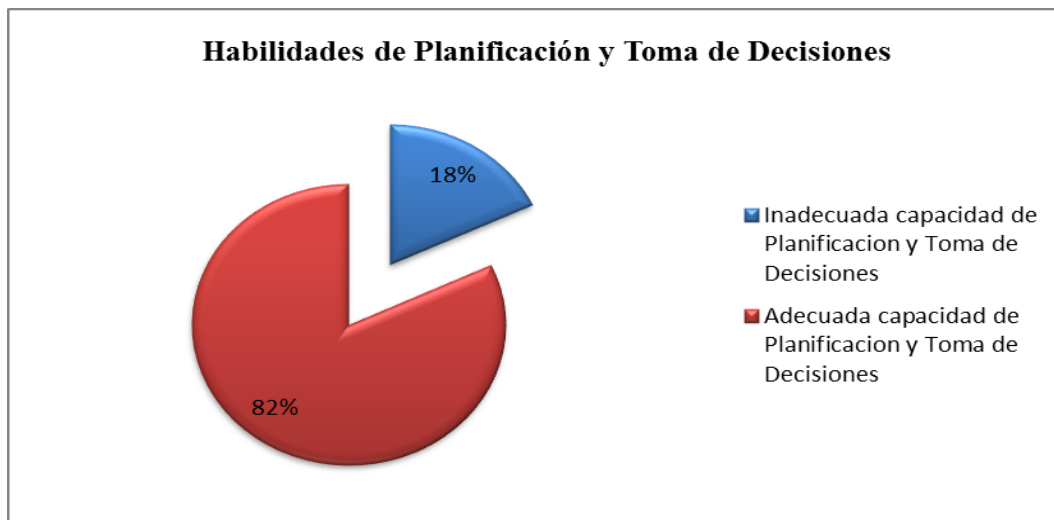
**Fuente:** Investigación de Campo

**Análisis Cuantitativo:**

Por medio de la tabla presentada sobre las habilidades de planificación y toma de decisiones en los participantes evaluados, se puede describir que existe un 82% de estudiantes con una adecuada capacidad de planificación y toma de decisiones y un 18% de estudiantes con una Inadecuada capacidad de planificación y toma de decisiones, tomando como referencia 100% como muestra total de la población evaluada.



**Gráfico N° 07**



**Gráfico N.º 07** Habilidades de Planificación y Toma de Decisiones

**Elaborado por:** Cristian Albán

**Fuente:** Investigación de campo

**Interpretación:**

Se puede describir que en la mayoría de adolescentes predomina y con gran diferencia, la adecuada capacidad de planificación y toma de decisiones, es decir los estudiantes están en plenitud de poder tomar decisiones acertadas, las mismas que favorezcan su identidad como persona y de la misma forma estimulen su autonomía, ya que van a tener más seguridad y confianza en sí mismos. Por otro lado, existe una inadecuada capacidad de planificación y toma de decisiones pero que es mínima en relación a la adecuada, es decir, estos estudiantes presentarán más probabilidades de fracasar al momento de planificar y tomar decisiones, ya que carecen de autonomía, por ello, dependerán siempre de consejos o sugerencias de otras personas, por miedo a equivocarse o a cometer errores.

## 4.2. VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

Para la comprobación de las hipótesis se utilizó la prueba estadística de Chi-Cuadrado, la aplicación de la misma está enmarcada en los resultados de los reactivos aplicados a los adolescentes del primer año de bachillerato de la Unidad educativa Temporal “Baños”.

### Paso 1: Planteamiento de Hipótesis

#### 4.2.1 Hipótesis Nula (H<sub>0</sub>)

Los estudiantes con baja autoestima no presentarán un tipo inadecuado de planificación y toma de decisiones.

#### 4.2.2 Hipótesis Alterna (H<sub>1</sub>)

Los estudiantes con baja autoestima presentarán un tipo inadecuado de planificación y toma de decisiones.

#### 4.2.3 Cálculo de Chi - Cuadrado

De los datos obtenidos tanto de frecuencias observadas como de frecuencias esperadas se obtuvo la siguiente tabla:

**Tabla de Contingencia**

		Autoestima			Total
		Alta	Media	Baja	
Planificación	Adecuado	63	11	1	75
	Inadecuado	2	8	6	16
Total		65	19	7	91

**Tabla N° 07** Tabla de Contingencia Chi – Cuadrado, Programa SPSS

**Elaborado por:** Christian Albán

**Fuente:** Investigación de Campo

### Pruebas de Chi – Cuadrado

	Valor	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Punto de Probabilidad
<b>Persona Chi-Cuadrado</b>	39,746 <sup>a</sup>	2	,000	,000		
<b>Tasa de Riesgo</b>	35,162	2	,000	,000		
<b>Prueba exacta de Fisher</b>	34,198			,000		
<b>Lineal por lineal Asociación</b>	39,271 <sup>b</sup>	1	,000	,000	,000	,000
<b>N de casos válidos</b>	91					

a. 2 celdas (33,3%) han esperado recuento de menos de 5. El mínimo esperado de valor es 1,23.  
b. La estadística estandarizada es 6,267.

**Tabla N° 08** Pruebas Chi – Cuadrado, Programa SPSS

**Elaborado por:** Christian Albán

**Fuente:** Investigación de Campo

- Existe una asociación estadística significativa entre la autoestima y la planificación y toma de decisiones.  $\chi^2(2) = 34,198, p 0.05$ 
  - $\chi^2$  = Estadístico Chicuadrado
  - ( ) = Grados de Libertad
  - p = Nivel de Significación

### Resumen del Modelo

Modelo	R	R Cuadrado	Ajuste R Cuadrado	Estándar. Error de la Estimación
1	,661 <sup>a</sup>	,436	,430	,28899

a. Predictores: (Constante), autoestima

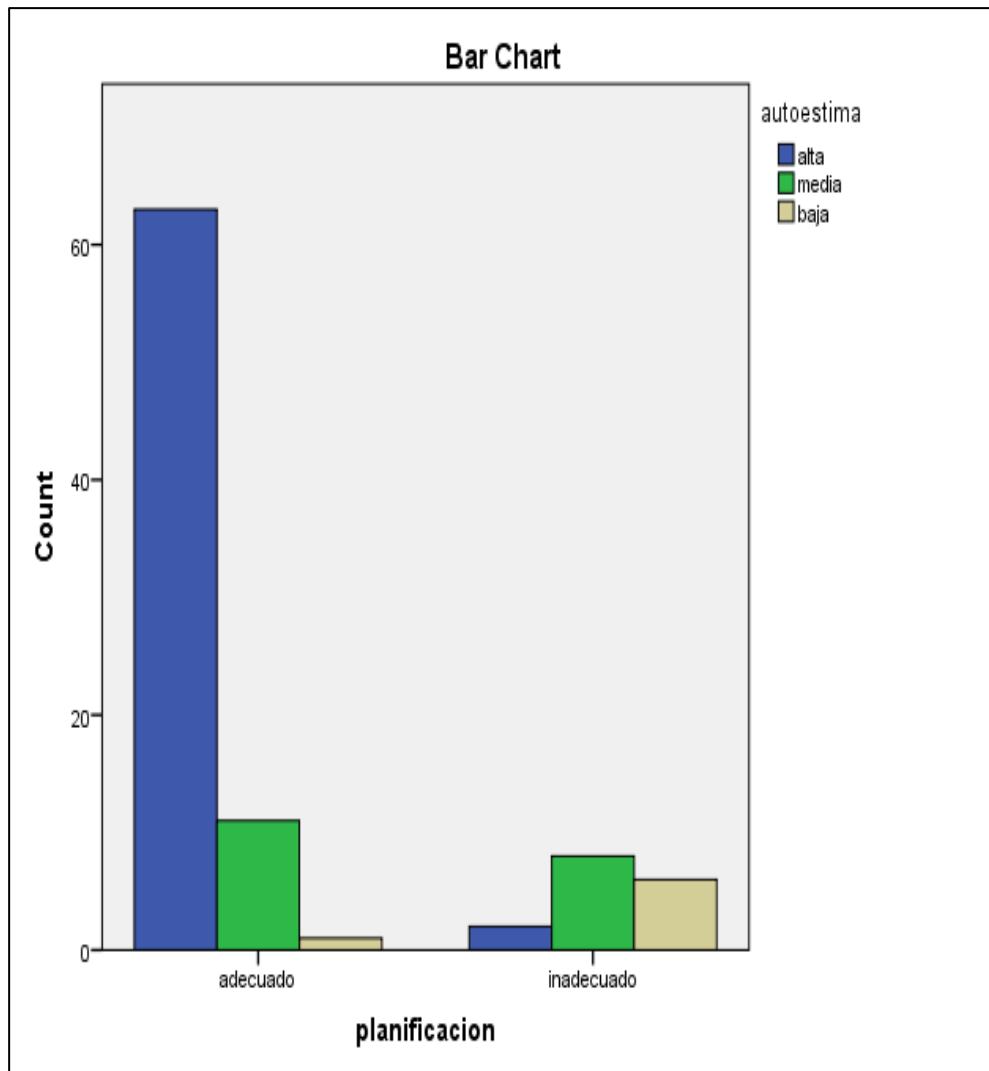
**Tabla N° 09** Resumen del Modelo Chi – Cuadrado, Programa SPSS

**Elaborado por:** Christian Albán

**Fuente:** Investigación de Campo

La autoestima y planificación y toma de decisiones se relacionan en un 66% y la autoestima predice a la variable dependiente en un 43%.

## Influencia de la Autoestima sobre la Planificación y Toma de Decisiones mediante el Programa SPSS



**Gráfico N.08** Influencia de la Autoestima sobre la Planificación y Toma de Decisiones.

**Elaborado por:** Cristian Albán

**Fuente:** Investigación de campo

La Autoestima si afecta en la Planificación y Toma de Decisiones de los adolescentes del primer año de bachillerato de la Unidad Educativa Temporal “Baños” de la ciudad de Baños, en el año lectivo 2013 – 2014 entre los meses de septiembre / enero del 2014.

## **CAPÍTULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1 CONCLUSIONES**

- Según el estudio realizado sobre la autoestima a los estudiantes de los primeros años de bachillerato de la “Unidad Educativa Temporal Baños”, se pudo analizar, que de la población total de participantes, predominan los niveles de autoestima alta, con gran notoriedad, es decir, que estos adolescentes poseen una visión positiva sobre sí mismos, que les permitirá enfrentarse a retos o pruebas de una manera asertiva y exitosa, permitiendo así, el desarrollo de la autonomía y la responsabilidad en cada una de las acciones que realicen. (ver gráfico N°06)
- Gracias al estudio realizado sobre la planificación y toma de decisiones a los estudiantes de los primeros años de bachillerato de la “Unidad Educativa Temporal Baños”, se pudo describir, en relación a la población total de participantes, que existe y con más predominio, un tipo adecuado de planificación y toma de decisiones, por lo que los adolescentes están en la capacidad de poder tomar decisiones oportunas, firmes y beneficiosas, ya que cuentan con una amplia gama de herramientas que ayudan al fortalecimiento emocional y al desenvolvimiento independiente ante diversas situaciones que se presenten. (ver gráfico N°07)

- Por otro lado, existe un tipo inadecuado de planificación y toma de decisiones que es minoritario en relación al anterior, por lo que los adolescentes que presentan este tipo de habilidad, no están en condiciones de elegir alternativas de solución ante un problema, ya que carecen de seguridad, por lo que continuamente estarán actuando de manera impulsiva, sin ponerse a razonar las alternativas más viables, para que el resultado sea el más óptimo, lo que acarrea la frustración por no elegir acertadamente. (ver gráfico N°07)
- Es evidente que la baja autoestima influye directamente en la planificación y toma de decisiones, por ello, es necesario la elaboración de un proceso psicoterapéutico, donde los participantes puedan ir elaborando técnicas de intervención humanista, que permitan mejorar la autoconfianza y la capacidad para poder planificar y tomar decisiones acertadas.

## **5.2 RECOMENDACIONES**

- Desarrollar habilidades de comunicación a través de herramientas terapéuticas que ayuden a fortalecer los niveles de autoestima, con el fin de crear una visión positiva sobre sí mismos que les permita valerse independientemente ante cualquier acontecimiento que aparezca.
- Fomentar un espacio de información, reflexión y aprendizaje, en relación a las causas y efectos que conlleva el tomar decisiones adecuadas e inadecuadas, mejorando así, la capacidad de elección de alternativas de solución de un problema y la importancia de plantearse metas y objetivos con el fin de alcanzarlos.
- Realizar un espacio de terapia grupal humanista en la que los adolescentes participen de forma activa, con el fin de entender los múltiples factores que dificultan o disminuyen la autoestima y como esto afecta directamente en la capacidad de planificación y toma de decisiones.

## **CAPÍTULO VI**

### **PROPUESTA**

#### **6.1 DATOS INFORMATIVOS**

##### **6.1.1 Tema:**

Terapia Grupal Humanista enfocada en mejorar la capacidad de planificación y toma de decisiones en los adolescentes.

##### **6.1.2 Institución Ejecutora:**

Unidad Educativa Temporal Baños.

##### **6.1.3 Beneficiarios:**

**Directos:** Padres de Familia y estudiantes del primer año de bachillerato

**Indirectos:** Profesores de la Institución y el Departamento de Orientación Vocacional (DOV).

##### **6.1.4 Ubicación:**

Salón Auditorio de la Unidad Educativa Temporal Baños

##### **6.1.5 Tiempo estimado para la Ejecución:**

3 meses, 12 participantes, 3 horas por sesión en cada semana.

##### **6.1.7 Equipo técnico responsable**

Lcdo. Gonzalo Quinga, Orientador Vocacional

## **6.2 Antecedentes de la Propuesta:**

Mediante el estudio realizado acerca de la autoestima y la planificación en la toma de decisiones en los adolescentes, se puede evidenciar que los individuos que presentan niveles bajos de autoestima, tienen la dificultad de poder planificar y tomar decisiones. Ante esto, se ha promovido la necesidad de poder diseñar un esquema de psicoterapia humanista, que ayude a generar resultados positivos en los adolescentes, para que actúen de manera independiente, favoreciendo así, la integridad personal y el establecimiento de mejores relaciones interpersonales con el medio donde se desenvuelve.

Cuando los terapeutas se quitan la máscara y expresan sinceramente sus sentimientos verdaderos, cuando hacen que sus clientes sean capaces de sentirse aceptados incondicionalmente y cuando sienten y reflejan de modo empático los sentimientos de sus pacientes, estos pueden profundizar en su autocomprensión y autoaceptación. (Hill y Nakayama, 2000, citado por Myers, D, 2005, p.663)

Por lo que, el presente estudio posee un enfoque humanista que permitirá al adolescente mejorar su autoestima y planificar de mejor forma al momento de tomar una decisión, brindando herramientas que ayuden a la valoración personal llegando a un sentido de vida más asertivo, previendo así futuros riesgos.

Kaplan y Sadook (1998) refiere que “en el grupo existencial, los miembros aprenden a turnarse entre ellos no para apoyar, aspecto que siempre está presente de una u otra forma, sino para reforzar la idea de que todos son capaces de asumir sus propios riesgos” (p.264), los adolescentes tienen como objetivo llegar a tomar conciencia y responsabilizarse de sus propias decisiones, hayan sido estas acertadas o no, lo importante es el hecho de aceptar cada una de ellas. Con dicho enfoque y las herramientas que en él se prescriben llega a ser válida para que la propuesta como estructura, sea adecuada y beneficiosa para cada uno de los involucrados que en este caso sería adolescentes de la Unidad Educativa Temporal Baños.



### **6.3 Justificación:**

El modelo humanista permitirá explorar de mejor manera los aspectos psicológicos de los adolescentes, por tal motivo se preverá cambio positivos que ayudaran a los estudiantes a mejorar y planificar sus decisiones, tomando conciencia y responsabilidad de cada acción que realizan. Otra de las razones por las cuales esta propuesta es justificada y autentica, es que la misma permite potenciar los espacios de comunicación con sí mismos, favoreciendo así su autonomía y resolución de problemas, produciendo así cambios positivos que solidifiquen la estructura psicológica de cada sujeto.

### **6.4. Objetivos:**

#### **6.4.1 Objetivo General**

Aplicar una terapia grupal humanista enfocado a los estudiantes del primer año de bachillerato de la Unidad educativa Temporal Baños

#### **6.4.2 Objetivos Específicos**

- Crear habilidades acertadas para tomar decisiones adecuadas en los adolescentes.
- Potenciar la capacidad de conciencia en los adolescentes sobre las causas y efectos de tomar decisiones inadecuadas, previniendo afectaciones futuras.
- Ejecutar actividades de desarrollo empático donde los adolescentes puedan sentirse cómodos y donde puedan hablar acerca de sus experiencias y aspectos relacionados a su vida cotidiana.

### **6.5 Estrategias de Intervención:**

Las técnicas humanistas van a permitir a los involucrados una participación activa, haciendo fundamental la dinámica que se maneje a quienes entraran en este tipo de terapia.

### **6.6 Procedimientos y Técnica de Intervención:**

Es una terapia de grupo con enfoque humanista donde se van a mostrar técnicas como: reflexión, focalización, preguntar y escuchar y aceptación

## **6.7 Fundamentación Teórica:**

Para esta fundamentación teórica es necesario conocer varios aspectos relacionados con la autoestima y toma de decisiones donde autores como Rosemberg (1999) citado por Vega, Facio y Ormeño (2005) señala que “la autoestima es una apreciación positiva o negativa hacia el sí mismo, que se apoya en una base afectiva y cognitiva, puesto que el individuo siente de una forma determinada a partir de lo que piensa sobre sí mismo” (p.18). Es decir que la autoestima es un factor preponderante para el desarrollo del individuo, ya que ayuda a afrontar nuevos retos o situaciones difíciles, por ello se necesita tener una visión positiva de sí mismo, fomentando la autoconfianza.

Otro aspecto es la planificación y toma de decisiones, por ello es importante saber que, si una persona no tiene valor de sí mismo, es posible que no pueda tomar decisiones asertivas por falta de seguridad y miedo a equivocarse o a su vez por considerar ideas apresuradas e inoportunas.

Rubio (2003) citado por Castellano (2007), define a la toma de decisiones como "el proceso de seleccionar un curso de acción entre alternativas; es fundamental para cualquier actividad humana. En este sentido, somos todos tomadores de decisiones" (p.27).

Por lo que es muy importante tomar en cuenta que los adolescentes en el proceso para convertirse en adultos deben ir tomando decisiones que ayuden a fortalecer su identidad personal y su autonomía, ya que son factores esenciales para el desarrollo intelectual y conductual del individuo. Ante ello, es importante un abordaje psicológico adecuado para fortalecer la autoestima y la toma de decisiones.

### **6.7.1. Introducción**

Uno de los aspectos importantes sobre el abordaje terapéutico son las terapias de grupo que generan cambios colectivos, mejorando así el estilo de vida de cada uno de los participantes, en este caso los adolescentes. Cabe notar que existen muchos enfoques que utilizan la terapia de grupo como eje de cambios y como una terapia psicológica como tal, sin embargo el modelo humanista posee herramientas muy

eficaces a la hora de intervenir con temas como la seguridad, autoestima, decisiones, motivación para el cambio, entre otras.

Kaplan y Sadook (1998) citan lo siguiente “el abordaje humanista existencial intenta llegar a las raíces básicas de la personalidad humana. Un tratamiento eficaz permite al paciente hallar un modo de relación moral y compasiva para consigo mismo y con los demás” (p.259). Por ello la terapia grupal humanista ofrece alternativas y técnicas que permiten un abordaje complementario y adecuado para tratar diversos fenómenos psicológicos que aparecen.

### **6.7.2 Principales conceptos teóricos:**

#### **6.7.2.1 Principios Básicos**

Uno de los aportes del modelo humanista es el hecho de la valía de la existencia humana. Maslow habla sobre las necesidades básicas y una de ellas tiene que ver con la autoestima y la valía propia, que son fundamentales a la hora de intervenir en una psicoterapia grupal.

Prada (2006) señala que “la necesidad de estima de sí mismo: el hombre necesita saberse digno de algo, capaz de dominar algo, sentirse competente, independiente, libre y que se le reconozca como tal” (p.181). Esto vincula al hecho de que todas las personas necesitan el valor de sí mismo al momento de realizar una acción o al tomar una decisión, un claro ejemplo sería la autoestima y la toma de decisiones de los adolescentes.

#### **6.7.2.2 Rol del Terapeuta Humanista**

El terapeuta humanista aborda ciertas instancias de la vida cotidiana y personal, por ello no deja de lado temas como sentido de pertenencia, autoestima, seguridad, entre otras.

Un terapeuta aborda, aquí y ahora, la soledad del paciente de forma pragmática, ya sea con circunloquios o de modo directo. El terapeuta puede preguntar al paciente cosas como: ¿Qué puede usted decirnos sobre su soledad? ¿Qué hace usted con ella?. (Kaplan y Sadook, 1998, p.261)

Otra de las formas que el terapeuta interviene es fomentando la integridad de cada uno de los participantes y haciendo al grupo más consciente de sus afecciones. Kaplan y Sadook (1998) mencionan que “el terapeuta de grupo existencial discute los diversos valores culturales en el grupo y debe ser consciente de las distintas realidades culturales” (p.263). Es decir que la parte cultural, etnia son piezas claves y principales al momento de intervenir en el proceso terapéutico.

### **6.7.2.3 Terapia de Grupo en Adolescentes**

Bloss (1962) citado por Kaplan y Sadook (1998) refiere que “los adolescentes en su búsqueda de la autodefinición, se prueba así mismo hasta llegar al exceso. Algunos adolescentes, asustados por lo que les espera en la transición a la vida cotidiana, intentan seguir siendo adolescentes para siempre” (p.632). De este modo se justifica que el abordaje psicológico con adolescentes debe tomarse con delicadeza e importancia.

Kaplan y Sadook (1998) señalan que: “los actuales terapeutas de grupo utilizan con los adolescentes abordajes reflexivos y eclécticos para lograr acercarse a los muchachos considerados difíciles” (p.632). Por ello es necesario trabajar de forma dinámica para obtener la atención y reflexión de los adolescentes ayudando al cambio en el aquí y en el ahora.

## **6.8 Técnicas de Intervención Humanista**

Existen varias técnicas de intervención humanista que ayudan a los clientes a mejorar su salud psicológica, dentro de ella está la técnica preguntar y escuchar.

### **6.8.1 Preguntar y escuchar**

Estas son las preguntas más eficaces ¿Qué es lo principal de esta sensación?¿Qué es lo más importante?¿Qué es lo peor de ella?¿Qué es lo que le hace falta a esta sensación?¿Cuál sería un pequeño primer paso a la resolución de este problema?,(...). (Celis, 1994, citado por Cerda 2012, p.207)

Con estas preguntas consistentes el terapeuta puede tener una idea de por dónde direccionar la entrevista, para complementar la técnica se utiliza otra, llamada:

### **6.8.2 Regresar**

Dicha técnica consiste en aliviar el síntoma a través de la respiración, permitiendo la relajación del cuerpo para posteriormente intervenir.

Celis (1994) citado por Cerda (2012) refiere que “la técnica de regresar es hacer retornar a la persona haciendo inhalar más profundamente, dejar un espacio de tiempo para que lo utilice como desee” (p.207). Por ello es necesario que el sujeto este tranquilo y relajado para que la técnica de resultados.

### **6.8.3 Técnica de la Focalización**

Es una técnica donde el sujeto tiende a centrarse en una parte específica para llegar un estado ampliamente significativo. Gendlin (1978) citado por Cerda (2012) afirma que “la técnica de focalización es el proceso de conectarse con el flujo experimental interno, en perpetuo cambio, y concluyo que, por motivos desconocidos las personas sabían realizar este proceso y otras no” (p.205). Es decir que cada persona tiene una forma diferente de focalizar, sin embargo esto ayuda a abrir espacios psicológicos donde se puede intervenir.

### **6.8.4 Técnica de Hacerse Responsable**

Es una técnica muy importante, ya que esta ayuda a fortalecer y tomar conciencia del grado de responsabilidad que se encuentra o que puede llegar a tener el sujeto al momento de llevar a cabo una acción.

Perls citado por Gendlin (1978) citado por Cerda (2012) menciona que “con la persona con la que trabaja, independientemente de su condicionamiento, de las demás personas y de cualquier situación o evento externo, asumiera que está constantemente eligiendo su forma de actuar o reaccionar frente a esas realidades externas” (p.208).

El objetivo principal es, hacer entender a la persona que es el actor principal quien elige ciertas opciones y que debe hacerse responsable por ellas.

Gendlin (1978) citado por Cerda (2012) señala que “la idea de este ejercicio es mencionar aspectos cuyo común denominador es que le resulte difícil a la persona desligarse de que es él o ella misma quien ha realizado esas opciones” (p.210).

Esta técnica además ayuda a la persona a enfocarse adecuadamente al momento de tomar decisiones.

#### **6.8.5 Técnica de la Imaginería**

A través de esta técnica utilizando la imaginación, se ayuda a la persona a visualizar ciertas situaciones de la vida cotidiana para poder intervenir adecuadamente ante ellas.

Gendlin (1978) citado por Cerda (2012) refiere que “la imaginería es una técnica que utiliza intencionadamente un recurso que no es natural: la capacidad de representarnos mentalmente una situación que no está físicamente presente en nuestra realidad inmediata” (p.210). Es por ello que es importante utilizar dicha técnica, ya que permite explorar diversas áreas donde el sujeto ha experimentado varias situaciones cotidianas en su vida.

#### **6.8.6 Cierre de Asuntos Inconclusos**

Es muy importante para las personas que asisten a la terapia de grupo expresar ciertas emociones del pasado ya que estas ayudan a mejorar significativamente en el aquí y en el ahora, es así que Gendlin (1978) citado por Cerda (2012) menciona que “los asuntos inconclusos son situaciones del pasado en que por diversas razones, no expresamos enteramente lo que sentimos en ese momento” (p.213). Muchas veces las dificultades que se presentan en el transcurso de la terapia se dan por no expresar todo el contenido emocional existente lo que permite que el paciente no se involucre más en la terapia.

#### **6.8.7 Expresar Absolutamente Todo**

Es importante que los adolescentes den a conocer sus afectos, a fin de poder expresar lo que han sentido en relación a los aspectos relacionados a su vida.

Gendlin (1978) citado por Cerda (2012) afirma que “es usual que cuando le expresamos un sentimiento a alguien, que hablemos de una de las facetas de todo aquello que sentimos, evitando los sentimientos que sentimos contrapuestos (por ejemplo ira y amor)” (p.217). Por ello el sujeto mientras no genere ese vínculo de confianza ante el grupo y al terapeuta, no podrá descargar el contenido de sus emociones en la terapia.

## 6.8 MODELO OPERATIVO

ETAPA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS
Apertura y Encuadre.	Adaptar a los estudiantes en la terapia de grupo	Interacción con el grupo Información general de la terapia grupal. Establecimiento de reglas.	10 minutos	Laptop
Contenido.	Mejorar los niveles de autoestima	Aplicación de Técnicas de Intervención Humanista	20 minutos	Ninguno
Área Experimental.	Generar una conciencia de sí mismos en el aquí y en el ahora	Socialización	10 minutos	Ninguno
Cierre.	Motivar a los estudiantes a mejorar su calidad de vida	Retroalimentación Dialogo directo con los estudiantes del grupo	10 minutos	Cartulinas, imperdibles

### 6.9. ESTRUCTURA DEL TALLER

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DETALLE	TIEMPO	RECURSOS
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crear un ambiente de confianza en los estudiantes, generando un dialogo abierto con los mismos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar la bienvenida a los estudiantes a la terapia</li> <li>- Establecimiento de reglas de la terapia</li> </ul>	10 minutos	Laptop
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejorar los niveles de autoestima, brindando un espacio reflexivo para generar autoconciencia y autoaceptación.</li> </ul>	<b>Espacio 1</b> Técnica 1: <b>“Focalización”</b>	20 minutos	Ninguno
		Técnica 2: <b>“Regresar”</b>	20 minutos	Ninguno
		Técnica 3: <b>“Preguntar y Escuchar”</b>	10 minutos	Ninguno



3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilizar a los estudiantes sobre las decisiones inadecuadas.</li> </ul>	<p><b>Espacio 2</b></p> <p>Técnica 4:  <b>“Cierre de Asuntos Inconclusos”</b></p>	20 minutos	Ninguno
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Generar una conciencia de sí mismos en el aquí y en el ahora.</li> </ul>	<p><b>Espacio 3</b></p> <p>Técnica 5:  <b>“Imaginación”</b></p>	20 minutos	Ninguno

5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Potenciar en los estudiantes la importancia de plantarse metas a futuro para alcanzarlas.</li> </ul>	<b>Espacio 4</b> Técnica 6: <b>“Hacerse Responsable”</b>	15 minutos	Ninguno
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Motivar a los estudiantes a alcanzar confianza, valor de sí mismos, respeto, autonomía y responsabilidad</li> </ul>	<b>Espacio 5</b> Técnica 7: <b>“Expresar Absolutamente Todo”</b>	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cartulinas</li> <li>- Imperdibles</li> </ul>

## **6.9.1. DETALLE DE LA TERAPIA GRUPAL**

**Título:** Terapia de Grupo Humanista sobre el mejoramiento de la autoestima

### **ACTIVIDAD 1.**

**Objetivo:**

- Crear un ambiente de confianza en los estudiantes
- Generar un dialogo abierto con los mismos
- Establecimiento de reglas de la terapia

**Detalle:**

1. Interactuar con los estudiantes y dar la bienvenida a la terapia de grupo, en este espacio el terapeuta genera empatía y un acercamiento con cada uno de los participantes
  
2. Una vez mencionados todas las tópicas a tratarse se pide a los estudiantes que se coloquen cómodamente en forma circular y a continuación se les explica las reglas de la terapia así:
  - a) Cada estudiante debe apagar su celular
  - b) Ninguno de los estudiantes pueden abandonar la sala de terapia
  - c) Ningún estudiante puede interrumpir la opinión de su similar.

**Tiempo:** 10 minutos

**Tamaño de Grupo:** 12 estudiantes

**Materiales:** Laptop

## **ACTIVIDAD 2.**

### **Objetivo:**

- Mejorar los niveles de autoestima, brindando un espacio reflexivo para generar autoconciencia y autoaceptación.

### **Detalle:**

1. Espacio 1: **“Focalización”**, con esta técnica se les pide a los estudiantes recordar sucesos o vivencias pasadas donde se hayan sentido ofendidos, despreciados o sin ningún valor como persona, se pide además que compartan dichos acontecimientos si así lo desean con los demás miembros del grupo

### **Objetivos:**

- a) Detectar los sucesos significativos que han afectado a la autoestima
  - b) Generar un contacto con los acontecimientos pasados a fin de visualizar ciertas emociones que está siendo afectadas en el aquí y en el ahora.
2. Con la focalización realizada, el terapeuta utiliza la técnica de **“preguntar y escuchar”** en donde el eje principal es el espacio personal del adolescente, en este se generan preguntas como:
    - a. ¿Cómo te sientes recordando estos sucesos?
    - b. ¿En qué parte sientes esa sensación o emoción?
    - c. ¿Qué personas estuvieron ahí?
    - d. ¿El suceso te sigue afectando?
    - e. ¿Qué podrías hacer para que el suceso no volviera a afectarte?

### **Objetivos:**

- a) Detectar las emociones negativas de los estudiantes hacia sí mismos.
- b) Dejar que los participantes verbalicen la situaciones pasadas

3. Técnica de “**Regresar**”: Una vez planteadas las preguntas directivas hacia los participantes, se les pide que mientras sigan respondiendo cada una de ellas respiren profundamente a fin de generar alivio.

**Objetivos:**

- a) Generar una comprensión clara sobre el valor de si mismo
- b) Opacar las visiones negativas de sí mismos
- c) Dar valor e importancia hacia sí mismos.
- d) Generar valía propia

**Tiempo:** 50 minutos

**Tamaño de Grupo:** 12 estudiantes

**Materiales:** Ninguno

### **ACTIVIDAD 3.**

#### **Objetivos:**

Sensibilizar a los estudiantes sobre las decisiones Inadecuadas

#### **Detalle:**

1. En esta actividad el terapeuta aplica la técnica de “**Cierre de Asuntos Inconclusos**” donde los adolescentes puedan expresar ciertas experiencias del pasado que les han llevado a tomar decisiones inadecuadas, a fin de poder descargar el contenido emocional existente, permitiendo así, que se involucren más en la terapia y de esta manera, enfocar su atención a importancia de poder tomar decisiones asertivas, en los mismos se van a tomar puntos como:
  - a) Espacio personal
  - b) Consecuencias de las malas decisiones
  - c) Beneficios de tomar decisiones adecuadas
  - d) Responsabilidades
  
2. Una vez aplicada esta técnica, se pide a los estudiantes dar su opinión al respecto a fin de socializar el tema y aclarar dudas.

**Tiempo:** 20 minutos

**Tamaño de Grupo:** 12 estudiantes

**Materiales:** Ninguno

#### **ACTIVIDAD 4.**

##### Objetivos:

- Generar una conciencia de sí mismos en el aquí y en el ahora, brindando un acercamiento de las situaciones de la vida cotidiana.

##### Detalle:

1. Espacio 3: Técnica de “**Imaginación**”, en este apartado el terapeuta orienta a los participantes a imaginar una situación actual en la cual han sentido que su valía como persona está siendo afectada.
2. Una vez detectada la situación, el terapeuta pide a los participantes generar una imagen positiva a dicha situación, con el fin de brindar una solución e incrementar el valor personal, a la vez que visualizan consecuencias favorables al mismo.

##### Objetivos:

- a) Generar responsabilidad en cuanto a la valía personal
  - b) Fomentar una clara visión de sí mismo
  - c) Crear expectativas favorables de sí mismos.
3. Concluida la técnica se pide a los estudiantes compartir sus sentimientos y su opinión con respecto a la dinámica.

**Tiempo:** 20 minutos

**Tamaño de Grupo:** 12 estudiantes

**Materiales:** Ninguno

## **ACTIVIDAD 5.**

Objetivos:

- Potenciar en los estudiantes la importancia de plantarse metas a futuro para alcanzarlas.

Detalles:

1. Técnica de “**Hacerse Responsable**”, aquí el terapeuta describe la importancia de la responsabilidad en cada acción que realice el adolescente por más mínima que parezca.
2. Pedir a los participantes que compartan un experiencia en la cual han demostrado ser responsables y otra, en la que han demostrado lo contrario.
3. Explicar los beneficios y las consecuencias que lleva el ser responsable a fin de crear autoconciencia en cada uno de los participantes.
4. Estimular la importancia de plantearse metas a corto y largo plazo, validando de este modo los logros personales y la autoestima propia.
5. Visualizada y compartida la situación, todos y cada uno de los participantes hacen un juramento de responsabilidad, donde deben cumplir con cada una de aquellas visiones a futuro (el terapeuta acompaña a dicho juramento) con la siguiente consigna: “Yo \_ \_ \_ \_ \_ \_ prometo que cumpliré con cada una de las metas que he visualizado, además de esforzarme lo suficiente para apreciarme más y disfrutar d las cosas que me ofrece la vida.

**Tiempo:** 15 minutos

**Tamaño de Grupo:** 12 estudiantes

**Materiales:** Ninguno



## **ACTIVIDAD 6.**

Objetivos:

- Motivar a los estudiantes a alcanzar niveles confianza, valor de sí mismos, respeto, autonomía y responsabilidad

Detalles:

1. En este apartado el terapeuta utiliza la técnica de “**Expresar Absolutamente Todo**” en donde se les pide a los participantes expresar como se sienten ahora, una vez efectuada la terapia.
2. A continuación se menciona la importancia de saber expresarse y de no guardar cargas emocionales, sino más bien, expresarse si algo no les pareció bien, con el fin de poder evitar albergar sentimientos negativos hacia otras personas.
3. Una vez explicada dicha situación, se realiza una retroalimentación de los aspectos positivos y favorables del grupo y el beneficio para cada uno de los participantes.
4. Luego de la retroalimentación realizada, el terapeuta dialoga con los estudiantes preguntándoles sobre los beneficios de la terapia realizada.
5. El terapeuta motiva los estudiantes a seguir generando confianza, respeto, autonomía y responsabilidad en los mismos, una vez animado el grupo, el terapeuta coloca en cada uno de los participantes una insignia (ver anexo?) con el fin de identificar los logros de la terapia y dejar un recuerdo y aprendizaje en cada uno de ellos.
6. Se realiza la despedida de la sesión de grupo, con ello se hace el cierre de la terapia.

**Tiempo:** 15 minutos

**Tamaño de Grupo:** 12 estudiantes

**Materiales:** Cartulinas e Imperdibles

## 6.10 MARCO ADMINISTRATIVO

### 6.10.1 Recursos físicos o institucionales

Unidad Educativa Temporal Baños: Salón general Auditorio

### 6.10.2 Recursos humanos

**Investigador:** Christian Eduardo Albán Velasteguí

**Orientador Vocacional de la Institución:** Lcd. Gonzalo Quinga

### 6.10.3 Materiales

Materiales de oficina

- Hojas y Esferos
- Cartulinas
- Marcadores

Equipo informático

- Laptop
- Proyector digital
- Parlantes

### Modelo Económico Operativo

<b>MATERIAL</b>	<b>PRECIO</b>
Materiales de oficina	60,00
Adquisición de equipo electrónico: <ul style="list-style-type: none"><li>• Laptop</li><li>• Proyector</li><li>• Parlantes</li></ul>	1500,00
Transporte	10,00
Imprevistos 5%	78.50
<b>TOTAL</b>	1648.50

**Tabla N°10** Modelo Económico

**Elaborado por:** Christian Albán

**Fuente:** Investigación de Campo.

## **6.11 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

### **6.11.1 BIBLIOGRAFÍA**

Alcántara J, A. (2004) Educar la Autoestima. España. Editorial Ceac.

Bennett, M (2008) Autoconocimiento. España. Editorial Ediciones I

Branden, N (1995) Los seis pilares de la autoestima, Barcelona. Editorial Paidós

Bobbio, N., Matteucci, N & Pasquino, G (1991) Diccionario de Política. Siglo veinte editores. 7ma edición en español. Argentina.

Calle, R (2001) El Arte de la Paciencia, España. Editorial Martínez Roca

Castellano, M (2007). Toma de decisiones en la construcción del proyecto de vida. (Maestría). Universidad de Zulia, Maracaibo, Venezuela.

Cerda, M, B (2012) Cielo Azulado. Psicología y Psicoterapia Humanista y Transpersonal. Santiago. Chile. Editorial Universidad de la Serena

Córdova, C. (2010). La autoestima y su influencia en el rendimiento académico de los niños/as de segundo, tercer y cuarto año de Educación Básica de la escuela “Amazonas” del cantón Cevallos, caserío La Florida, en el periodo diciembre 2009 a febrero 2010 (tesis de pregrado) Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.

Dewey, J (1989) Cómo pensamos. Nueva exposición de la relación entre pensamiento reflexivo y proceso educativo, Barcelona, Editorial Paidós

Ellis, A. (1996). Una terapia breve más profunda y duradera. Enfoque teórico de la terapia racional emotivo-conductual. España. Editorial Paidós.

Fierro, A (1996) Manual de Psicología de la Personalidad. Barcelona. Editorial Paidós

Fragar, R & Fadiman, J (2001) Teorías de la personalidad. Carl Rogers y la perspectiva centrada en la persona. Editorial Alfaomega, 2da edición. México

- Gambara, H & González, E (2005) ¿Sobre qué deciden los adolescentes? *Infancia y Aprendizaje*, 28 (3): 277-91. Madrid, España.
- Gerrig, L & Zimbardo, P (2005) *Psicología y vida*. México. Editorial Pearson Education
- Hellriegel, D, Jackson, S & Slocum, J (2005). *Administración. Un enfoque basado en competencias*. 10ma.edición. Thomson. México.
- Jhonas, H (1995), *El principio de la Responsabilidad*, Barcelona, Editorial Herder
- Kaplan & Sadock (1998) *Terapia de Grupo*. Madrid. España. Editorial Médica Panamericana
- Lee, C & Beatty, S (2002) Family structure and influence in family decision making. *Journal of consumer marketing*, Vol, 19. Auckland, New Zealand.
- Lipman, M (1990) *Investigación Social*. Madrid, España. Ediciones de la Torre.
- López, M (2004) *La toma de decisiones en los sistemas de autoayuda y asesoramiento vocacional (tesis de pregrado)* Universidad Complutense de Madrid, España.
- Martínez, V (1997) *Los adolescentes ante el estudio. Causas y consecuencias de rendimiento académico*. Madrid. España. Editorial Fundamentos.
- McKay, M. & Fanning, P. (1999). *Autoestima. Evaluación y Mejora*. Madrid, España. Ediciones Martínez Roca.
- Maslow, A, H. (1994) *La Personalidad Creadora*. Barcelona. Editorial Kairós.
- Morales, J & Huici, C (2000) *Psicología Social*. Editorial UNED, Madrid, España.
- Myers, D, G (2005) *Psicología*. Buenos Aires. Argentina. Editorial Panamericana
- Navarro E, Tomás J & Oliver, A. (2006) Factores personales, familiares y académicos en niños y adolescentes con baja autoestima. Valencia, *Boletín de Psicología* No. 88: 7-25

Prada, R (2006) Escuelas Psicológicas y Psicoterapéuticas. Bogotá. Editorial San Pablo

Sánchez, E (1999) Relación entre la autoestima personal, la autoestima colectiva y la participación en la comunidad, Murcia. España. Issn: 0212-9728

Santoyo, C & Vázquez, F (2001) Procesos Psicológicos de la Negociación y la Toma de Decisiones. México. Editorial UNAM

Seelbach, G (2013) Teorías de la Personalidad. México. Editorial Red Tercer Milenio. 1ra edición.

Serrano, M & Vázquez, M (22,23 y 24 de Octubre) “De la articulación empresarial al ecosistema de negocios. Un nuevo enfoque”. En R. Velazco (Presidencia), Estudio comparativo de los modelos de toma de decisiones gerenciales. Simposio llevado a cabo en el Primer Congreso Internacional de Negocios, Sonora, México.

Steiner, D (2005). La teoría de la autoestima en el proceso terapéutico para el desarrollo del ser humano. Julio del 2005 (tesis de pregrado) Tecana American University. Maracaibo. Venezuela.

Toledo & Virginia (1998) Adolescencia tiempo de decisiones. Centro de medicina productiva y desarrollo integral del adolescente, Facultad de Medicina, Universidad de Chile. Editorial mediterráneo

Wilber, K. (1995). El proyecto Atman. Barcelona: Editorial Kairós.

### 6.11.2 LINKOGRAFÍA

Agujar, F (2004) Teoría de la decisión e incertidumbre: modelos normativos y descriptivos. Empiria. Recuperado de <http://digital.csic.es/bitstream/10261/7734/1/eserv.pdf>

Alcaide, M (02 de Junio del 2009) Influencia del rendimiento y autoconcepto en hombres y mujeres. Revista Reid. Recuperado de <http://www.ujaen.es/revista/reid/revista/n2/REID2art2.pdf>

Alonso, L., Murcia, G., Murcia, J., Herrera, D., Gómez, D., Comas, M y Ariza, P. (02 de Marzo del 2007) Autoestima y relaciones interpersonales en jóvenes estudiantes del primer semestre de la División Salud de la Universidad del Norte. Revista Científica Salud Uninorte. Colombia. Recuperado de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/rt/prINTERfriendly/4052/5709>

Campo, M (30 de Abril del 2004) Epistemología y Psicoterapia. Opción. Recuperado de [http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S101215872004000200007](http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S101215872004000200007)

Cárdenas, J, C. (2006). Guía para el Desarrollo de la Capacidad de Toma de Decisiones. Perú, Recuperado de [www.es.scribd.com/doc/6404054/Guia-Para-El-Desarrollo-de-La-Capacidad-de-Toma-de-Decisiones](http://www.es.scribd.com/doc/6404054/Guia-Para-El-Desarrollo-de-La-Capacidad-de-Toma-de-Decisiones)

Castanyer, O (1996) La asertividad, expresión de una sana autoestima, 3er Edición. Recuperado de [www.orueeskola.com/upload/La\\_Asertividad\\_expresi\\_n\\_de\\_una\\_sana\\_autoestima\\_1\\_.pdf](http://www.orueeskola.com/upload/La_Asertividad_expresi_n_de_una_sana_autoestima_1_.pdf)

Consejo Nacional de la Niñez y Adolescencia, CNNA (Agosto del 2004) Plan Nacional Decenal de Protección Integral a la Niñez y Adolescencia. Ecuador. Recuperado de [http://www.oei.es/quipu/ecuador/plan\\_decenal\\_ninez.pdf](http://www.oei.es/quipu/ecuador/plan_decenal_ninez.pdf)

Cornejo, A (2004) Complejidad Organizacional. Recuperado de <http://www.eumed.net/cursecon/libreria/2004/aca/2.pdf>

Defensa de los Niños Internacional Ecuador, DNI (16 de Octubre de 1994) Los Niños tienen la última palabra. Explored. Ecuador. Recuperado de <http://www.explored.com.ec/noticias-ecuador/los-ninos-tienen-la-palabra-27534.html>

Duro, E y Nirenberg, O (2010) Autoevaluación y políticas públicas. GAPP. Madrid, España. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2815/281521693006.pdf>

Flores, M (26 de Febrero del 2005) Gestión del conocimiento organizacional en el taylorismo y en la teoría de las relaciones humanas. Espacios. Recuperado de <http://www.revistaespacios.com/a05v26n02/05260242.html>

Garzón, N (2001) Toma de Decisiones Éticas. Ética y Bioética. Recuperado de [http://www.bdigital.unal.edu.co/783/10/263\\_-\\_9\\_Capi\\_8.pdf](http://www.bdigital.unal.edu.co/783/10/263_-_9_Capi_8.pdf)

Hernández, A (2012) Procesos Psicológicos Básicos. Editorial Red Tercer Milenio. México. Recuperado de [http://www.aliatuniversidades.com.mx/bibliotecasdigitales/pdf/Derecho\\_y\\_ciencias\\_sociales/Procesos\\_psicologicos\\_basicos/Procesos\\_psicologicos\\_basicos-Parte1.pdf](http://www.aliatuniversidades.com.mx/bibliotecasdigitales/pdf/Derecho_y_ciencias_sociales/Procesos_psicologicos_basicos/Procesos_psicologicos_basicos-Parte1.pdf)

Isabel Menéndez Benavente (2006) Educación para Adolescentes, Madrid. Recuperado de <http://www.psicopedagogia.com/educar-adolescente>

León, M & Días, B (2005) El pensamiento grupal en decisiones de organizaciones de economía social. Cayapa. Venezuela. Recuperado de <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/18706/2/articulo1.pdf>

León, O (1987) La toma de decisiones individuales con riesgo desde la psicología. Madrid. Recuperado de <file:///C:/Users/casa/Downloads/Dialnet-LaTomaDeDecisionesIndividualesConRiesgoDesdeLaPsic-65980.pdf>

Luna, A & Laca, F (2014) Patrones de toma de decisiones y autoconfianza en adolescentes bachilleres. Lima (Perú), Revista de Psicología, Volumen .32 no.1. Recuperado de

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S025492472014000100002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S025492472014000100002&script=sci_arttext)

Montañés, M., Bartolomé, R., Montañés, J y Parra, M (2008) Influencia del contexto familiar en las conductas adolescentes. Madrid. Recuperado de

<file:///C:/Users/casa/Downloads/Dialnet-InfluenciaDelContextoFamiliarEnLasConductasAdolesc-3003557.pdf>

Navarro, M & Pontillo, V (1999) Autoestima del adolescente y riesgo de consumo de alcohol. México. Recuperado de

<http://www.alcoholinformate.org.mx/investigaciones.cfm?id=209&catID=1>

Oliva, A (2006) Relaciones familiares y desarrollo adolescente. Anuario de Psicología. Barcelona. España. Recuperado de

<http://personal.us.es/oliva/Oliva1.pdf>

Ortego, M., López, S y Álvarez, M. Ciencias Psicosociales. Los grupos. Universidad de Cantabria. España. Recuperado de

[http://ocw.unican.es/ciencias-de-la-salud/ciencias-psicosociales-i/pdf-reunidos/tema\\_08.pdf](http://ocw.unican.es/ciencias-de-la-salud/ciencias-psicosociales-i/pdf-reunidos/tema_08.pdf)

Sánchez, H & Jaramillo, R (2010) Clima Organizacional su relación con el factor humano. México. Recuperado de

[http://www.dgrh.salud.gob.mx/Formatos/MANUAL%20DEL%20PARTICIPANTE%20CLIMA%20ORGANIZACIONAL%20\(1\).pdf](http://www.dgrh.salud.gob.mx/Formatos/MANUAL%20DEL%20PARTICIPANTE%20CLIMA%20ORGANIZACIONAL%20(1).pdf)

Sánchez, Y (2007) La solución de problemas como un campo de concurrencia de distintas teorías en Psicología. Revista Colombiana de Psicología. Bogotá. Recuperado de

<file:///C:/Users/casa/Downloads/Dialnet-LaSolucionDeProblemasComoUnCampoDeConcurrenciaDeDi-3245442.pdf>



Sepúlveda, M (2003) Autonomía moral. Una posibilidad para el desarrollo humano desde la ética de la responsabilidad solidaria. Revista de Psicología de la Universidad de Chile, Vol. XII. Recuperado de <file:///C:/Users/casa/Downloads/17294-50781-1-PB.pdf>

Squillace, M (2011) La influencia de los heurísticos en la toma de decisiones. Biología del comportamiento. Argentina. Recuperado de [http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedras/electivas/090\\_comportamiento/material/tp\\_heuristicos\\_tomadecisiones.pdf](http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/electivas/090_comportamiento/material/tp_heuristicos_tomadecisiones.pdf)

Vega, E., Facio, B y Ormeño, F (2005) Relación de los hábitos de estudio y la autoestima con respecto al rendimiento académico en alumnos del segundo ciclo de las facultades de ciencias sociales y educación de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión. Repositorio Digital. Perú. Recuperado de <http://190.116.38.24:8090/xmlui/bitstream/handle/123456789/178/VEGA%20%20AUTOESTIMA%20Y%20RENDIMIENTO.pdf?sequence=1>

Villalón, G (2012) Reflexiones sobre la visibilidad de la ciencia. Enfoques, retos y oportunidades. Cuba. Recuperado de <http://www.oei.es/salactsi/visiAAA.pdf>

### 6.11.3 CITAS BIBLIOGRÁFICAS - BASE DE DATOS UTA

- **SPRINGER:** Estévez, Estefanía; Murgui, Sergio y Musitu, Gonzalo (2009). Psychological adjustment in bullies and victims of school violence. Disponible en: <http://link.springer.com/article/10.1007/BF03178762>
- **SPRINGER:** Peixoto, F y Almeida, L (2010) Self-concept, self-esteem and academic achievement: strategies for maintaining self-esteem in students experiencing academic failure. Editorial Springer. Lisboa, Portugal. Disponible en: <http://static-content.springer.com/lookinside/art%3A10.1007%2Fs12144-999-1007-1/000.png>
- **SPRINGER:** Kernis, H (1995) Efficacy, Agency, and Self-Esteem, Estados Unidos. Editorial Springer Science. Disponible en : [http://download-v2.springer.com/static/pdf/137/bfm%253A978-1-4899-1280-0%252F1.pdf?token2=exp=1430157997~acl=%2Fstatic%2Fpdf%2F137%2Fbfm%25253A978-1-4899-1280-0%25252F1.pdf\\*~hmac=2caa340f368a4572853ca0a1adf4c27468f2c65158a8a7dbe1b169c6d83e9d61](http://download-v2.springer.com/static/pdf/137/bfm%253A978-1-4899-1280-0%252F1.pdf?token2=exp=1430157997~acl=%2Fstatic%2Fpdf%2F137%2Fbfm%25253A978-1-4899-1280-0%25252F1.pdf*~hmac=2caa340f368a4572853ca0a1adf4c27468f2c65158a8a7dbe1b169c6d83e9d61)
- **SPRINGER:** Baumeister, R, F. (1993) SELF-ESTEEM, Editorial Plenum Press, New York, Estados Unidos. Disponible en [http://download-v2.springer.com/static/pdf/183/bfm%253A978-1-4684-8956-9%252F1.pdf?token2=exp=1430158518~acl=%2Fstatic%2Fpdf%2F183%2Fbfm%25253A978-1-4684-8956-9%25252F1.pdf\\*~hmac=e210b2f65ad718ccd599bf4cd91bda10e0b6f59027d34f081a40926d9e456788](http://download-v2.springer.com/static/pdf/183/bfm%253A978-1-4684-8956-9%252F1.pdf?token2=exp=1430158518~acl=%2Fstatic%2Fpdf%2F183%2Fbfm%25253A978-1-4684-8956-9%25252F1.pdf*~hmac=e210b2f65ad718ccd599bf4cd91bda10e0b6f59027d34f081a40926d9e456788)
- **SPRINGER:** Saxena, R y Srinivasan, A (2012) Decision Making. Editorial Springer, new York, Estados Unidos. Disponible en: [http://download-v2.springer.com/static/pdf/999/chp%253A10.1007%252F978-1-4614-6080-0\\_5.pdf?token2=exp=1430158861~acl=%2Fstatic%2Fpdf%2F999%2Fchp%25253A10.1007%25252F978-1-4614-6080-0\\_5.pdf\\*~hmac=f72bfbf6c0271e29411d39e6af2b3ba9caded04c9702b0444ff2eb3086b4ee45](http://download-v2.springer.com/static/pdf/999/chp%253A10.1007%252F978-1-4614-6080-0_5.pdf?token2=exp=1430158861~acl=%2Fstatic%2Fpdf%2F999%2Fchp%25253A10.1007%25252F978-1-4614-6080-0_5.pdf*~hmac=f72bfbf6c0271e29411d39e6af2b3ba9caded04c9702b0444ff2eb3086b4ee45)

## 6.12 ANEXOS

### ANEXO 1: Escala de Evaluación de la Autoestima de Rosemberg.

#### INSTRUCCIONES:

Señala en qué medida las siguientes afirmaciones definen tu forma de pensar sobre ti mismo. Rodea con un círculo el número correspondiente a la opción elegida. Recuerda que los cuestionarios son anónimos.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4

		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	En general estoy satisfecho conmigo mismo/a	1	2	3	4
2	A veces pienso que no sirvo absolutamente para nada	1	2	3	4
3	Creo tener varias cualidades buenas	1	2	3	4
4	Puedo hacer las cosas tan bien como la mayoría de las personas	1	2	3	4
5	Creo que tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a	1	2	3	4
6	A veces me siento realmente inútil	1	2	3	4
7	Siento que soy una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás	1	2	3	4
8	Desearía sentir más aprecio por mí mismo/a	1	2	3	4
9	Tiendo a pensar que en conjunto soy un fracaso	1	2	3	4
10	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a	1	2	3	4

**ANEXO 2:** Escala de Planificación y Toma de Decisiones de Darden, Ginter y Gazda.

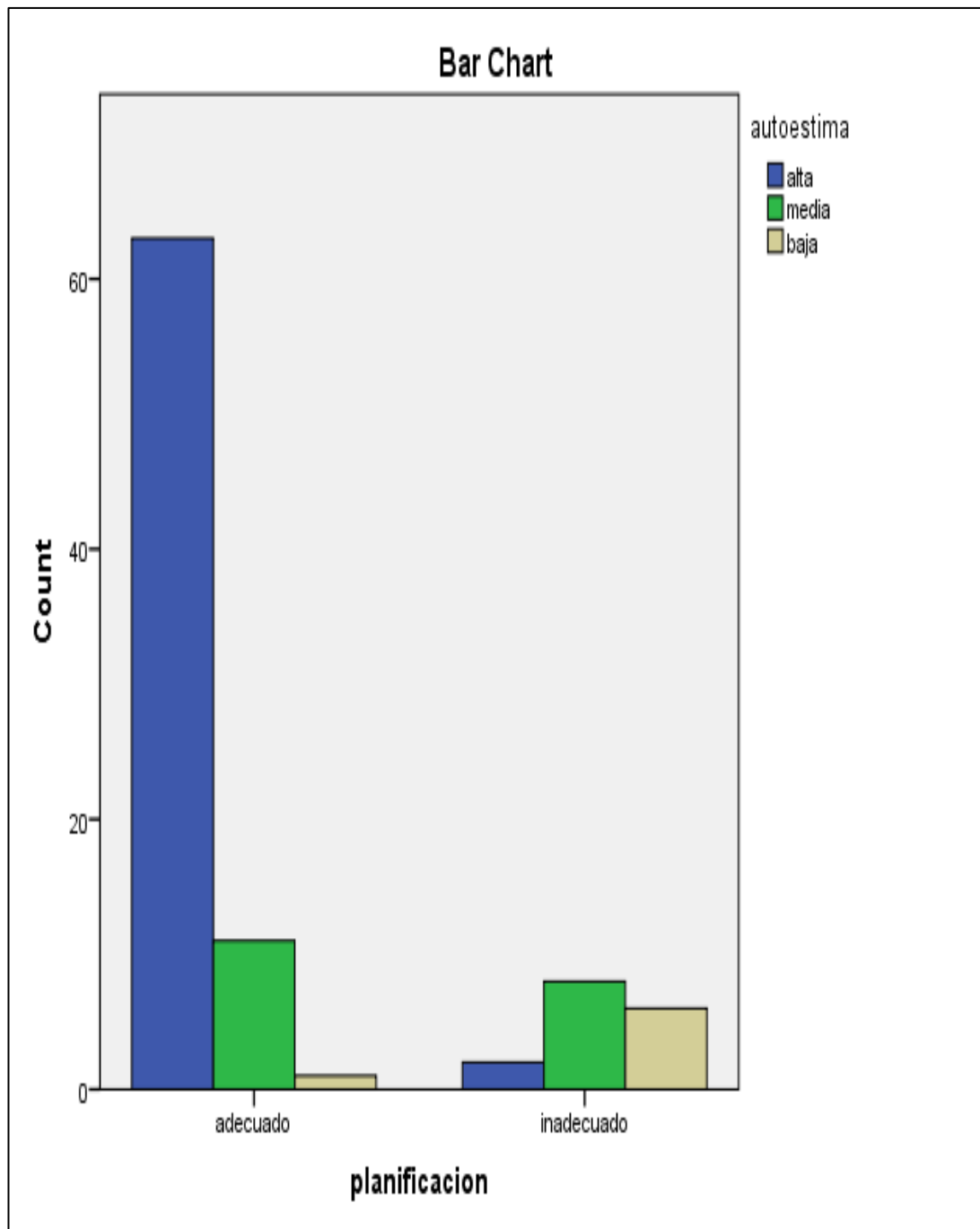
**INSTRUCCIONES:**

Lee las siguientes frases y rodea con un círculo la opción que consideres en función de tu mayor o menor grado de acuerdo con cada una de ellas. Gracias

Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5	6	7

		Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Le doy vueltas a la cabeza y lo analizo todo cuando estoy intentando resolver un problema	1	2	3	4	5	6	7
2	Me pongo manos a la obra cuando decido el tipo de trabajo que quiero hacer	1	2	3	4	5	6	7
3	Cuando pienso en varias opciones, las comparo con detalle	1	2	3	4	5	6	7
4	Me gusta planearlo todo antes de tomar una decisión definitiva	1	2	3	4	5	6	7
5	Soy capaz de diseñar un buen plan de acción cuando tengo que decidir algo importante relacionado con mis estudios o mi trabajo	1	2	3	4	5	6	7
6	Considero todos los factores antes de tomar una decisión ante un problema	1	2	3	4	5	6	7
7	Utilizo la información que obtengo para descubrir diferentes soluciones a un problema	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy capaz de resolver problemas utilizando la lógica	1	2	3	4	5	6	7

**ANEXO 3:** Tabla Dinámica del Chi – Cuadrado mediante el programa SPSS



**Fuente:** Programa SPSS

**Autor:** Christian Albán

**ANEXO 4:** Evidencia de la Toma de Reactivos a estudiantes de los primeros años de bachillerato de la “Unidad Educativa Temporal Baños”







