



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA**

**MODALIDAD PRESENCIAL**

**Informe final del Trabajo de Titulación previo a la obtención del  
Título de Licenciatura en Psicopedagogía**

**TEMA:**

---

**“LA AUTOESTIMA Y EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCER SEMESTRE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO DEL CANTÓN AMBATO”**

---

**AUTORA:** Norma Katherine Villarroel Naranjo

**TUTORA:** Mg. Yanet Díaz

**Ambato-Ecuador**

**2021**

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

Yo, Mg. Yanet Diaz Martin, con cédula de ciudadanía: 1756373138 en calidad de tutora del trabajo de titulación, sobre el tema: **“LA AUTOESTIMA Y EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCER SEMESTRE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO DEL CANTÓN AMBATO”** desarrollado por la estudiante **Norma Katherine Villarroel Naranjo**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.



Firmado electrónicamente por:  
**YANET DIAZ  
MARTIN**

Dra. Yanet Díaz Martin, Mg.

1756373138

**TUTORA**

## **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Yo, Norma Katherine Villarroel Naranjo, dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación de la autora, con el tema: **“LA AUTOESTIMA Y EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCER SEMESTRE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO DEL CANTÓN AMBATO”**, quién basada en la en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autora.



Norma Katherine Villarroel Naranjo

1850275239

**AUTORA**

**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS  
DE GRADUACION O TITULACIÓN**

La comisión de estudio y calificación de Informe el Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LA AUTOESTIMA Y EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCER SEMESTRE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO DEL CANTÓN AMBATO,”** presentado por la señorita Norma Katherine Villarroel Naranjo, egresada de la carrera de Psicopedagogía. Una vez revisada y calificada la investigación, se APRUEBA en razón de que cumple con los principios básicos, técnicos y científicos de la investigación y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.



Dra. Mg. Verónica Llerena

1802915874

**Miembro del tribunal**



Ps.Cl. Lenin Saltos Salazar Mg.

1802912848

**Miembro del tribunal**

## **DEDICATORIA**

Con especial amor a mi querido Padre Celestial, que sin su ayuda no habría logrado recorrer este arduo camino.

Es para mí una alegría dedicar mi investigación a mis amados padres Luis Villarroel y Norma Naranjo, por ser mi apoyo incondicional en cada etapa de mi vida, sé que son dos ángeles que Dios ha enviado para guiarme y protegerme.

A mi querida hermana, Daniela Villarroel que es mi mejor amiga, quien con su amor y consejos ha sabido acompañarme y siempre regalarme aliento para avanzar y a mi sobrino Luis David que es mi inspiración.

Con todo mi cariño y amor

*Norma Katherine Villarroel Naranjo*

## **AGRADECIMIENTO**

Con mucho respeto y amor a Dios por crear en mi esta inspiración y darme todas las fuerzas necesarias para avanzar por el camino de la vida.

A mi padre amado Luis Villarroel, quien es el ejemplo de vida que siempre seguiré y admiraré, a mi querida madre Norma Naranjo que es la mujer más valiente del mundo, quien toda su vida se ha dedicado a amarme y guiarme con sus consejos y cariño.

A mi hermana Daniela Villarroel que nunca me ha dejado sola, con su amor y ocurrencias siempre motivándome a ser mejor persona.

A mi sobrino Luis David, por alegrar cada momento de mi vida, con sus travesuras y su imaginación, enseñándome a ser una niña aun en mis peores momentos y sacando lo bello de mi ser en los mejores.

A mi tutora la Mg. Yanet Díaz, por su confianza, tiempo y apoyo durante este proceso.

A mis queridos docentes de la Universidad Técnica de Ambato por ser quienes sembraron en mí el conocimiento no solo académico, sino con su experiencia aportaron una formación en

valores, siendo como padres e incluso amigos.

A mis queridos familiares y amigos que siempre creyeron en mí, dándome una palabra de aliento y confianza.

*Norma Katherine Villarroel*

## ÍNDICE GENERAL

<b>APROBACIÓN DEL TUTOR .....</b>	<b>i</b>
<b>AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>ii</b>
<b>AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS DE GRADUACION O TITULACIÓN .....</b>	<b>iii</b>
<b>DEDICATORIA .....</b>	<b>i</b>
<b>AGRADECIMIENTO .....</b>	<b>ii</b>
<b>ÍNDICE GENERAL .....</b>	<b>iv</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS.....</b>	<b>vi</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS.....</b>	<b>vii</b>
<b>INDICE DE ANEXOS .....</b>	<b>viii</b>
<b>CAPITULO 1 .....</b>	<b>11</b>
<b>MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>11</b>
1.1. Antecedentes Investigativos:.....	11
1.2. Objetivos .....	15
1.2.1. Objetivo General.....	15
1.2.2. Objetivos Específicos.....	15
1.3. Descripción de los objetivos .....	15
1.4. Fundamentación Teórica.....	16
1.4.1. La autoestima .....	16
1.4.2. Niveles de autoestima .....	17
1.4.3. Dimensiones de la autoestima .....	19
1.4.4. Aprendizaje autónomo .....	19
1.4.5. Factores que intervienen en el aprendizaje autónomo .....	20
1.4.6. Técnicas de estudio para lograr un aprendizaje autónomo .....	21
1.4.7. Estrategias para mejorar el aprendizaje autónomo .....	22
1.4.8. Importancia de la autoestima en la formación académica .....	23
<b>CAPÍTULO II.....</b>	<b>25</b>
<b>METODOLOGÍA.....</b>	<b>25</b>
2.1. Materiales.....	25
2.1.1. Recursos institucionales .....	25
2.1.2. Recursos Materiales .....	25
2.1.3. Recursos Tecnológicos.....	25
2.1.4. Recursos humanos.....	26



2.1.6. Recursos Económicos .....	26
2.2. Métodos.....	27
2.2.1. Enfoque de la Investigación.....	27
2.2.2. Fundamentación .....	27
2.2.3. Tipos de Investigación.....	28
2.2.4. Técnicas e Instrumentos .....	28
2.2.4. Población y Muestra.....	29
2.2.5. Operacionalización de las Variables .....	31
2.2.6. Hipótesis .....	32
2.3. Recolección de información.....	32
2.4. Procesamiento y Análisis .....	34
<b>CAPÍTULO III .....</b>	<b>36</b>
<b>RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....</b>	<b>36</b>
3.1. Análisis y Discusión de los Resultados .....	36
3.1.1. Nivel de autoestimas .....	36
3.1.2. Dimensiones de la autoestima.....	37
3.1.3. Trabajo Autónomo .....	40
3.2. Verificación de la Hipótesis .....	46
<b>CAPÍTULO IV.....</b>	<b>49</b>
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>49</b>
4.1. Conclusiones .....	49
4.2. Recomendaciones .....	51
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>52</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>55</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1:</b> Presupuesto .....	26
<b>Tabla 2:</b> Operacionalización de las variables .....	31
<b>Tabla 3:</b> Niveles de Autoestima .....	33
<b>Tabla 4:</b> Categoría de Autoestima.....	36
<b>Tabla 5:</b> Dimensión de autoestima - Sí mismo .....	37
<b>Tabla 6:</b> Dimensión de autoestima - Social .....	38
<b>Tabla 7:</b> Dimensión de autoestima - Familiar.....	39
<b>Tabla 8:</b> Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Aplicación .....	40
<b>Tabla 9:</b> Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Colaboración.....	41
<b>Tabla 10:</b> Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Planificación .....	42
<b>Tabla 11:</b> Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Preparación de exámenes .....	43
<b>Tabla 12:</b> Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Participación .....	44
<b>Tabla 13:</b> Tabla cruzada Categoría autoestima*Aprendizaje Autónomo .....	46
<b>Tabla 14:</b> Pruebas de Chi-cuadrado .....	47

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1:</b> Categorías de Autoestima.....	36
<b>Figura 2:</b> Dimensión Sí mismo de Autoestima.....	37
<b>Figura 3:</b> Dimensión Social de Autoestima.....	38
<b>Figura 4:</b> Dimensión Familiar de Autoestima .....	39
<b>Figura 5:</b> Estrategia de Aplicación.....	40
<b>Figura 6:</b> Estrategia de Colaboración.....	41
<b>Figura 7:</b> Estrategia de Planificación .....	42
<b>Figura 8:</b> Estrategia de Preparación de Exámenes .....	43
<b>Figura 9:</b> Estrategia de Participación .....	44

## **INDICE DE ANEXOS**

**Anexo 1:** Constelación de ideas: variable independiente

**Anexo 2:** Constelación de ideas: variable dependiente

**Anexo 3:** Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith, (SEI) Versión Adultos

**Anexo 4:** Cuestionario de Estrategias de Trabajo Autónomo

**Anexo 5:** Planificación de la Guía de Estrategias Psicopedagógicas para la autoestima y aprendizaje autónomo

**Anexo 6:** Guía de Estrategias Psicopedagógicas

## **RESUMEN EJECUTIVO**

**TEMA:** “La autoestima y el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato”

**AUTORA:** Norma Katherine Villarroel Naranjo

**TUTORA:** Mg. Yanet Díaz

### **RESUMEN:**

El presente estudio tiene como objetivo “Analizar la relación entre la autoestima y el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte”; para ello se requirió de un enfoque metodológico mixto con la aplicación de la investigación documental, descriptiva y correlacional, con los test Stanley Coopersmith, (SEI) versión adultos y Cuestionario de Estrategias de Trabajo Autónomo como instrumentos para el levantamiento de los datos; aplicados en una muestra de tipo no probabilística a conveniencia del investigador de 31 estudiantes; con el uso del Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) y Chi Cuadrado como herramientas de procesamiento de la información. Los resultados obtenidos indican que los estudiantes tienen un nivel de autoestima media alta y alta con un 83.9%; y que las dimensiones del Trabajo Autónomo aplicación y participación tienen una validación de regular. Por lo que se puede concluir que los estudiantes de tercer semestre no tienen problemas de autoestima, pero si deben mejorar sus estrategias de aprendizaje autónomo, además que no existe una correlación directa entre ambas variables porque un estudiante con autoestima alta puede tener estrategias de aprendizaje autónomo regulares y un estudiante con autoestima baja puede generar estrategias buena de aprendizaje autónomo; por lo que se acepta la hipótesis nula (H<sub>0</sub>): “La autoestima no se relaciona con el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad Técnica de Ambato”.

**PALABRAS CLAVE:** Autoestima, Aprendizaje Autónomo, Niveles, Dimensiones.

## **ABSTRACT**

**THEME:** "Self-esteem and autonomous learning of third semester students of the Pedagogy of Physical Activity and Sport career of the Faculty of Human Sciences and Education of the Technical University of Ambato of the Ambato canton".

**AUTHOR:** Norma Katherine Villarroel Naranjo

**TUTOR:** Mg. Yanet Díaz

### **ABSTRACT:**

The present study aims to "Analyze the relationship between self-esteem and autonomous learning of third semester students of the Pedagogy of Physical Activity and Sport career"; for this a mixed methodological approach was required with the application of documentary, descriptive and correlational research, with the Stanley Coopersmith test, (SEI) adult version and Autonomous Work Strategies Questionnaire as instruments for data collection; applied to a non-probabilistic sample of 31 students at the convenience of the researcher; with the use of the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) and Chi-Square as data processing tools. The results obtained indicate that the students have a medium high and high level of self-esteem with 83.9%; and that the dimensions of Autonomous Work, application and participation have a validation of regular. Therefore, it can be concluded that third semester students do not have self-esteem problems, but they should improve their autonomous learning strategies, and that there is no direct correlation between both variables because a student with high self-esteem can have regular autonomous learning strategies and a student with low self-esteem can generate good autonomous learning strategies; therefore, the null hypothesis (Ho) is accepted: "Self-esteem is not related to autonomous learning of third semester students of the Pedagogy of Physical Activity and Sport career of the Technical University of Ambato".

**KEY WORDS:** Self-esteem, Autonomous Learning, Levels, Dimensions.

# CAPITULO 1

## MARCO TEÓRICO

### **1.1. Antecedentes Investigativos:**

Para la presente investigación se han analizado diferentes estudios previos en función de las variables, lo que permite identificar información relevante e importante, dichos antecedentes se han recopilado de distintas fuentes bibliográficas de revistas indexadas y repositorios universitarios.

En España, Lahuerta (2019); en su investigación titulada “La autoestima y motivación en el proceso de enseñanza-aprendizaje”, en la que argumenta sobre la incidencia de la autoestima, autoconcepto, motivación y desarrollo de las habilidades de cinco estudiantes con edades comprendidas entre 14 y 17 años de edad, con el objetivo de identificar los niveles de autoestima de los adolescentes y cómo influyen las técnicas del docente en el proceso educativo; obteniendo que los adolescentes mantenían un estado de autoestima baja en las dimensiones persona, social y académico. Permitiendo proponer varias alternativas que permitan motivar y desarrollar una alta autoestima en los estudiantes, a través del uso de materiales didácticos, clases experimentales, entre otras actividades; mejorando el estado de las competencias y autonomía de los estudiantes; así como, su conexión afectiva, estimulando la motivación por el aprendizaje.

Una segunda investigación realizada en España es la de González (2018); quien estudia sobre la “Influencia que tiene la autoestima en los procesos de aprendizaje en estudiantes universitarios” considerando una muestra de 122 estudiantes, utilizando una metodología de análisis clúster teniendo en cuenta cómo los estudiantes perciben el aprendizaje y se les evaluó su nivel de autoestima; obtienen los resultados en los cuales se dividen a los estudiantes en tres grupos que son los reflexivos, los optimistas y baja autoestima. Se obtuvo que el 35,78% de estudiantes pertenecieron al grupo de bajo autoestima lo que demuestra la relación entre las dos variables. En conclusión, las “estrategias de pensamiento reflexivas e

independientes, obtienen un mayor incremento del aprendizaje y de la confianza de los estudiantes” (p. 791).

Según el estudio de González et al., (2009); realizado en Chile, en el que remarca la importancia de las estrategias de aprendizaje y la autoestima, analizando como esto influye en su permanencia o deserción académica, se consideró una población de 371 estudiantes universitarios, para alcanzar sus objetivos se realizó la aplicación del Inventario de Autoestima de Coopersmith, asimismo se evaluaron las estrategias que aplican los estudiantes para su aprendizaje. Concluyendo que el 48% de los estudiantes que aplican de estrategias de aprendizaje “más complejas presentan significativamente mejor rendimiento académico, y significativamente menos reprobaciones que el grupo de estudiantes que utiliza estrategias de aprendizaje más simples” (p. 42).

Por otro lado, en Perú, Chilca (2017); realiza un análisis sobre la autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en 86 estudiantes universitarios, en el cual se determina que es necesario conocer el nivel de autoestima de los estudiantes, así como el rendimiento que desempeñan académicamente, obteniendo como resultado que el 5.8% de estudiantes presentan autoestima medio bajo, lo que influye en sus hábitos de estudio perjudicando directamente en su rendimiento académico. Deduciendo la importancia de la influencia de los docentes en los procesos académicos, así como las técnicas de enseñanza las cuales deben considerar las emociones y en especial impulsar la autoestima de los estudiantes.

Con lo expuesto por los autores analizados, se destaca la relación que existe entre la permanencia o deserción académica y la autoestima, determinando que, si los estudiantes tienen un buen nivel de autoestima, es poco probable que abandonen sus estudios. Además, los hábitos de estudios también son influenciados por el nivel de autoestima, mientras esta se encuentre es un estado favorable, el rendimiento académico también será destacado.



De la misma forma Espinoza (2020); realiza un estudio en Perú acerca de la relación entre la autoestima y el aprendizaje autónomo en el cual se aplicaron 2 cuestionarios para recoger los datos necesarios de 120 estudiantes de quinto grado de educación básica. Se evaluó a través de una adaptación del Inventario de Autoestima de Coopersmith, y del Test de aprendizaje autónomo, esta investigación permitió determinar a través del “estadístico de Spearman (sig. bilateral = .000 < 0.01; Rho = 0.750\*\*) que existe relación directa y significativa entre la autoestima y el aprendizaje autónomo” (p. 12).

Es importante mencionar el aporte de Canto (2018); en su trabajo en el cual relaciona la autoestima y el rendimiento académico en estudiantes de cuarto grado de educación secundaria, se eligió una muestra de 60 estudiantes, a los que se evaluó a través de dos instrumentos para medir la autoestima y para determinar el rendimiento académico, analizando las actas de calificaciones estableciendo que el 64.98% mantiene un nivel de autoestima promedio con una actitud positiva hacia sí mismo, mientras que el 12% presentan autoestima moderada y el 2% autoestima baja. Después de analizar los resultados se determina que existe una relación moderada entre la autoestima y el rendimiento académico.

Se considera el aporte que realiza Salazar (2017); en la ciudad de Ambato quien relaciona la autoestima y el aprendizaje autónomo en una muestra de 74 estudiantes de educación primaria y de 4 docentes de la Unidad Educativa Nicolás Augusto Martínez, como resultado del análisis de la aplicación de encuestas se ha determinado la incidencia que tienen los problemas de autoestima en el desarrollo del aprendizaje autónomo, deduciendo que los estudiantes al mostrar ausencia del autoconcepto y carecer del sentimiento de autoconfianza, no son capaces de identificar sus capacidades y fortalezas de sí mismos

Otra de las investigaciones realizadas en Ecuador es la de Rodríguez (2020); en la cual ejecuta el análisis de la autoestima de docentes de educación inicial y el aprendizaje emocional de niños con edades de 5 y 6 años, para llevar a cabo el estudio se evaluaron a 9 docentes de dicha área, así como a 8 padres de familia,

representantes de los menores a los que se les realizó encuestas, determinando como resultado la importancia de que los docentes muestran una alta autoestima ya que esta es transmitida a los estudiantes motivando y generando confianza, para un correcto aprendizaje en el contexto educativo.

De igual manera Zambrano (2018); establece la incidencia entre la autoestima y el aprendizaje significativo en estudiantes de tercer año de educación general básica de la Unidad Educativa La Inmaculada de la ciudad de Latacunga, la muestra para el estudio fue de 77 estudiantes y 7 docentes, la investigación permitió conocer sobre el nivel de la autoestima de los estudiantes, así como los factores que pueden incidir en el desarrollo de la autoestima, al evidenciar los bajos niveles de autoestima se realiza el análisis en función de los procesos de aprendizaje significativo, el cual se relaciona directamente con problemas de autoconcepto y autoconfianza, lo cual también afecta en rasgos de la personalidad como en la conducta de los estudiantes.

Por último, Herrera (2020); en su trabajo de investigación determina los conflictos emocionales y cómo esto influencia en el aprendizaje de estudiantes universitarios, para lo cual estableció una muestra de 7 docentes y 74 estudiantes con edades de 11 y 12 años los cuales fueron evaluados a través de encuestas con resultados que indican que el 46% de estudiantes a veces se siente melancólico; obteniendo como resultado que los problemas emocionales se relacionan directamente con dificultades durante el proceso de aprendizaje, ya que se puede determinar que se ven afectadas la atención y la motivación, produciendo episodios de ansiedad y preocupación en los estudiantes.

Es así, que el aporte que brindan las investigaciones al estudio, permite encaminar las variables hacia la obtención de resultados que permitan determinar qué tan relacionadas se encuentran; logran deducir el nivel de dependencia que existe entre las mismas.

De lo descrito se desglosa la siguiente pregunta de investigación:

- ¿Cómo se relaciona la autoestima en el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato?

## **1.2.Objetivos**

### **1.2.1. Objetivo General**

- Analizar la relación entre la autoestima y el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad De Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato.

### **1.2.2. Objetivos Específicos**

- Valorar los niveles de autoestima a través de la aplicación de un test estandarizado.
- Medir las habilidades del aprendizaje autónomo mediante un test estandarizado.
- Correlacionar los niveles de autoestima con las habilidades del aprendizaje autónomo de los estudiantes universitarios.
- Elaborar una guía digital de estrategias psicopedagógicas sobre autoestima y aprendizaje autónomo para estudiantes universitarios.

## **1.3.Descripción de los objetivos**

Para la consecución de los objetivos, se aplicará el proceso de recolección de datos a través de las técnicas de investigación Inventario y Cuestionario con los instrumentos Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith, (SEI) versión adultos y Cuestionario de Estrategias de Trabajo Autónomo.

Adicionalmente se realizará el respectivo procesamiento de datos que permitirá determinar los niveles de autoestima y las habilidades del aprendizaje autónomo en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física

y Deporte de la Facultad De Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato.

Para la correlación de las variables se identificarán aquellos criterios más relevantes a los que se les aplicará el procesamiento respectivo utilizando el Software estadístico Producto de Estadística y Solución de Servicio (SPSS).

Por último, se elaborará una guía digital con estrategias psicopedagógicas que incentivarán al desarrollo del aprendizaje autónomo, así como a mejorar la autoestima de los estudiantes universitarios.

## **1.4.Fundamentación Teórica**

### **1.4.1. La autoestima**

La autoestima corresponde al sentimiento de valor propio, el reconocer las características, habilidades y capacidades que cada uno posee, estimarse a uno mismo, así como respetarse desde cada punto de vista físico, psicológico y social. A lo largo de los años se han realizado diferentes estudios de la personalidad y del desarrollo socioemocional de los seres humanos, incluyendo así la forma del yo, en el cual se consideran la autoaprobación, el autoconcepto y la autoestima. (Laguna, 2018).

Considerando el aporte de Polaino (2004); quien denomina a la autoestima como un término de compleja descripción que está completamente ligado a la psicología, definiéndose como la forma en que cada uno se estima, esto se da puesto que cada uno conoce o debería conocer sus propias características, actitudes, aptitudes y cualidades positivas. Caso contrario al no estar consciente de dichos aspectos la estima no puede existir. Por lo cual es necesario que en el proceso de desarrollo de los niños se dé a conocer aspectos importantes como los logros y metas cumplidas, así sean sencillas, pero esto fortalecerá la autoestima desde etapas iniciales.

En cuanto al criterio de Rodríguez, (1998); quién después de diferentes estudios para conocer el funcionamiento de aprobación de la persona determina que la autoestima es un proceso que se lleva a través de diferentes pasos que empiezan por

el autorrespeto, continuando con la autoaceptación, la autoevaluación, la definición del autoconcepto y el autoconocimiento, dando lugar a la autoestima basada en valores, respeto y aceptación.

Desde el punto de vista del psicólogo Branden (2011); quien se enfocó en identificar las consecuencias que podría provocar la falta de autoestima como son crisis de ansiedad, depresión, la deserción escolar, bajo interés laboral, temor a la intimidad, consumo de alcohol o sustancias psicotrópicas, codependencia, maltrato familiar, entre otras. Lo cual remarca la importancia de una buena autoestima, y considerándola como una problemática bastante amplia.

Teniendo en cuenta estudios recientes se remarca a Pérez Villalobos (2019); que en su línea teórica define a la autoestima según dos características importantes, la primera es el sentido de autoeficacia haciendo referencia a la confianza de la labor que cumple la mente en su capacidad de pensamiento al momento de tomar decisiones, juzgar y elegir. Esto permitirá un amplio conocimiento de sí mismo en relación con la realidad, teniendo en cuenta las necesidades e intereses propios. El segundo aspecto es el sentido de mérito personal o también conocido como auto dignidad, que es la afirmación hacia la felicidad y el derecho de existir, dando paso a la correcta expresión del pensamiento, así como deseos y dificultades.

#### **1.4.2. Niveles de autoestima**

Después de conceptualizar desde diferentes perspectivas la autoestima es importante mencionar los tipos o niveles de autoestima, según diferentes autores se establecen varias tipologías, aunque estos se resumen en dos que son autoestima alta y autoestima baja de las cuales es posible derivar puntos intermedios ya que se identifican totalmente opuestos se realiza clasificaciones en base de estos. (Iniesta et al., 2014)

Se puede decir que según Coopersmith (1990); en su manual de evaluación para la autoestima se establecen cuatro niveles de autoestima: nivel bajo, nivel medio bajo, nivel medio alto y nivel alto. Estos niveles hacen referencia a cómo la persona se siente consigo mismo, la aceptación y el rechazo, considerando que la autoestima

alta es un nivel en que la persona se ama y considera como importante, mientras que en el nivel bajo la persona es negativa y conflictiva, no ha encontrado su sentido de ser o existir.

Cuando se especifica a una persona que tiene su autoestima alta se trata de alguien con un criterio de amor hacia la vida, comportamiento integral y certeza hacia sus decisiones con importancia y refleja dicha actitud. Los sujetos con la autoestima alta tienen buenas relaciones interpersonales, son motivadores y reflexivos, en muchas ocasiones llegan a ser buenos líderes ya que son proactivos y con mentalidad innovadora. (Calderón, 2017)

Cabe recalcar características de autoestima alta: las personas son capaces de identificar sus destrezas y habilidades; reconocen sus debilidades y trabajan para mejorarlas; se sienten aceptados por si mismos; no temen a opinar ante otras personas; conocen bien sus emociones, así como sentimientos expresándose de forma correcta; son participativos y colaboradores; establecen objetivos personales, esforzándose para alcanzarlos; son responsables de sus propios actos y obligaciones; entre otras características que les ayuda y permite tener un correcto estilo de vida. (Montoya & Sol, 2004)

Por el contrario, se define a la autoestima baja o ausencia de estima como un sentimiento de inferioridad fracaso y negación hacia uno mismo, en otras palabras, es el desconocimiento del valor propio que se refiere a las cualidades y habilidades que cada uno posee, la falta de respeto hace que la persona empieza a idealizar pensamientos de rechazo permitiendo que alguien más se sienta superior a él y en otros casos provocando lástima. (Montoya & Sol, 2004)

Según Polaino (2004); el tener la autoestima baja puede provocar conflictos en diferentes contextos como son el laboral, familiar, escolar, y social. Creando un ambiente tenso en el cual incluso llegan a existir confrontamientos entre compañeros, autoridades y en el caso del hogar enfrentamientos con los padres o hijos, muchas veces con actos de violencia con la pareja.

### **1.4.3. Dimensiones de la autoestima**

Las dimensiones de la autoestima corresponden a diferentes ámbitos que complementan el desarrollo de la aceptación y aprobación de cada ser humano, estas son esenciales para que exista alta autoestima desde tempranas edades para que la persona aprenda a confrontar diferentes situaciones con actitud positiva. Las dimensiones se clasifican de la siguiente manera. (Salguero & García, 2017)

Como plantea Chipana (2018); sobre la conceptualización de las dimensiones: la primera es la dimensión afectiva, que hace referencia a como la persona se mira a sí misma y cómo define sus propios rasgos, personalidad, en otras palabras, se trata de la inteligencia intrapersonal. Por consiguiente, la dimensión física, sobre todo el sentimiento de atracción física, esta dimensión se puede ver afectada por los estereotipos sociales acerca de la belleza y moda, dejando de lado la identidad.

La tercera es la dimensión social, en la que las personas se identifican como aceptadas o rechazadas por diferentes grupos, como pueden ser sus pares, menores o adultos, también el sentimiento de pertenecer o no a un conjunto determinado, según esta dimensión se puede identificar el nivel de la inteligencia interpersonal.

Otra de las dimensiones es la académica que resalta el desempeño emocional en contextos escolares y de formación educativa, tratándose de cómo se siente si buen o mal estudiante en función de su rendimiento académico y capacidad cognitiva. Finalmente, la dimensión familiar que son los sentimientos de pertenencia en dentro de la familia, así como su relación con los miembros del hogar. (García, 2017)

### **1.4.4. Aprendizaje autónomo**

En primer lugar, es necesario conocer la conceptualización de aprendizaje considerando el argumento de Moreno & Martínez (2007); quien determina que el aprendizaje es un proceso que consiste en varios factores que se produce en diferentes contextos como son el académico, social, familiar, entre otros. Produciéndose a través de experiencias vividas y componentes externos.

Definiéndose como un procedimiento inconsciente y diario, la persona aprende en cada momento de su vida, permitiendo así la resolución de problemas. Por consiguiente, el aprendizaje académico es un proceso consciente, que se basa en sapiencias y experiencias previas, integrando así los nuevos conocimientos en su estructura mental.

Además, el aprendizaje autónomo se define como un proceso en el que el estudiante se encarga de regular su propio aprendizaje, al igual que tener conciencia sobre sus procesos cognitivos y emocionales, denominado como metacognición. Se trata de la capacidad que desarrolla el estudiante para enfocarse en la solución de aspectos específicos de su aprendizaje, logrando que no solo se centre en una determinada tarea sino también en direccionar al estudiante a analizar, evaluar, planificar, revisar y controlar las acciones que realiza para lograr su aprendizaje. (Moreno & Martínez, 2007)

Desde la posición de Rué (2009); el aprendizaje autónomo se considera como un factor importante y como un punto clave para lograr el éxito en la formación universitaria, ya que su importancia radica en la capacidad que tiene el alumno recopilar la información necesaria y los métodos que utiliza para ello. Se puede decir que la autonomía se produce en estudiantes de educación superior ya que el estudiante no depende completamente del docente para desarrollar sus actividades, sino que este debe ser capaz de reemplazar este dominio por si solo a pesar que el docente siga siendo una guía, para que el estudiante desarrolle una secuencia de medios que le permitan regular y autorregularse en función de aprendizajes previos.

#### **1.4.5. Factores que intervienen en el aprendizaje autónomo**

Es importante resaltar ciertos factores que inciden en el aprendizaje autónomo y permiten que la persona lo adquiera, como menciona Moreno & Martínez (2007), cada ser humano aprende de una forma diferente, siendo esta la naturaleza con la que cada uno se desarrolló, por lo cual existen varios factores que pueden influir en el proceso de aprendizaje, los cuales son internos y externos, denominados como factores cognitivos, socio afectivos, fisiológicos y ambientales.



Cabe recalcar que dichos factores se relacionan entre sí, ya que no solamente debemos tratar sobre el factor cognitivo, puesto que es necesario contar con un criterio emocional que es el que influye en los procesos de aprendizaje, así como la motivación que permite predisponerse positivamente para adquirir los conocimientos.(Rué, 2009)

Cuando tratamos sobre el factor cognitivo nos referimos al funcionamiento cerebral, que es el encargado de procesar y jerarquizar la información que es receptada a través de los sentidos, la cual es enviada hacia las neuronas de la corteza cerebral, para así ser procesada y avanzar por diferentes etapas con un fin en específico como puede ser la aplicación de dichos contenidos en alguna actividad, creando así nuevas redes neuronales que a futuro permitirán realizar un anclaje de conocimientos. (Chica, 2017)

Con respecto a los factores socio afectivos es importante recalcar a la autoestima dentro del proceso de aprendizaje y la autonomía que permite desarrollar en los estudiantes, según Moreno & Martínez (2007); la autoestima permite que cada persona establezca un juicio de valor personal, identificando lo que ya se tiene y lo que se desea, cuando una persona está consciente de la realidad, esta puede plantearse metas en función de sus capacidades y el medio en el que se encuentra. La alta autoestima da paso a la creatividad y motiva hacia la originalidad, así como la socialización positiva y facilita la participación grupal y en proyectos.

#### **1.4.6. Técnicas de estudio para lograr un aprendizaje autónomo**

Se conoce como técnicas de estudio a diferentes herramientas que facilitan el aprendizaje y mejoran el rendimiento académico, su aplicación permite que adquirir conocimientos sea un proceso fácil. (Crispín et al., 2011). Es necesario que los estudiantes cumplan sus funciones para alcanzar los resultados por lo cual deberán planificar y administrar su tiempo de forma adecuada, categorizando y priorizando entre materias y asignaturas según la demanda que requieran.

Como Crispín et al, (2011) propone las siguientes técnicas:

- Subrayado. – se trata de remarcar las ideas esenciales y claves del texto que se está estudiando, así se establecen las ideas principales permitiendo identificar las ideas secundarias, con el fin de sintetizar la información.
- Resumen. – se realiza una redacción corta en la que se resaltan ideas claves e importantes, la escritura deberá ser con lenguaje objetivo y propio, tratando de decir precisamente lo mismo, pero con palabras propias.
- Esquemas. – los esquemas son gráficos y visuales que permiten expresar el texto, al momento de crear el esquema se deberán escribir las ideas principales, para esclarecer las características que requieren mayor atención, continuando con las ideas secundarias en orden jerárquico y a través de ramificaciones.
- Fichas de trabajo. – son fichas físicas, de papel común o cartulina, en las cuales se escribe la materia necesaria para aprender, estas fichas pueden ser bibliográficas, así como de síntesis. En la ficha se pueden registrar el número de página, datos relevantes y un breve resumen.

#### **1.4.7. Estrategias para mejorar el aprendizaje autónomo**

Las estrategias facilitan el proceso de aprendizaje autónomo ya que es pertinente mencionar que es importante que los estudiantes aprendan a aprender por lo cual se deberá enseñar a adoptar e incorporar dichas estrategias, así como enseñarles a tener conciencia sobre de qué forma están aprendiendo. (Sierra, 2012)

Como expresa Sierra (2012); es importante establecer varias estrategias que permiten el mejoramiento del aprendizaje autónomo, así como son: el desarrollo de estrategias afectivo motivacionales, desarrollo de estrategias de auto planificación, desarrollo de estrategias de autorregulación y desarrollo de estrategias de autoevaluación.

**Desarrollo de estrategias afectivo motivacionales.** – dichas estrategias son dirigidas hacia lo que los estudiantes saben sobre ellos mismos como son sus capacidades y los estilos que poseen para aprender, así también cómo se desarrolla su autoconfianza en función de sus capacidades y habilidades, logrando así una motivación intrínseca direccionadas hacia las acciones de aprendizaje y resolviendo problemas que se le presenten.

**Desarrollo de estrategias de auto-planificación.** – se trata de estrategias que direccionen el proceso de aprendizaje por medio de un plan de estudio que sea realista y efectivo. Dicho plan dará acceso a los estudiantes a conocer sobre las tareas a realizar y bajo qué condiciones lo deberán hacer.

**Desarrollo de estrategias de autorregulación.** – permite identificar y establecer estrategias para acceder al proceso de aprendizaje, así como la supervisión de las actividades que se están llevando a cabo para alcanzar los objetivos propuestos, reconociendo los obstáculos y dificultades que se puedan presentar con el fin de darles solución.

**Desarrollo de estrategias de autoevaluación.** – se plantean formas evaluativas del proceso de aprendizaje que se ha llevado, como son las tareas y actividades utilizadas para aprender, también permiten dar valor en función de si la planificación realizada es pertinente o no para alcanzar las metas.

#### **1.4.8. Importancia de la autoestima en la formación académica**

La autoestima y la formación académica están estrechamente ligados, así como afirma Fernández et al., (2003); la autoestima alta influye en los procesos para un aprendizaje significativo ya que se producen altas expectativas acerca de lo que los estudiantes se plantean superando los estereotipos, resolviendo conflictos internos, así como permite la correcta formación de relaciones sociales las cuales están basadas en el diálogo, logrando el éxito académico. Cuando la autoestima es alta el estudiante reconocerá sus capacidades para aprender, así como sus debilidades, lo que favorecerá a la colaboración entre compañeros.

Por otro lado Chilca (2017); menciona que la autoestima puede influir directamente en el éxito o fracaso académico, por lo cual la importancia de una formación que considere los aspectos psicológicos y emocionales de cada uno de los estudiantes, para así lograr un proceso más llevadero de enseñanza y aprendizaje. Así como cuando se presentan casos de baja autoestima la persona es vulnerable a destruir su autoconcepto, perdiendo seguridad y dando paso a las críticas y comentarios negativos, creando un autoconcepto perjudicial que impedirá que se obtenga un aprendizaje significativo, llevándolo así al fracaso escolar.

También Padrón & Hernández (2005); manifiesta la necesidad de la autoestima alta en docentes, ya que son los principales actores del proceso de enseñanza, ya que transmiten seguridad y confianza a sus estudiantes, impartiendo sus conocimientos con un valor adicional ya que este será más creativo e innovador en cada proceso, teniendo así éxito en su labor y terminará reflejando esa seguridad y confianza en cada estudiante, motivando y resaltando habilidades y capacidades de los alumnos.

La autoestima es importante para que el estudiante desarrolle un aprendizaje autónomo, ya que al reconocer sus capacidades, habilidades y aptitudes este podrá trabajar individualmente para construir nuevos objetivos y metas, también se trata de una relación en la que el estudiante se formará con un criterio íntegro el cual le permitirá avanzar con seguridad en sus decisiones y anhelos. (Campo & Martínez, 2009)

## **CAPÍTULO II METODOLOGÍA**

### **2.1. Materiales**

Para el desarrollo de un proceso investigativo es preciso el requerimiento de diferente tipo de materiales o recursos; los mismos que se describen a continuación:

#### **2.1.1. Recursos institucionales**

Estos recursos están relacionados con todos aquellos proporcionados o facilitados por la institución de educación superior; y que fueron:

- Espacios académicos a través de plataformas virtuales de la Universidad Técnica de Ambato
- Acceso a la biblioteca virtual de la Universidad Técnica de Ambato.
- Disponibilidad de acceso a bases de datos científicos.
- Plataformas virtuales para el desarrollo de la investigación mediante tutorías.
- Plataformas virtuales de la institución para la obtención de información y datos correspondientes de la unidad de titulación.

#### **2.1.2. Recursos Materiales**

Los recursos materiales utilizados en el proceso investigativo fueron:

- Impresiones de documentos puntuales
- Materiales didácticos como papel y lápiz
- Test estandarizados

#### **2.1.3. Recursos Tecnológicos**

Los recursos tecnológicos necesarios para la investigación fueron:

- Laptop
- Internet
- Dispositivos móviles
- Software estadístico
- Aplicaciones digitales (Formularios de Google)

#### 2.1.4. Recursos humanos

Se contó con la participación activa de 31 estudiantes de tercer semestre de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad De Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato; con la respectiva autorización del coordinador de carrera se pudo realizar el estudio. También fue necesaria la relación con los docentes para poder acceder a las aulas de clases virtuales para la respectiva socialización de la actividad, aplicación de la Escala de Autoestima de Coopersmith para Adultos y del Cuestionario virtual para medir el Aprendizaje Autónomo.

Este proceso se realizó por medio de la plataforma virtual Zoom con un aproximado de 15 minutos para la socialización del tema de investigación, 15 minutos para la aplicación del test y 15 minutos para la aplicación del cuestionario, para lo cual se requirió de 2 reuniones con un total de 45 minutos, la aplicación de los test fue de forma colectiva.

Las personas que intervinieron en el proceso son:

- **Autor del proyecto:** Norma Katherine Villarroel Naranjo
- **Tutora:** MSc. Yanet Díaz

#### 2.1.6. Recursos Económicos

Los recursos económicos necesarios para la realización de la investigación fueron:

**Tabla 1:** Presupuesto

<b>Descripción</b>	<b>Costos</b>
<b>Internet</b>	\$60
<b>Imprevistos</b>	\$20
<b>Total</b>	\$80

**Fuente:** Elaboración propia

## **2.2. Métodos**

### **2.2.1. Enfoque de la Investigación**

El enfoque de la investigación tiene carácter de mixto; porque requiere de la aplicación de la perspectiva cualitativa y cuantitativa en el mismo estudio, para obtener resultados derivados de sus variables.

#### **Cualitativa:**

La investigación cualitativa describe cualidades referentes a las variables en función de la realidad. (Cadena et al., 2017). Mediante este enfoque se pudo identificar todas aquellas cualidades referentes a la autoestima y el aprendizaje autónomo; a través de las cuales se puede fundamentar los principios teóricos de las variables.

#### **Cuantitativa:**

La investigación cuantitativa llevó a cabo un proceso secuencial el cual fue evidenciable, que permitirá determinar la hipótesis planteada. (Cadena et al., 2017). Con este enfoque, se llevó a cabo el tratamiento de los datos numéricos para el análisis de los resultados, así como la correlación de las variables escogidas que aprobaron o negaron la hipótesis con el soporte estadístico.

### **2.2.2. Fundamentación**

#### **Investigación Bibliográfica o Documental**

Se ha realizado una investigación bibliográfica documental, que contó con una recopilación teórica de diferentes fuentes como: libros, documentos, revistas indexadas, tesis, entre otras. Con el fin de obtener el respectivo sustento acerca de las variables la autoestima y el aprendizaje autónomo. Asimismo, se han considerado diferentes teorías, autores y enfoques los cuales contribuyeron en la identificación de técnicas y estrategias psicopedagógicas para impulsar el mejoramiento del proceso de aprendizaje de los estudiantes. (Hernandez et al., 2014)

### **2.2.3. Tipos de Investigación**

#### **Investigación Descriptiva**

La presente investigación es de tipo descriptivo; y de acuerdo con Gómez (2009); se caracteriza por la descripción de cada hecho, así como fenómeno, individuo o grupo, permitiendo identificar como se encuentran estructurados o cómo funcionan sus comportamientos; determinando así las características del problema y el contexto en el que se desarrolla, aplicando técnicas para valorar y alcanzar los objetivos con información concreta acerca de la autoestima y aprendizaje autónomo.

#### **Investigación Correlacional:**

El estudio realizado también es de tipo correlacional ya que se enfoca hacia la relación existente entre las dos variables que son la autoestima y el aprendizaje autónomo, considerando los diferentes factores que intervienen, asimismo las necesidades que presenten los estudiantes, con el fin de modificar una de las variables y en función de la otra obtener un mejor proceso de aprendizaje. (Cruz del Castillo et al., 2014)

### **2.2.4. Técnicas e Instrumentos**

#### **Inventario**

El inventario es una Escala de Autoestima de Coopersmith para Adultos perteneciente al autor Stanley Coopersmith. Es un documento estandarizado con el cual se puede administrar de forma colectiva o individual a personas de 16 años en adelante, con una duración de aproximadamente 15 minutos y un total de 25 preguntas con dos opciones de respuesta que son verdadero o falso según los criterios; cuenta, además con una confiabilidad del 0.78 y 0.92 (Coopersmith, 1967). La finalidad del test es valorar la apreciación de sí mismo en diferentes áreas como: personal, social y familiar en función de la experiencia. Para agilizar la conducción y accesibilidad del inventario se lo digitalizó utilizando la herramienta de Google Forms.



## **Cuestionario**

El Cuestionario de Estrategias de Trabajo Autónomo (CETA) es una técnica que permitió medir el nivel de aprendizaje autónomo de los estudiantes universitarios; cuya autora es Mercedes López Aguado, del Departamento de Psicología, Sociología y Filosofía de la Universidad de León. La aplicación es de tipo individual o colectiva y se encuentra conformado por 45 preguntas con respuestas categorizada en una escala de Likert con alternativas de nunca, pocas veces, algunas veces, muchas veces y siempre. El test puede emplearse en personas a partir de los 17 años, con un tiempo de duración aproximado de 15 a 20 minutos y una confiabilidad del 0.83 y 0.88. (López Aguado, 2010). La finalidad de este instrumento es evaluar el desempeño autónomo de los estudiantes universitarios. Este cuestionario fue digitalizado por medio de la aplicación Google Forms y su socialización se realizó por medio de la plataforma Zoom, así como su respectiva explicación y aplicación a la población.

### **2.2.4. Población y Muestra**

De acuerdo con Arias (2016); la población es un conjunto de elementos ya sea finito o infinito, con características similares entre sí. Mientras que la muestra es el subconjunto derivado de la población.

El criterio de selección se encuentra comprendido por:

1. Estudiantes de la Universidad Técnica del Cantón Ambato
2. Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte
3. Tercer Semestre
4. Edades entre 19 y 21 años
5. Sexo indiferente

Se ha elegido a los estudiantes de tercer semestre porque ya han cursado su primer año de estudios universitarios, lo que les ha permitido definir sus técnicas de estudios para las diferentes asignaturas; y que además conocen el sistema universitario.

**Población:** Para el estudio, la población está constituida por 31 estudiantes de tercer semestre de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad De Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato.

**Muestra:** La muestra para efectos de estudio, se encuentra conformada por la totalidad de los individuos que forman la población. Al ser un número manejable para el investigador, es posible tratar los criterios aportados, sin alterar las variables.

**Tipo de muestreo:** El tipo de muestreo es no probabilístico a conveniencia del investigador, ya que no se utilizaron criterios específico para seleccionar la muestra.

### 2.2.5. Operacionalización de las Variables

**Tabla 2:** Operacionalización de las variables

Variable	Conceptualización	Categoría	Técnica	Instrumento
<b>Independiente:</b> La autoestima	Es la evaluación que el individuo hace y mantiene por costumbre sobre sí mismo, expresa una actitud de aprobación e indica el grado en el que el individuo se cree capaz, importante, exitoso y valioso. Es decir, es el juicio personal de valor que se expresa en las actitudes que el individuo mantiene acerca de sí mismo (Coopersmith, 1967)	General	Inventario	Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith, (SEI) versión adultos
		Social		
		Familiar		
		Indicadores		
<b>Dependiente:</b> Aprendizaje autónomo	“El aprendizaje autónomo se define como un proceso en el que el estudiante se encarga de regular su propio aprendizaje, al igual que tener conciencia sobre sus procesos cognitivos y emocionales, denominado como metacognición” (Moreno & Martínez, 2007)	De Ampliación	Cuestionario	Cuestionario de Estrategias de Trabajo Autónomo
		De Colaboración		
		De Conceptualización		
		De Planificación		
		De Preparación de exámenes		
		De Participación		

Fuente: Villarroel, 2021

### 2.2.6. Hipótesis

De acuerdo con Hernández et al. (2014): “Las hipótesis son las guías de una investigación o estudio, indican lo que tratamos de probar y se definen como explicaciones tentativas del fenómeno investigado” (p. 104). Bajo el concepto planteado; se definen como hipótesis nula y alternativa del estudio las descritas a continuación:

- **Ho:** La autoestima no se relaciona con el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato.
- **Ha:** La autoestima se relaciona con el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato.

### 2.3. Recolección de información

Para el levantamiento de información respectiva, se utilizaron dos tipos de instrumentos de evaluación; el primero fue destinado para valorar el estado de la autoestima y el segundo para determinar el aprendizaje autónomo.

#### **Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith, (SEI) versión adultos**

El inventario de Coopersmith, es un marco conceptual que sirve de base para la medición de la autoestima; o también para su modificación.

Los criterios de construcción del inventario, se encuentran fundamentados en investigaciones clínicas y experimentales pedidos por padres de niños en edad escolar, para analizar las razones que derivaron en dificultad del aprendizaje o el desinterés escolar. Además, se encuentra “basado en la creencia de que la autoestima, está significativamente asociada con la satisfacción personal y con un funcionamiento efectivo” (Paz, 2017, p. 3)

El inventario se encuentra conformado por 25 ítems, los mismos que se deben responder términos negativos o positivos; siempre y cuando la persona se sienta identificada con los mismos, estos ítems se encuentran agrupados por áreas que analizan el yo general, el aspecto social parental y lo académico. La valoración de cada ítem es de 4 puntos, si la respuesta es positiva y el sumatorio total del inventario es de 100 puntos; sin embargo, la ponderación varía dependiendo del grado de identificación que tiene la persona con el criterio.

Para la interpretación del puntaje obtenido, se realiza una interpretación a base de cuartiles en dónde; “los extremos miden la alta y baja autoestima y los cuartiles centrales miden la autoestima media” (Paz, 2017, p. 4); por lo que los niveles de autoestima según el inventario son:

**Tabla 3:** Niveles de Autoestima

<b>Cuartiles</b>	<b>Niveles</b>
0 a 24	Nivel de Autoestima Bajo
25 a 49	Nivel de Autoestima Medio bajo
50 a 74	Nivel de Autoestima Medio alto
75 a 100	Nivel de autoestima Alto

**Fuente:** Coopersmith, 1967

### **Cuestionario de Estrategias de Trabajo Autónomo**

El Cuestionario de Estrategias de Trabajo Autónomo (CETA), es un instrumento “entrado en la medida de las estrategias de trabajo autónomo en estudiantes universitarios, en el contexto de la forma actual de la enseñanza superior, siendo éste uno de los pilares para la formación en competencias” (Pegalajar, 2020, p. 35).

El instrumento consta de seis variables con un total de 45 ítems que corresponde a diferentes dimensiones que valoran las estrategias del trabajo autónomo del estudiante; las mismas que son:

- Estrategias de ampliación 9 ítems
- Estrategias de colaboración 11 ítems
- Estrategias de conceptualización 8 ítems
- Estrategias de planificación 5 ítems

- Estrategias de preparación de exámenes      6 ítems
- Estrategias de participación                      6 ítems

Para la solución del cuestionario se estableció “el diseño de escala de tipo Likert, con formato de respuesta cerrado con cinco opciones numeradas del 1 al 5, que se contesta teniendo en cuenta el siguiente código: 1-Nunca; 2-Pocas veces; 3-Algunas veces; 4-Muchas veces; 5-Siempre” (López Aguado, 2010, p. 84)

Finalmente, el instrumento “posee cualidades psicométricas, habiendo comprobado, para el análisis del poder discriminativo de los ítems, su adecuada distribución, así como el elevado coeficiente de fiabilidad (0,898). Por su parte, el índice Kaiser-Meyer-Olkin (KMO = 0,845) informa de una correcta adecuación muestral”(Pegalajar, 2020, p.36)

## **2.4. Procesamiento y Análisis**

### **Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)**

El SPSS, es un sistema estadístico que permite el desarrollo de una amplia gama de análisis, entre las cuales se encuentra la estadística descriptiva, bivariada, regresiones, gráficos; además, permite realizar tabulaciones, frecuencias, cruces de información, correlaciones, etc. (Software SPSS, 2019)

El ingreso de la información al SPSS, se realizó siguiendo los protocolos de ingresos establecidos por el software, para lo cual se le asignó un nombre y etiqueta a cada variable; para seguidamente establecer etiquetas de valor a cada uno de los criterios contenidos en las variables; esto datos son ingresados en la etiqueta de vista de variables.

En la pestaña de vista de datos, se procedió a ingresar las etiquetas de valor asignadas para cada criterio y de acuerdo a la variable; para de esta manera completar la base de datos que permitirá establecer los resultados.

### **Chi Cuadrado o Ji Cuadrado**

El Chi Cuadrado “es una distribución de probabilidad que sirve para someter a prueba hipótesis referidas a distribuciones de frecuencias. En términos generales, esta prueba contrasta frecuencias observadas con las frecuencias esperadas de acuerdo con la hipótesis nula” (Quevedo, 2011, p. 1).

El cálculo se realiza bajo los siguientes pasos:

1. Plantear la hipótesis
2. Obtener las frecuencias para los criterios
3. Determinar el estadístico de prueba
4. Luego se ubica el estadístico de prueba en la tabla de Chi cuadrado
5. Se establecen las conclusiones

Según Quevedo (2011):

Si existe concordancia perfecta entre las frecuencias observadas y las esperadas el estadístico tomará un valor igual a 0; por el contrario, si existe una gran discrepancia entre estas frecuencias el estadístico tomará un valor grande y, en consecuencia, se rechazará la hipótesis nula. Así pues, la región crítica estará situada en el extremo superior de la distribución Chi-cuadrado con  $k-1$  grados de libertad. (p. 2)

## CAPÍTULO III RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 3.1. Análisis y Discusión de los Resultados

El análisis de los datos generó los siguientes resultados:

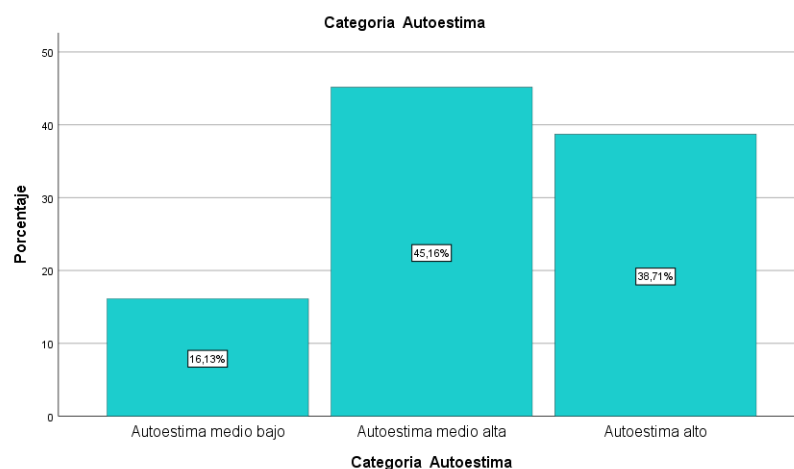
#### 3.1.1. Nivel de autoestimas

**Tabla 4:** Categoría de Autoestima

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Autoestima bajo	0	0	0	0
Autoestima medio bajo	5	16,1	16,1	16,1
Autoestima medio alta	14	45,2	45,2	61,3
Autoestima alto	12	38,7	38,7	100,0
Total	31	100,0	100,0	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

**Figura 1:** Categorías de Autoestima



**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

#### Análisis e interpretación

Los estudiantes de tercer semestre de la carrera Pedagogía de la Actividad Física y Deporte presentan una incidencia de autoestima medio alta del 45.16%; de autoestima alta del 38.7% y de autoestima medio baja del 16.1%. Lo que indica que la mayoría de estudiantes tienen rasgos de autoestima alta, haciendo referencia que tienen confianza en sí mismos, aceptan y reconocen sus capacidades, así como sus dificultades, impulsándose a cambiar y mejorar, con el fin de conservar su valor y



respetar el valor de los demás. Por otra parte, los jóvenes con autoestima medio alta, comprenden a un grupo promedio en el cual se consideran las habilidades, errores y capacidades. En este caso no se puede asegurar que siempre se mantendrán con la autoestima alta, ya que en ocasiones pueden existir situaciones que afecten la creencia en sí mismo. Finalmente, cuando se trata de autoestima medio baja y baja, se identifican características en las que la persona no se siente aceptada por sí mismo y por los demás, es vulnerable ante las críticas, tiene cambios de humor repentinos, suele aislarse y en muchos casos se esfuerza por complacer a las demás personas olvidando su valor propio.

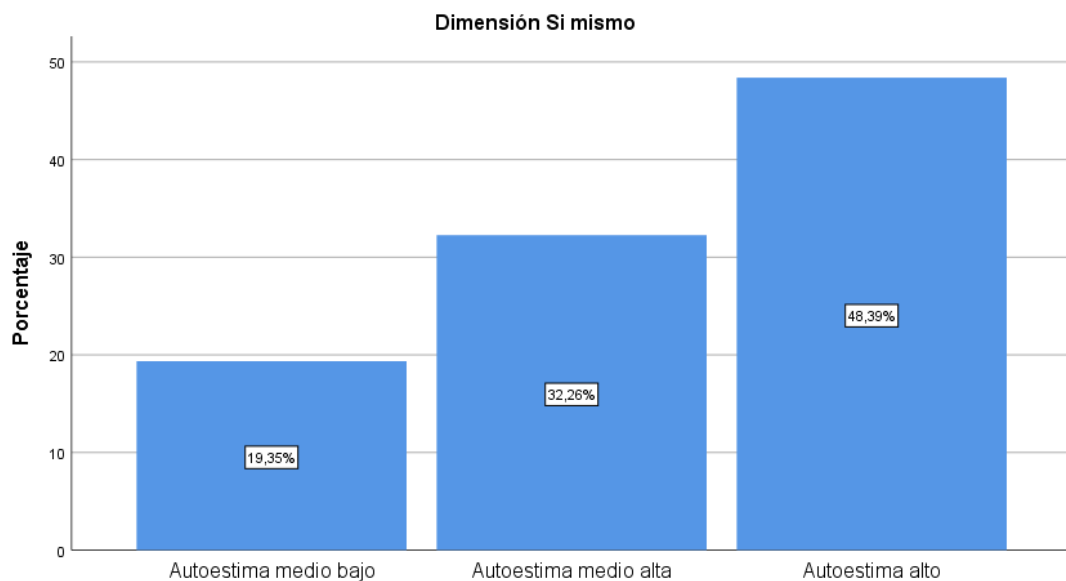
### 3.1.2. Dimensiones de la autoestima

**Tabla 5:** Dimensión de autoestima - Sí mismo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Autoestima bajo	0	0	0	0
Autoestima medio bajo	6	19,4	19,4	19,4
Autoestima medio alta	10	32,3	32,3	51,6
Autoestima alto	15	48,4	48,4	100,0
Total	31	100,0	100,0	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

**Figura 2:** Dimensión Sí mismo de Autoestima



**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

### Análisis e interpretación

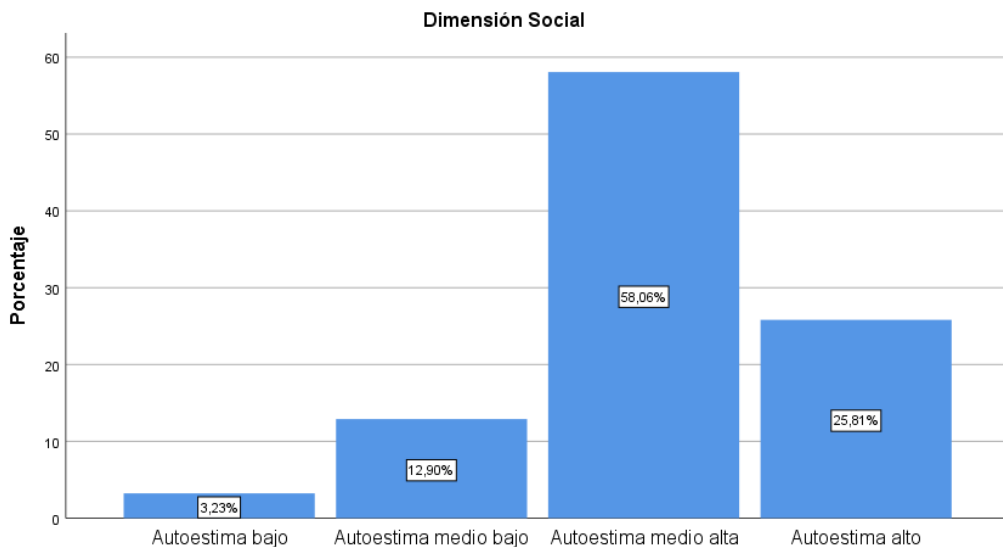
De acuerdo con los resultados obtenidos, la dimensión Sí mismo presenta un nivel de autoestima alto del 48.39%; medio alto del 32.3% y medio bajo del 19.4%. Se identifica como nivel alto cuando la persona reconoce su propio valor, establece objetivos, tiene confianza en sus habilidades, conocimientos y creencias, siempre está dispuesto a mejorar y avanzar con sus proyectos personales y profesionales. Mientras que el nivel medio alto, es una posición en la que la persona se atribuye como alguien con alta autovaloración, pero se pueden identificar rasgos que denoten baja autoestima; pero al tratarse de un nivel medio bajo la persona presenta sentimientos negativos sobre sí mismo, se sienten menos importantes que los demás, en muchas situaciones se están comparando con otras personas y no son capaces de mantener sus creencias.

**Tabla 6:** Dimensión de autoestima - Social

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Autoestima bajo	1	3,2	3,2	3,2
Autoestima medio bajo	4	12,9	12,9	16,1
Autoestima medio alta	18	58,1	58,1	74,2
Autoestima alto	8	25,8	25,8	100,0
Total	31	100,0	100,0	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

**Figura 3:** Dimensión Social de Autoestima



**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

### Análisis e interpretación

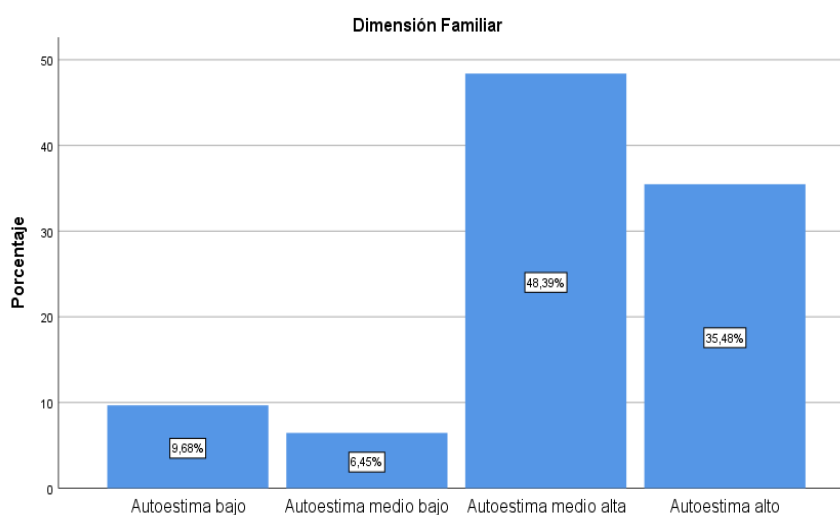
En el análisis de los resultados obtenidos, la dimensión Social presenta un nivel de autoestima medio alto del 58.06%; alto del 25.8%; medio bajo del 12.9% y bajo del 3.2%. En base a los resultados se puede tener en cuenta que la mayoría de estudiantes pertenecen a la valoración medio alta y alta, estableciendo que son personas que se sienten aceptadas socialmente, se adaptan con facilidad ante contextos sociales diferentes a los que acostumbran, pueden trabajar en equipo y son colaborativos. Cuando se trata de niveles bajos de autoestima social, la persona se siente poco aprobada, espera que el grupo social se lo demuestre, a pesar que presenta dificultad para identificar que es aceptado, por lo general depende de las personas que le muestran afecto.

**Tabla 7:** Dimensión de autoestima - Familiar

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Autoestima bajo	3	9,7	9,7	9,7
Autoestima medio bajo	2	6,5	6,5	16,1
Autoestima medio alta	15	48,4	48,4	64,5
Autoestima alto	11	35,5	35,5	100,0
Total	31	100,0	100,0	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

**Figura 4:** Dimensión Familiar de Autoestima



**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

### Análisis e interpretación

De acuerdo con los resultados obtenidos, la dimensión Familiar presenta un nivel de autoestima medio alto del 48.4%; alto del 35.5%; bajo del 9.7% y medio bajo del 6.5%. Se determina que la mayoría de estudiantes tiene un nivel alto y medio alto en la dimensión familiar, lo que demuestra que se existe buena relación entre los miembros del hogar, existen sentimientos de confianza y respeto, se reconocen reglas y normas, así como las actitudes de independencia. Por otra parte, los estudiantes que presentan niveles bajo y medio bajo, pueden tener dificultades para relacionarse con los miembros del hogar, existe inseguridad y dependencia, tienen sentimientos negativos hacia la familia.

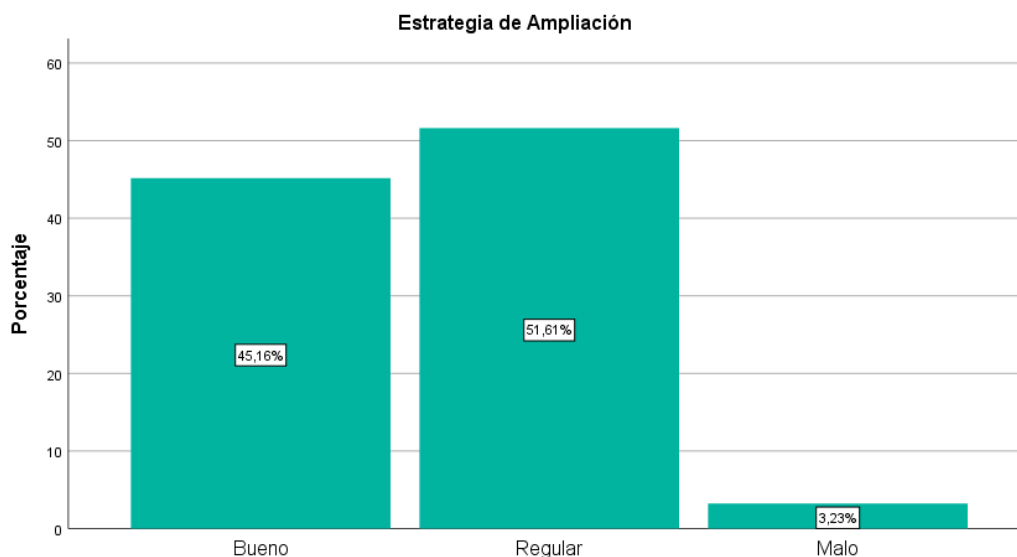
### 3.1.3. Trabajo Autónomo

**Tabla 8:** Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Aplicación

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bueno	14	45,2	45,2	45,2
Regular	16	51,6	51,6	96,8
Malo	1	3,2	3,2	100,0
Total	31	100,0	100,0	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

**Figura 5:** Estrategia de Aplicación



**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

### Análisis e interpretación

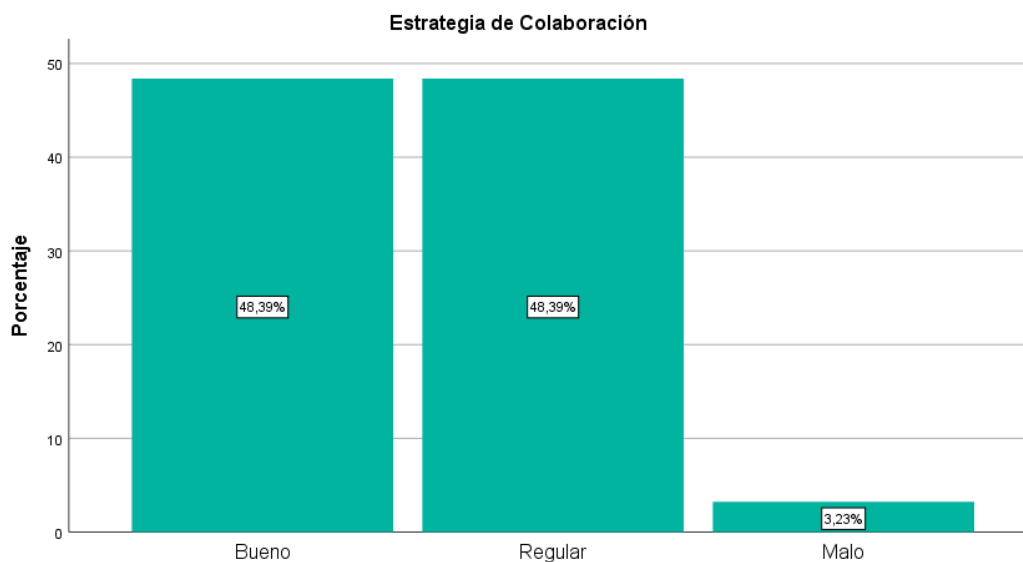
De acuerdo con los resultados obtenidos el 51.61% de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte presentan estrategias de aplicación regular, en cambio el 45.2% mantiene buenas estrategias de aplicación y el 3.2% cuenta con estrategias de aplicación malas; esto significa que en gran medida no buscan o elaboran materiales de estudio y/o complementarios. Los estudiantes que tienen un buen nivel en la presente dimensión, utilizan y crean recursos innovadores que les permitan ampliar sus conocimientos, así como la búsqueda de información necesaria para comprender los temas tratados en su formación diaria.

**Tabla 9:** Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Colaboración

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bueno	15	48,4	48,4	48,4
Regular	15	48,4	48,4	96,8
Malo	1	3,2	3,2	100,0
Total	31	100,0	100,0	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

**Figura 6:** Estrategia de Colaboración



**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

### Análisis e interpretación

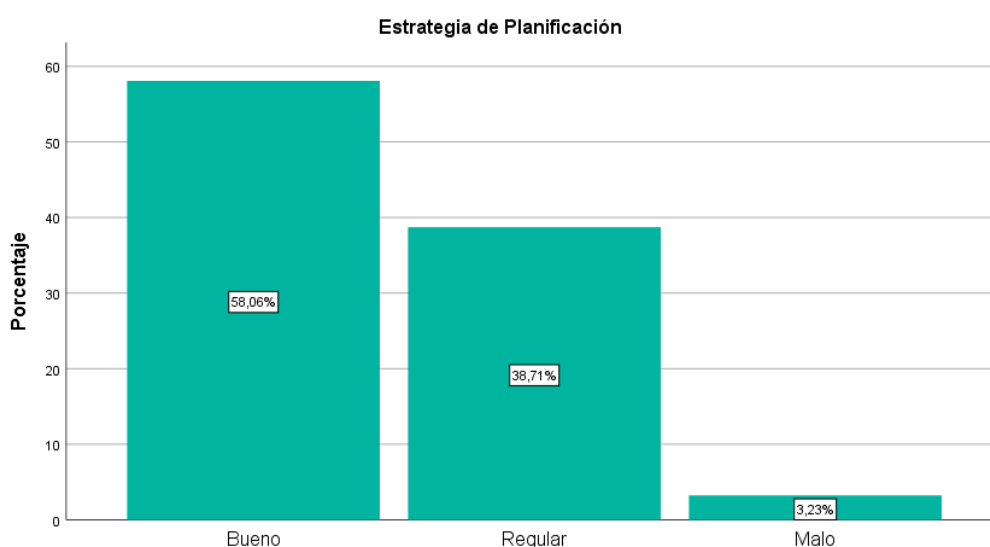
De acuerdo con los resultados obtenidos de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, existe una repartición equitativa entre la ponderación buena y regular de la estrategia colaborativa con un 48.39% y solo un 3.2% tiene estrategias de colaboración malas, lo que significa que hay un grupo que mantienen tratos amigables entre las actividades grupales y las relaciones entre compañeros; mientras que el otro grupo no puede adaptarse con facilidad a estas situaciones.

**Tabla 10:** Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Planificación

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bueno	18	58,1	58,1	58,1
Regular	12	38,7	38,7	96,8
Malo	1	3,2	3,2	100,0
Total	31	100,0	100,0	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

**Figura 7:** Estrategia de Planificación



**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo con los resultados obtenidos de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, el 58.06% mantienen estrategias de planificación buenas; en cambio el 38.7% tiene estrategias de planificación regulares y solo un 3.2% posee malas estrategias de planificación; lo

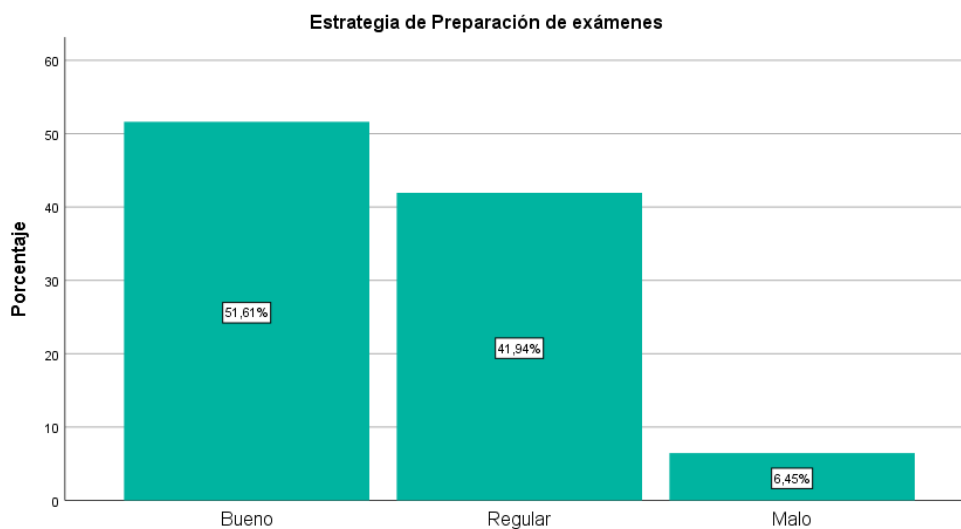
que indica que no presentan complicaciones para programar y distribuir el tiempo para la elaboración de tareas y trabajos. Los estudiantes que presentan mala planificación, pueden tener dificultad en su organización de tiempo y actividades pendientes.

**Tabla 11:** Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Preparación de exámenes

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bueno	16	51,6	51,6	51,6
Regular	13	41,9	41,9	93,5
Malo	2	6,5	6,5	100,0
Total	31	100,0	100,0	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

**Figura 8:** Estrategia de Preparación de Exámenes



**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo con los resultados obtenidos de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, el 51.61% presenta estrategias de preparación de exámenes buenas, mientras que el 41.9% cuenta con estrategias de preparación de exámenes regulares y un 6.5% tiene problemas con las estrategias de preparación de exámenes; lo que indica que están pendientes de

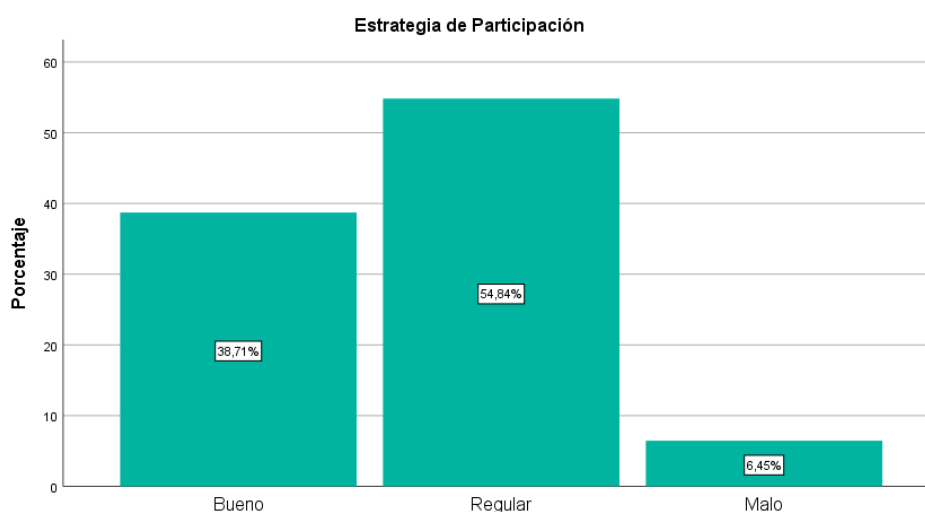
la organización de sus actividades; de tal manera que puedan contar con el espacio de tiempo suficientes para prepararse para un examen. Es importante mencionar que los estudiantes con un buen nivel de preparación de exámenes organizan sus actividades incluyendo tiempos de descanso. Mientras que los que presentan un nivel regular y malo, no estudian con anterioridad ni organizan prioridades para el tiempo de estudio.

**Tabla 12:** Dimensión de Trabajo Autónomo - Estrategia de Participación

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bueno	12	38,7	38,7	38,7
Regular	17	54,8	54,8	93,5
Malo	2	6,5	6,5	100,0
Total	31	100,0	100,0	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

**Figura 9:** Estrategia de Participación



**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

### **Análisis e interpretación**

De acuerdo con los resultados obtenidos de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, el 54.84% mantiene estrategias de participación regulares, en cambio el 38.7% tiene buenas estrategias de participación y solo el 6.5% tiene malas estrategias de participación; lo que indica que existe un grupo que no aporta criterios durante las participaciones en



clases; que presenta inasistencias frecuentes a clases o que simplemente no busca aclarar sus dudas.

### **Discusión de los Resultados**

A partir de los resultados obtenidos, existen muy pocos estudiantes con autoestima media baja, es decir, la incidencia se focaliza en la media alta y alta con un 83.9%; sin embargo, la dimensión familiar presenta niveles de autoestima bajo del 3.2%. Adicionalmente se puede establecer que todas las dimensiones del Trabajo Autónomo tienen los tres niveles de valoración (bueno, regular y malo), pero solo las estrategias de aplicación y participación tienen su mayor incidencia en la validación de regular.

Lo expuesto se complementa con lo identificado por Covas et al. (2017) en su estudio sobre Aprendizaje Autónomo; en donde consideran que “Los estilos de aprendizaje pueden ser de gran ayuda para lograr un mejor rendimiento académico considerando que se puede conocer el estilo preferido de los estudiantes para adquirir y procesar la información, elevar el autoestima, confianza y seguridad” (p.211)

En cambio, resultados del estudio de Chilca (2017) evidencian que “no existe una influencia significativa entre la autoestima y el aprendizaje autónomo, pero sí entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes” (p. 72). Mientras tanto en su estudio Quintero & Zárate (2016) concluyen que existe una “relación significativa entre el promedio de rendimiento académico derivado del aprendizaje autónomo y las dimensiones de amor y amistad, las cuales son parte de la autoestima” (p. 18).

Por lo que los factores que pueden influenciar la autoestima son diversos, creando situaciones en los estudiantes en las que los niveles pueden estar bajos, medios o altos, pero es preciso establecer si la variación de estos niveles, influyen de alguna manera en los procesos de aprendizaje autónomo que un universitario debe desarrollar, y si realmente un estudiante con autoestima baja o media baja deja de realizar alguna de las estrategias analizadas del aprendizaje autónomo.

### 3.2. Verificación de la Hipótesis

Las hipótesis planteadas para la presente investigación son:

- **Ho:** La autoestima no se relaciona con el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato.
- **Ha:** La autoestima se relaciona con el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato.

Se aplicó la prueba Chi cuadrado, obteniendo los siguientes resultados:

**Tabla 13:** Tabla cruzada Categoría autoestima\* Aprendizaje Autónomo

		Aprendizaje Autónomo			Total	
		Bueno	Regular	Malo		
Categoría autoestima	Autoestima bajo	Recuento	0	0	0	0
		Recuento esperado	0	0	0	0
		% dentro de Categoría autoestima	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
		Residual	0,8	-0,8	0	0
	Autoestima medio bajo	Recuento	5	0	0	5
		Recuento esperado	4,2	0,8	0	5
		% dentro de Categoría autoestima	100,00%	0,00%	0,00%	100,00%
		Residual	0,8	-0,8	0	
	Autoestima medio alta	Recuento	11	3	0	14
		Recuento esperado	11,7	2,3	0	14
		% dentro de Categoría autoestima	78,60%	21,40%	0,00%	100,00%
		Residual	-0,7	0,7	0	
	Autoestima alto	Recuento	10	2	0	12
		Recuento esperado	10,1	1,9	0	12
		% dentro de Categoría autoestima	83,30%	16,70%	0,00%	100,00%
Residual		-0,1	0,1	0		
Total	Recuento	26	5	0	31	
	Recuento esperado	26	5	0	31	
	% dentro de Categoría autoestima	83,90%	16,10%	0,00%	100,00%	

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

Para los cálculos se ha utilizado un nivel de significancia del 0.05; indicando la existencia de una probabilidad del 0.95 de que la hipótesis nula sea verificable o verdadera.

En la tabla 13, se observa la relación que existe entre variable, y de acuerdo a las dimensiones analizadas se encontró:

- No existen estudiantes con baja autoestima y problemas de aprendizaje autónomo
- Se identifican estudiantes con autoestima medio bajo, pero con un aprendizaje autónomo bueno,
- También se evidencian estudiantes con autoestima medio alta y con aprendizaje autónomo bueno y regular;
- Por último, hay estudiantes con autoestima alta y con aprendizaje autónomo bueno y regular, lo que indica que no necesariamente el aprendizaje autónomo tiene su desarrollo en función de la autoestima.

**Tabla 14:** Pruebas de Chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,255 <sup>a</sup>	2	,534
Razón de verosimilitud	2,030	2	,362
Asociación lineal por lineal	,352	1	,553
N de casos válidos	31		

a. 4 casillas (66,7%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,81.

**Fuente:** Katherine Villarroel, 2021

De acuerdo con la tabla 14, el nivel de Significación asintótica es de  $0.534 > 0.05$ ; lo que permite establecer que no se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ): La autoestima no se relaciona con el aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato del cantón Ambato. Rechazando la hipótesis alternativa ( $H_a$ ).

De acuerdo con Ruiz (2018):

La prueba chi-cuadrado utiliza una aproximación para evaluar la probabilidad de una discrepancia igual o mayor entre los datos y las frecuencias esperadas según la hipótesis nula, tomando valores entre 0 e infinito. Es necesario que se aplique en estudios basados en muestras independientes, y cuando los valores esperados sean mayores de 5.

Cabe resaltar que el nivel de confiabilidad de la aplicación de los test puede verse afectada debido al uso de herramientas electrónicas y canales digitales; impidiéndole a los estudiantes contestar con la seriedad del caso.

## CAPÍTULO IV

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 4.1. Conclusiones

Del presente estudio se puede deducir que:

- Una vez aplicado el análisis estadístico chi cuadrado para la correlación de variables se puede concluir que no existe relación entre los niveles de autoestima y las habilidades del aprendizaje autónomo, puesto que se rechaza la hipótesis nula porque su nivel de significación asintótica es de  $0.534 > 0.05$ .
- Sobre la primera variable denominada autoestima, se encuentra como resultado que el 45,2% de los estudiantes evaluados poseen un nivel de autoestima medio alto, de la misma manera se observa que el 38,7% de la muestra tienen un nivel de autoestima alto, lo que quiere decir que la mayoría no presenta dificultades con respecto a su autoconcepto y autopercepción; sin embargo, se identifica que el 16,1% tienen su autoestima en nivel medio bajo, por lo que presentan ciertas inseguridades de acuerdo con los eventos de su vida cotidiana. Al considerar el análisis de las dimensiones del test, se pueden evidenciar los siguientes resultados: un 48,39% con una autoestima alta dentro de la dimensión “sí mismo”; un 58,06% con autoestima alta de acuerdo a la dimensión “social” y; un 48,4% con autoestima media alta dentro de la dimensión “familiar”; lo que corrobora la presencia de una buena autoestima en el grupo evaluado.
- Con respecto a la variable aprendizaje autónomo, se puede concluir que existe predominio de la estrategia colaborativa, la cual está íntimamente ligada a sus dimensiones, presentando un 48.4% con un nivel bueno. En el caso de la estrategia de planificación, se presenta también un nivel bueno con el 58.1%; en tanto que la estrategia de preparación de exámenes, también presenta un nivel bueno con el 51,6%; y por último la estrategia de participación con un nivel regular presentando un 54,8%. Lo que permite

deducir que los estudiantes no presentan mayores dificultades en sus estrategias de aprendizaje autónomo.

- El diseño de la guía de estrategias psicopedagógicas, tiene como objetivo direccionar el autoaprendizaje de los estudiantes, la misma que se encuentra desarrollada en los anexos del informe- Esta guía compendia estrategias en un instrumento elaborado en base al estudio teórico realizado, permitiendo que los estudiantes universitarios perfeccionen su auto aprendizaje, mejoren su autoestima y fortalezcan el concepto de sí mismo. Finalmente se sugiere una guía para la hora de tutoría de grupo con el propósito de mejorar y mantener un buen rendimiento académico durante su formación.

## 4.2. Recomendaciones

- Efectuar nuevos estudios relacionados con la autoestima de estudiantes universitarios de diferentes semestres para determinar mediante un análisis las variaciones del estado de la autoestima según la edad y nivel académico respectivo, con el fin de establecer si existe una incidencia con respecto a las variables indicadas.
- Desarrollar investigaciones sobre los tipos de estrategias utilizadas actualmente por los estudiantes universitarios para el progreso de sus actividades académicas de manera autónoma, considerando que el trabajo autónomo se ha convertido en una técnica importante en tiempo de pandemia que permite el desarrollo cognitivo autodirigido; con la cual se podría continuar haciendo investigaciones.
- Realizar nuevos estudios en los que se analicen la autoestima y el trabajo autónomo, utilizando otros instrumentos de medición que reduzcan la presencia de sesgos, para posteriormente realizar un análisis comparativo de los resultados e identificar cuál de las herramientas presenta un menor margen de error, con el propósito de establecer cuál el método más efectivo para el desarrollo de este tipo de investigaciones.
- Socializar la guía propuesta con los estudiantes y docentes, con el fin de proporcionar estrategias que ayuden tanto en su formación personal como en el desarrollo académico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, F. (2016). *El proyecto de Investigación* (E. Episteme (ed.)).  
<https://bit.ly/3fTNW0a>
- Branden, N. (2011). *Los seis pilares de la autoestima: el libro definitivo sobre la autoestima* (Pidós). <https://bit.ly/3wMAAcQ>
- Cadena, P., Rendón, E., De la Cruz, E., & Sangerman, F. (2017). Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación en la investigación: un acercamiento en las ciencias sociales. *Redalyc*, 8(7), 603–617.  
<https://bit.ly/3fMqQKi>
- Calderón, D. (2017). “La Autoestima Y El Aprendizaje De Las Matemáticas De Los Estudiantes De Octavo Año De Educación General Básica De La Unidad Educativa Teniente Hugo Ortiz Del Cantón Ambato” [Universidad Técnica de Ambato]. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). <https://bit.ly/2SPqiKD>
- Campo, L., & Martínez, Y. (2009). Autoestima En Estudiantes De Primer Semestre Del Programa De Psicología De Una Universidad Privada De La Costa Caribe Colombia. *Redalyc*, 12(21), 137. <https://bit.ly/3fGtBN4>
- Canto, V. (2018). Autoestima y rendimiento académico de los estudiantes del 4º grado de Educación Secundaria de la I.E. Mariscal Agustín Gamarra del distrito de Huando – Huancavelica - 2017. In U. de H. Nacional (Ed.), *Repositorio de la Universidad Nacional de Huancavelica*.  
<https://bit.ly/3fFQEYq>
- Chica, F. (2017). *Currículo desde la perspectiva del aprendizaje autónomo*. Ediciones USTA. <https://elibro.net/es/ereader/uta/68997?prev=as>
- Chilca, M. (2017). Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 5(1), 71.  
<https://doi.org/10.20511/pyr2017.v5n1.145>
- Chipana, K. (2018). Relación Entre Autoestima Y Motivación Para El Logro En Estudiantes Del 4º Y 5º Grado De Educación Secundaria, Institución Educativa “San Juan” - Ayacucho 2018. *Univerisda Catolica Los Angeles*, 63. <https://bit.ly/3x5In63>
- Copersmith, S. (1967). Inventario de Autoestima de Stanley Copersmith, (SEI) versión Adultos. In *Consulting Psychologists Press, Inc.*  
<https://es.scribd.com/document/327112029/Escala-de-Autoestima-de-Coopersmith-Version-Adultos>
- Covas, D., Hernández, G., & Lópezm Daisy. (2017). 28 ASSESSMENT OF URBAN LIFE QUALITY IN THE CIENFUEGOS CITY FROM A SUBJECTIVE DIMENSION. *Scielo*, 9(2), 202–212.  
<http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus>
- Crispín, L., Doria, C., Rivera, A., De la Garza, T., Carrillo, S., & Guerrero, L. (2011). *Aprendizaje autónomo : orientaciones para la docencia* (A).

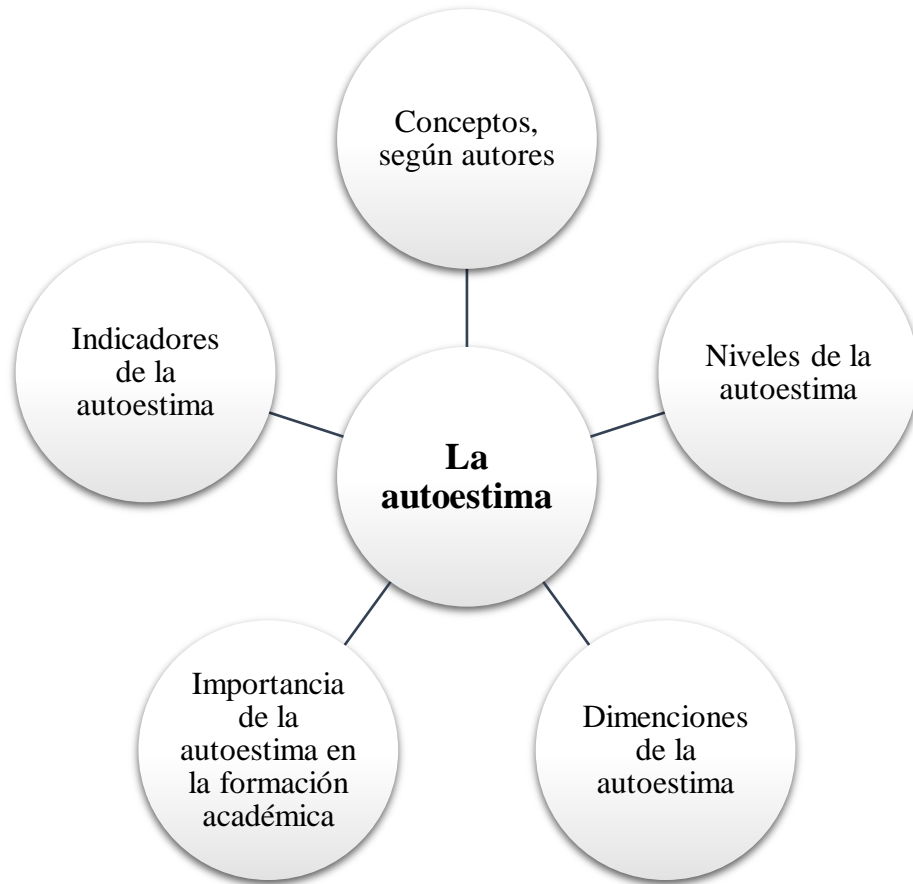


- Universidad Iberoamericana (ed.)). <https://bit.ly/2S7uNA7>
- Cruz del Castillo, C., Olivares, S., & Gonzáles, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. Grupo Editorial Patria. <https://bit.ly/2SPJEiL>
- Espinoza, M. (2020). *Autoestima y aprendizaje autónomo en el V ciclo de la I.E. Próceres de la Independencia - San Juan de Lurigancho 2019* [Universidad César Vallejo]. <https://bit.ly/3i8ujEx>
- Fernández, F., Casal, J., Feito, R., & Flecha Ramón. (2003). *Sociología de la Educación* (J. Posadas (ed.)). Pearson Educación. <https://bit.ly/3ic4Vxv>
- García, J. (2017). *Autoestima y Satisfacción Marital, en Parejas Casadas de la Iglesia Adventista en el Distrito Lejanías, Colombia, 2016* [UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN]. <https://bit.ly/3g8Mvzb>
- Gómez, M. (2009). *Introducción a la Metodología de la Investigación Científica* (2nd ed.). Editorial Brujas. <https://bit.ly/34H0QcO>
- González, B. (2018). ¿Cómo mejorar el aprendizaje? Influencia de la autoestima en el aprendizaje del estudiante universitario. *Dialnet*, 30(3), 781–795. <https://bit.ly/3yZ7t84>
- González, O. M. F., Beluzan, M. M. C., & Araneda, R. M. (2009). Estrategias de aprendizaje y autoestima. Su relación con la permanencia y deserción universitaria. *Estudios Pedagogicos*, 35(1), 27–45. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052009000100002>
- Hernandez, R., Fernandez, C., & Bastidas, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. Edificio Punta Santa Fe. <http://bit.ly/33sGGjA>
- Herrera, J. (2020). “Los Conflictos Emocionales Y Del Aprendizaje En Estudiantes Universitarios De La Facultad De Ciencias Humanas Y De La Educación De La Universidad Técnica De Ambato” [Universidad Técnica de Ambato]. <https://bit.ly/3yUCQRp>
- Iniesta, A., Martínez, A., & Mañas, C. (2014). Vista de Autoestima y diversidad funcional. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 439–446. <https://bit.ly/3c8ew4L>
- Lahuerta, V. (2019). *La autoestima y motivación en el proceso de enseñanza-aprendizaje*. Universidad Zaragoza.
- López Aguado, M. (2010). Diseño y análisis del Cuestionario de Estrategias de Trabajo Autónomo (CETA) para estudiantes universitarios Design and Analysis of the Individual Learning Strategies Questionnaire for University Students. *Revista de Psicodidáctica*, 15(1), 77–99. <https://bit.ly/3yXEodm>
- Montoya, M., & Sol, C. (2004). *Autoestima*. Pax México. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=shutbpl82A4C&oi=fnd&pg=PP13&dq=+autoestima&ots=TH7gM3LUeK&sig=kCc6aD-J7t\\_B0GKXu\\_kkW1e4v4k#v=onepage&q=autoestima&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=shutbpl82A4C&oi=fnd&pg=PP13&dq=+autoestima&ots=TH7gM3LUeK&sig=kCc6aD-J7t_B0GKXu_kkW1e4v4k#v=onepage&q=autoestima&f=false)
- Moreno, R., & Martínez, R. (2007). Aprendizaje autónomo. Desarrollo de una definición. *Redalyc*, 15(1), 51–62. <https://bit.ly/3ic2ISJ>

- Padrón, R., & Hernández, J. (2005). La Autoestima en la Educación. *Mendive. Revista de Educación*, 1(11), 82–95. <https://bit.ly/3fKporz>
- Paz, D. (2017). *Inventario de Autoestima-Adultos*. <https://bit.ly/3pY7hlv>
- Pegalajar, C. (2020). Estrategias de Trabajo Autónomo en Estudiantes Universitarios Noveles de Educación. *Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia Y Cambio En Educación*, 18(3), 29–45. <https://bit.ly/2Ub7INC>
- Pérez Villalobos, H. (2019). *Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal* [Universidad Alvar]. <https://bit.ly/34EIIJX>
- Polaino, A. (2004). *En Busca de La Autoestima Perdida* (3ra ed.). Editorial Desclée de Brouwer, S.A. <https://bit.ly/3wSB5IK>
- Quevedo, F. (2011). La prueba de ji-cuadrado - Medwave. *Revista Biomédica*, 11(12), 1–4. <https://bit.ly/35IZiFw>
- Quintero, V., & Zárate, N. (2016). Autoestima, autoconcepto y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de odontología. *Artículo Revista de Sistemas y Gestión Educativa Diciembre*, 3(9), 11–19. [www.ecorfan.org/bolivia](http://www.ecorfan.org/bolivia)
- Rodríguez, G. (2020). *La autoestima de los docentes de Educación Inicial y el aprendizaje emocional en los niños y niñas de 5-6 años* [Universidad Técnica de Ambato]. <https://bit.ly/3yQCIYB>
- Rodríguez, M. (1998). *Autoestima: Clave del Éxito Personal* (2da ed.). El Manual Moderno. <https://bit.ly/3wSx0y1>
- Rué, J. (2009). *El aprendizaje autónomo en Educación Superior*. Narcea, S.A. <https://bit.ly/3cbZ5Zp>
- Salazar, D. (2017). *"La Autoestima Y El Aprendizaje Autónomo De Los Estudiantes De Séptimo Año De Educación General Básica De La Unidad Educativa Augusto Martínez Del Cantón"*. <https://bit.ly/2TApmTU>
- Salguero, N., & García, C. (2017). Autoestima, educación emocional y su incidencia en el proceso de enseñanza instituciones educativas. *Revista Boletín Virtual de La Red Iberoamericana de Pedagogía*, 6(5), 84–92. <https://bit.ly/3wX0VFr>
- Sierra, C. (2012). *Educación virtual, aprendizaje autónomo y construcción de conocimiento*. Politécnico Grancolombiano. <https://bit.ly/3yXZXuf>
- Software SPSS. (2019). *Software IBM SPSS*. IBM. <https://ibm.co/3gRPAQH>
- Zambrano, M. (2018). *"El Autoestima Y El Aprendizaje Significativo En Los Estudiantes De Tercer Año De Educación General Básica De La Unidad Educativa Fiscomisional La Inmaculada De La Ciudad De Latacunga, Provincia De Cotopaxi."* [Universidad Técnica de Ambato]. <https://bit.ly/3cdVppP>

# ANEXOS

**Anexo 1:** Constelación de ideas: variable independiente



**Anexo 2:** Constelación de ideas: variable dependiente



**Anexo 3:** Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith, (SEI) Versión Adultos

Marque con una (x) debajo de V o F, de acuerdo a los siguientes criterios:

V cuando la frase Si coincide con su forma de ser o pensar

F si la frase No coincide con su forma de ser o pensar

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



13. Me organizo con mis compañeros para pedir libros a la biblioteca.					
14. Cuando descubro aportes nuevos en documentos complementarios a la bibliografía recomendada, lo comparto con mis compañeros.					
15. Intercambio con mis compañeros documentos, direcciones de páginas Web, que nos pueden ser útiles para el desarrollo de las actividades.					
16. Consulto con mis compañeros las dudas que se me plantean en el estudio de los temas.					
17. Cuando hay debate tengo en cuenta los aportes de mis compañeros antes de emitir mi opinión.					
18. Reparto con algunos compañeros los libros de la bibliografía básica, elaborando sinopsis de cada uno de ellos para compartirlos.					
19. Pongo a disposición de mis compañeros los apuntes que elaboré para facilitarles el estudio del temario.					
20. Trabajo en colaboración con mi equipo de estudio para resolver problemas o investigar.					
<b>De Conceptualización</b>					
21. Estudio con esquemas, resúmenes y cuadros sinópticos.					
22. Construyo una síntesis personal de los contenidos.					
23. Realizo mapas conceptuales y esquemas.					
24. Realizo un mapa conceptual sobre aspectos más importantes de cada tema.					
25. Leo y esquematizo los contenidos.					
26. Confecciono un resumen de cada tema.					
27. Realizo una primera lectura rápida y luego otra más detenida para comprender mejor los contenidos.					
28. Recopilo los contenidos que considero más importantes a modo de notas de estudio.					
<b>De Planificación</b>					
29. Cuando inicio la lectura de un texto, escribo notas que posteriormente me sirven de síntesis de lo leído.					
30. Al empezar el semestre escribo un plan de trabajo indicando el tiempo que dedicaré a cada asignatura y la fecha de los exámenes.					
31. Planifico los tiempos y estrategias de estudio.					
32. Distribuyo el tiempo para el estudio de contenidos y elaboración de trabajos de cada tema.					
33. Planifico el tiempo que dispongo para cada asignatura y trabajos prácticos.					
<b>De Preparación de exámenes</b>					
34. Evalúo mi proceso de aprendizaje.					
35. Me preparo para los exámenes teniendo en cuenta todo el material, no solo mis apuntes.					



36. Corrijo las actividades propuestas por el profesor para comprobar mis conocimientos.					
37. Antes de los exámenes dedico unos días de reposo para aclarar dudas finales.					
38. Al prepararme para el examen me baso principalmente en los aspectos que el profesor indica como importantes.					
39. Leo todo el material de la asignatura y hago una selección de los puntos más importantes para trabajarlos.					
<b>De Participación</b>					
40. Tomo nota de las respuestas del profesor a mis dudas y a las de mis compañeros.					
41. Anoto mis dudas para consultarlas en una segunda lectura.					
42. Aclaro mis dudas con el profesor en clase o en tutorías.					
43. Respondo con asertividad las preguntas planteadas en clase.					
44. Reviso los apuntes de mis compañeros para ver si aclaran las dudas.					
45. Permanezco atento y participo en las clases.					

**Anexo 5:** Planificación de la Guía de Estrategias Psicopedagógicas para la autoestima y aprendizaje autónomo

**Tema:** La autoestima

**Objetivo:** Orientar a los estudiantes a desarrollar su autoconcepto, con el fin de mejorar su nivel de autoestima.

TEMA	ESTRATEGIA			MATERIALES	TIEMPO	RESPONSABLES	META
Mi autoconcepto	Inicio: <b>Juego de cambio de roles</b> ¿Quién quiero ser? Cada participante actuará como la persona que le gustaría ser.	Desarrollo: <b>Como me describo:</b> escribir en una hoja lo que le gusta y lo que le molesta.	Final: <b>¿Quién soy?</b> Mirarse al espejo y reconocer cada parte y cualidad que te hace valioso.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas de papel</li> <li>• Esfero gráfico</li> <li>• Espejo</li> </ul>	Hora de tutoría	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Docente tutor</li> <li>✓ Presidente de curso</li> </ul>	Crear un autoconcepto, reconociendo las cualidades.
Mi familia y yo	Inicio: <b>El hogar</b> Todos los participantes serán asignados como un miembro de la familia y actuarán como tal, se puede	Desarrollo: <b>¿Qué lugar tengo en mi hogar?</b> Se mostrarán secuencias de fotografías de familias. Se pedirá que en una hoja	Final: <b>Me amo y por eso los amo.</b> Los participantes realizarán un dibujo de su familia, en el cual cada uno reconocerá lo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas de papel</li> <li>• Láminas</li> <li>• Proyector</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Hojas de papel</li> </ul>	Hora de tutoría	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Docente tutor</li> <li>✓ Presidente de curso</li> </ul>	Fortalecer los lazos familiares, fomentar la relación entre los miembros del hogar.

	realizar en grupos de 5 personas.	escriban que lámina representa a su familia, la actividad será anónima.	que tiene que agradecer a cada miembro de la familia incluyéndose.				
El mejor amigo soy yo	<p>Inicio: <b>Mis amigos son...</b> En esta actividad se pedirá que cada uno escriba las cualidades de otro compañero. Se les vendará los ojos y cada uno describirá lo que escribió para que el resto adivine de quién se trata.</p>	<p>Desarrollo: <b>¿Quién eres tú?</b> En esta actividad se entregará hojas a cada alumno con el nombre de un compañero, se les solicitará que escriban una carta para el compañero asignado en la cual se escribirán 3 defectos y 3 virtudes. Por último, se les pedirá que expliquen</p>	<p>Final: <b>Los 30 segundos</b> Se organizarán grupos de 5 compañeros, en el cual deberán buscar defectos de los miembros de los otros grupos, pero únicamente se les podrá decir los defectos que se pueden cambiar en 30 segundos, como que esta despeinado o tiene los</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas de papel</li> <li>• Esferos gráficos</li> <li>• Venda</li> </ul>	Hora de tutoría	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Docente tutor</li> <li>✓ Presidente de curso</li> </ul>	Permitir que cada estudiante identifique su lugar en el grupo entre pares

		porque sus compañeros son especiales, la carta se las entregará a quien corresponda.	zapatos sucios.				
--	--	--	--------------------	--	--	--	--

**Tema:** Aprendizaje autónomo

**Objetivo:** Fomentar en los estudiantes el autoaprendizaje, a través de actividades que permitan el desarrollo de sus capacidades autónomas.

TEMA	ESTRATEGIA			MATERIALES	TIEMPO	RESPONSABLES	META
¿Cómo aprender?	<p><b>Inicio: Hoy te enseño yo</b> Se realizarán grupos de 10 compañeros, se les entregará un tema y deberán preparar una clase, una vez terminado el tiempo se les pedirá que elijan al azar a 3 compañeros que den la clase.</p>	<p><b>Desarrollo: Mis apuntes</b> Se les explicará sobre la importancia de tomar apuntes e identificar lo necesario investigar.</p>	<p><b>Final: Mi opinión</b> Es importante que cada alumno diga una frase corta, el resto realizará un resumen sobre lo que interpreta de dicha frase, en caso de ser necesario buscará información adicional y se pedirá a diferentes estudiantes que lean sus resúmenes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carteles</li> <li>• Pizarra</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Cuaderno</li> <li>• Esferos</li> </ul>	<p>Hora de tutoría</p>	<p>✓ Docente tutor</p>	<p>Desarrollar la habilidad de ampliar los conocimientos impartidos en clase.</p>

Mi trabajo en grupo	<p>Inicio: <b>Creando nuestro logo</b>          Se harán grupos de 5 personas. Se solicitará que cada grupo realice un logo con la inicial de cada uno.</p>	<p>Desarrollo: <b>Mejor pensamos en grupo</b>          A los mismos grupos se les dirá un problema, en el cual involucren varias actividades, al grupo que resuelva mejor y efectivamente el problema se le declarará ganador.</p>	<p>Final: <b>Todos somos uno</b>          Cada participante del grupo ganador creará un nuevo grupo, los cuales deberán organizarse para crear una especie de escudo humano, a excepción de un grupo que intentará romper el escudo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carteles</li> <li>• Marcadores</li> </ul>	Hora de tutoría	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Docente tutor</li> <li>✓ Presidente de curso</li> </ul>	Fomentar el trabajo colaborativo entre compañeros
Todo tiene su tiempo	<p>Inicio: <b>No tengo tiempo</b>          Se les pedirá una secuencia de tareas a los estudiantes en un tiempo máximo de un</p>	<p>Desarrollo: <b>Mi horario</b>          Cada estudiante realizará una lluvia de ideas con las actividades</p>	<p>Final: <b>Mis prioridades</b>          En esta actividad se les dictará una lista de acciones, las cuales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartulinas</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Esferos</li> <li>• Hojas de papel</li> <li>• Pizarra</li> </ul>	Hora de tutoría	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Docente tutor</li> </ul>	Motivar a mantener una correcta planificación de las actividades diarias.

	minuto para cada actividad.	diarias que realiza. Se le pedirá que realice un horario que incluya todas estas actividades incluyendo las ocio.	deberán organizar por prioridad, para poder cumplirlas todas.				
Mi aprendizaje significativo	<p><b>Inicio: Tómate tu tiempo</b> Cada estudiante pensará en una tarea muy importante y pensará en cómo hacerla, pero en un determinado momento se les pedirá que dejen su mente en blanco que no piensen en nada, cerrarán los ojos se realizará una</p>	<p><b>Desarrollo: Abanico de ideas</b> Para esta actividad se les contará un cuento, el cual deberá ser repetido por 2 veces, luego se les pedirá que apunten las ideas que les parezcan importantes. Luego se les hará preguntas.</p>	<p><b>Final: Mi preparación</b> Se pedirá que cada alumno pase a la pizarra y apunte como estudia, puede ser a través de notas, videos, gráficos, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuento de</li> <li>• Hojas de papel</li> <li>• Esfero gráfico</li> <li>• Pizarrón</li> <li>• Marcadores</li> </ul>	Hora de tutoría	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Docente tutor</li> <li>✓ Presidente de curso</li> </ul>	Incentivar a los estudiantes a prepararse previamente para los exámenes.

	respiración profunda.						
Yo apporto a mi clase	<p><b>Inicio: Mi opinión importa</b> El docente proyectará láminas sobre diferentes situaciones y cada estudiante deberá dar su punto de vista, nadie puede juzgar u oponerse al criterio de los demás</p>	<p><b>Desarrollo: Todos participamos</b> Se realizará una mesa de debate en la que el docente dará un criterio y cada uno dará su opinión.</p>	<p><b>Final: Cada uno es parte del todo</b> En esta actividad se organizará una lluvia de ideas que permitan generar un concepto sobre un tema en específico, como puede ser la amistad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyector</li> <li>• Láminas</li> <li>• Pizarrón</li> <li>• Marcadores</li> </ul>	Hora de tutoría	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Docente tutor</li> <li>✓ Presidente de curso</li> </ul>	Incentivar a la participación activa de cada uno de los estudiantes.



**Anexo 6:** Guía de Estrategias Psicopedagógicas

**La autoestima y el  
aprendizaje autónomo**

GUÍA DE ESTRATEGIAS  
PSICOPEDAGÓGICAS PARA  
ESTUDIANTES  
UNIVERSITARIOS

**AUTORA: KATHERINE VILLARROEL**

# Enamórate de quién eres hoy, mientras construyes a quién quieres ser mañana



Katherine Villarroel

## **Introducción**

Las estrategias psicopedagógicas son consideradas como un medio de formación tanto en el área académica, así como en el área integral del estudiante (Campozano, 2020). Lo que permite al docente y al estudiante desarrollar diferentes habilidades educativas, sociales y emocionales.

Es importante mencionar que la presente guía va dirigida a estudiantes universitarios, puesto que en la etapa de formación superior es necesario que cada estudiante desarrolle sus capacidades de aprendizaje autónomo, para poder dirigir su propio conocimiento, así también se presenta la necesidad de cuidar la autoestima y la forma en la que cada persona se percibe a sí mismo, conociendo sus habilidades, capacidades y dificultades. Haciendo un análisis personal e impulsándose a mejorar y cambiar con el fin de superarse.

Se recomienda que esta guía sea utilizada de forma colectiva como actividades de tutoría grupal, con el fin de fortalecer la relación entre pares y docente.

## La autoestima

**Objetivo:** Orientar a los estudiantes a desarrollar su autoconcepto, con el fin de mejorar su nivel de autoestima.

**Tema:** Mi autoconcepto



Fuente: <https://pixabay.com/es/illustrations/mujer-la-cara-insight-5119698/>

**Tiempo de duración:** 1 hora

### Materiales:

- ✓ Hojas de papel
- ✓ Esfero gráfico
- ✓ Espejo

**Finalidad:** Crear un autoconcepto, reconociendo las cualidades de sí mismo.

### 1. Inicio: **Juego de cambio de roles**

¿Quién quiero ser?

Cada participante actuará como la persona que le gustaría ser.

Se solicitará que cada estudiante se presente como el personaje elegido y hable sobre las actividades que hace y porque le gustaría ser como él.

### 2. Desarrollo: **Como me describo**

Escribir en una hoja lo que le gusta y lo que le molesta de sí mismo, en caso de ser oportuno se pedirá la participación de ciertos estudiantes para que puedan compartir lo escrito con sus compañeros.

### 3. Final: **¿Quién soy?**

Mirarse al espejo y reconocer cada parte y cualidad que te hace valioso.

Esta actividad será personal, no se pedirá que se comparta lo que cada uno piensa.



**Tema:** Mi familia y yo



Fuente: <https://pixabay.com/es/vectores/ni%C3%B1o-personajes-de-c%C3%B3mic-pap%C3%A1-hija-1300136/>

**Tiempo de duración:** 1 hora

**Materiales:**

- ✓ Hojas de papel
- ✓ Láminas
- ✓ Proyector
- ✓ Lápiz
- ✓ Hojas de papel

**Finalidad:** Fortalecer los lazos familiares, fomentar la relación entre los miembros del hogar.

### 1. Inicio: **El hogar**

Se deberán organizar grupos de 5 personas.

Cada participante será asignado como un miembro de la familia y actuará como tal.

En esta actividad se elegirán diferentes situaciones en las que casa familia puede estar, por ejemplo: navidad, un temblor, un cumpleaños, etc.

### 2. Desarrollo: **¿Qué lugar tengo en mi hogar?**

Se mostrarán secuencias de fotografías de familias.

Se pedirá que en una hoja escriban que lámina representa a su familia y una corta explicación de por qué, la actividad puede ser anónima.

### 3. Final: **Me amo y por eso los amo.**

Los participantes realizarán un dibujo de su familia, en el cual cada uno reconocerá lo que tiene que agradecer a cada miembro de la familia incluyéndose



**Tema:** El mejor amigo soy yo



Fuente: <https://pixabay.com/es/vectors/ni%C3%B1os-estudiantes-160168/>

**Tiempo de duración:** 1 hora

**Materiales:**

- ✓ Hojas de papel
- ✓ Esferos gráficos
- ✓ Venda

**Finalidad:** Permitir que cada estudiante identifique su lugar en el grupo entre pares.

1. Inicio: **Mis amigos son...**

En esta actividad se pedirá que cada uno escriba las cualidades de otro compañero.

Se les vendará los ojos a todo el grupo y el participante leerá lo que escribió para que el resto adivine de quién se trata.

2. Desarrollo: **¿Quién eres tú?**

En esta actividad se entregará hojas a cada alumno con el nombre de un compañero, se les solicitará que escriban una carta para el compañero asignado en la cual se escribirán 3 defectos y 3 virtudes.

Por último, se les pedirá que expliquen porque sus compañeros son especiales, la carta se las entregará a quien corresponda.

3. Final: **Los 30 segundos**

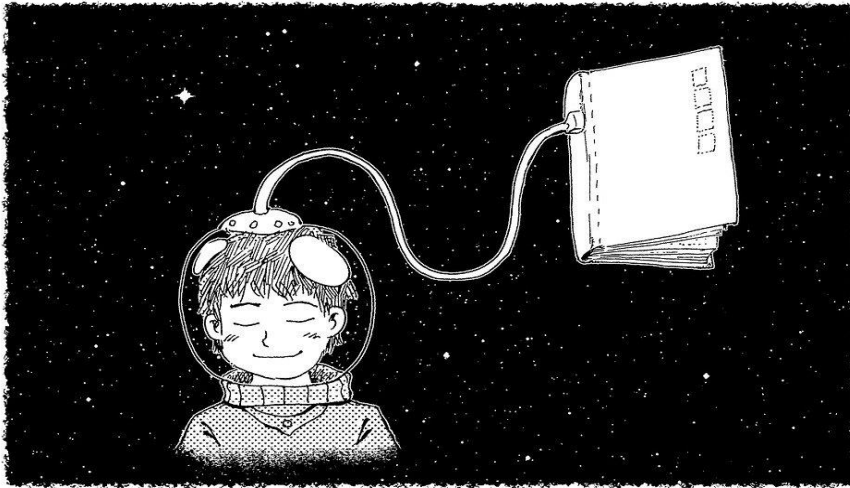
Se organizarán grupos de 5 compañeros, en el cual deberán buscar defectos de los miembros de los otros grupos, pero únicamente se les podrá decir los defectos que se pueden cambiar en 30 segundos, como que esta despeinado o tiene los zapatos sucios.



## Aprendizaje autónomo

**Objetivo:** Fomentar en los estudiantes el autoaprendizaje, a través de actividades que permitan el desarrollo de sus capacidades autónomas.

**Tema:** ¿Cómo aprender?



Fuente: <https://pixabay.com/es/illustrations/cuento-de-hadas-fantas%c3%ada-sue%c3%b1o-1077863/>

**Tiempo de duración:** 1 hora

**Materiales:**

- ✓ Carteles

- ✓ Pizarra
- ✓ Marcadores
- ✓ Cuaderno
- ✓ Esferos

**Finalidad:** Desarrollar la habilidad de ampliar los conocimientos impartidos en clase.

### 1. Inicio: **Hoy te enseño yo**

Se realizarán grupos de 10 compañeros, se les entregará un tema y deberán preparar una clase, una vez terminado el tiempo se les pedirá que elijan al azar a 3 compañeros que den la clase.

### 2. Desarrollo: **Mis apuntes**

Se les explicará sobre la importancia de tomar apuntes e identificar lo que es necesario investigar.

### 3. Final: **Mi opinión**

Es importante que cada alumno diga una frase corta, el resto realizará un resumen sobre lo que interpreta de dicha frase, en caso de ser necesario buscará información adicional y se pedirá a diferentes estudiantes que lean sus resúmenes.



**Tema:** Mi trabajo en grupo



Fuente: <https://pixabay.com/es/illustrations/trabajo-en-equipo-equipo-artes-2198961/>

**Tiempo de duración:** 1 hora

**Materiales:**

- ✓ Carteles
- ✓ Marcadores

**Finalidad:** Fomentar el trabajo colaborativo entre compañeros.

1. Inicio: **Creando nuestro logo**

Se harán grupos de 5 personas.

Se solicitará que cada grupo realice un logo con la inicial de cada uno.

Este logo será expuesto con una pequeña historia sobre lo que representa el trabajo en equipo.

2. Desarrollo: **Mejor pensamos en grupo**

A los mismos grupos se les dirá un problema, en el cual involucren varias actividades, al grupo que resuelva mejor y efectivamente el problema se le declarará grupo líder.

3. Final: **Todos somos uno**

Cada participante del grupo ganador de la actividad anterior creará un nuevo grupo, los cuales deberán organizarse para crear una especie de escudo humano, a excepción de un grupo que intentará romper el escudo.





**Tema:** Todo tiene su tiempo



Fuente: <https://pixabay.com/es/photos/reloj-de-arena-tiempo-horas-reloj-620397/>

**Tiempo de duración:** 1 hora

**Materiales:**

- ✓ Cartulinas
- ✓ Marcadores
- ✓ Esferos
- ✓ Hojas de papel
- ✓ Pizarra

**Finalidad:** Motivar a mantener una correcta planificación de las actividades diarias.

### 1. Inicio: **No tengo tiempo**

Se les pedirá una secuencia de tareas a los estudiantes en un tiempo máximo de un minuto para cada actividad.

Los estudiantes que no realizar la mayoría de actividades perderán.

### 2. Desarrollo: **Mi horario**

Cada estudiante realizará una lluvia de ideas con las actividades diarias que realiza.

Se le pedirá que realice un horario que incluya todas estas actividades incluyendo las ocio.

### 3. Final: **Mis prioridades**

En esta actividad se les dictará una lista de acciones, las cuales deberán organizar por prioridad, para poder cumplirlas todas.





**Tema:** Mi aprendizaje significativo



Fuente: <https://pixabay.com/es/photos/mujer-biblioteca-libros-estudio-3435842/>

**Tiempo de duración:** 1 hora

**Materiales:**

- ✓ Cuento
- ✓ Hojas de papel
- ✓ Esfero gráfico
- ✓ Pizarrón
- ✓ Marcadores

**Finalidad:** Incentivar a los estudiantes a prepararse previamente para los exámenes.

1. Inicio: **Tómate tu tiempo**

Cada estudiante pensará en una tarea muy importante y pensará en cómo hacerla, pero en un determinado momento se les pedirá que dejen su mente en blanco que no piensen en nada, cerrarán los ojos se realizará una respiración profunda. Con el fin de tomarse descansos mientras se estudia.

2. Desarrollo: **Abanico de ideas**

Para esta actividad se les contará un cuento, el cual deberá ser repetido por 2 veces, luego se les pedirá que apunten las ideas que les parezcan importantes.

Luego se les hará preguntas.

3. Final: **Mi preparación**

Se pedirá que cada alumno pase a la pizarra y apunte como estudia, puede ser a través de notas, videos, gráficos, etc.

Esto permitirá que los demás compañeros tengan ideas de como estudiar.



**Tema:** Yo apporto a mi clase



Fuente: <https://pixabay.com/es/photos/la-escuela-aprendizaje-qr%c3%a1fica-2761394/>

**Tiempo de duración:** 1 hora

**Materiales:**

- ✓ Proyector
- ✓ Láminas
- ✓ Pizarrón
- ✓ Marcadores

**Finalidad:** Incentivar a la participación activa de cada uno de los estudiantes.

1. Inicio: **Mi opinión importa**

El docente proyectará láminas sobre diferentes situaciones y cada estudiante deberá dar su punto de vista, nadie puede juzgar u oponerse al criterio de los demás.

2. Desarrollo: **Todos participamos**

Se realizará una mesa de debate en la que el docente dará un criterio y cada uno dará su opinión.

3. Final: **Cada uno es parte del todo**

En esta actividad se organizará una lluvia de ideas que permitan generar un concepto sobre un tema en específico, como puede ser la amistad.



## Bibliografía:

Campo, L., & Martínez, Y. (2009). Autoestima En Estudiantes De Primer Semestre Del Programa De Psicología De Una Universidad Privada De La Costa Caribe Colombia. *Redalyc*, 12(21), 137. <https://bit.ly/3fGtBN4>

Camposano, M. (2020). Estrategias Psicopedagógicas y su relación en el desarrollo de las habilidades cognitivas de los niños con discapacidad intelectual. Guayaquil.

Crispín, L., Doria, C., Rivera, A., De la Garza, T., Carrillo, S., & Guerrero, L. (2011). *Aprendizaje autónomo: orientaciones para la docencia* (A. Universidad Iberoamericana (ed.)). <https://bit.ly/2S7uNA7>

González, B. (2018). ¿Cómo mejorar el aprendizaje? Influencia de la autoestima en el aprendizaje del estudiante universitario. *Dialnet*, 30(3), 781–795. <https://bit.ly/3yZ7t84>

