



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN  
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Informe final del Trabajo de Graduación o Titulación previo a la obtención del Título de Psicólogo Educativo y Orientador Vocacional

TEMA:

---

**“La incidencia de la autoestima en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados del paralelo “C” de la ESFORSE de la promoción 2008-2010 en la ciudad de Ambato”.**

---

AUTOR: Luis Alfonso Pérez Hidalgo

TUTORA: Lcda. M.Sc. Paulina Nieto

AMBATO – ECUADOR

2009

**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS  
Y DE LA EDUCACIÓN:**

La Comisión de estudio y calificación del Informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“La incidencia de la autoestima en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados del paralelo “C” de la ESFORSE de la promoción 2008-2010 en la ciudad de Ambato”** presentado por el Sr. Luis Alfonso Pérez Hidalgo, egresado de la Carrera de Psicología Educativa, promoción: Marzo-Julio del 2009 una vez revisado el Trabajo de Graduación o Titulación, considera que dicho informe investigativo reúne los requisitos básicos tanto técnicos como científicos y reglamentarios establecidos .

Por lo tanto se autoriza la presentación ante el Organismo pertinente, para los trámites pertinentes.

**LA COMISIÓN**

---

Dr. M.Sc. Armando Salazar

---

Dr. M.Sc. Marcelo Parra

MIEMBRO

MIEMBRO

## **APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN**

### **CERTIFICA:**

Yo, Paulina Alexandra Nieto Viterí CC 170875008-6 en mi calidad de Tutora del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LA INCIDENCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ASPIRANTES A SOLDADOS DEL PARALELO “C” DE LA ESFORSE DE LA PROMOCIÓN 2008-2010 EN LA CIUDAD DE AMBATO”** desarrollado por el egresado Sr. Luis Alfonso Pérez Hidalgo, estudiante del Octavo Semestre de la Carrera de Psicología Educativa, considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por H. Consejo Directivo.

Ambato, Julio del 2009

TUTORA  
Lcda. M.Sc. Paulina Nieto  
TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

**AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, quien basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la Carrera de Psicología Educativa, 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 del autor.

Ambato, de Julio del 2009

---

Luis Alfonso Pérez Hidalgo

C.I. 180367135-1

AUTOR

### **DEDICATORIA**

Este presente proyecto lo dedico a Dios por darnos la fuerza y voluntad, por seguir adelante a mi madre, hermano y a mi padre fallecido a quienes de una u otra forma supieron apoyarme en el reto de cumplir este proyecto y a nosotros mismos por mantener el deseo de superación a fin de alcanzar la meta fijada.

A la juventud estudiosa, paradigma de superación y futuro de la Patria.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco en primer lugar a Dios por permitirnos gozar de una buena salud para poder cumplir con nuestras obligaciones como estudiante.

Agradezco a mi madre, hermano y a mi padre fallecido por el apoyo incondicional.

A la Universidad Técnica de Ambato por haberme brindado la oportunidad de superarnos profesionales.

A todos los profesores por haber facilitado la obtención de nuevos conocimientos.

A la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “ESFORSE”, por haberme abierto las puertas para la implementación del presente proyecto.

A mis compañeros y amigos por su brindarme su apoyo siempre.

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**RESUMEN EJECUTIVO**

TEMA: “LA INCIDENCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ASPIRANTES A SOLDADOS DEL PARALELO “C” DE LA ESFORSE DE LA PROMOCIÓN 2008-2010 EN LA CIUDAD DE AMBATO”.

**Autor:** Luis Alfonso Pérez Hidalgo

**Tutor:** Lcda. M.Sc. Paulina Nieto

La incidencia de la autoestima en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “ESFORSE” paralelo “C”, está afectando de manera directa lo académico.

La autoestima es una problemática que se encuentra presente en la ESFORSE tanto a nivel académico como a nivel personal del aspirante afectando su rendimiento académico al igual que su vida militar.

Un gran porcentaje de aspirantes muestran dificultades académicas debido a diversas circunstancias como la falta de valoración personal, falta de confianza en sí mismo, falta de autenticidad, indecisión ocasionando una baja autoestima en el aspirante.

La presencia de baja autoestima en el aspirante a soldado dificulta su autorrealización como estudiante y como militar.

Para lo cual emplearemos charlas motivacionales y talleres para reflexionar con los aspirantes a soldados sobre la autoestima, la valoración personal y la confianza en sí mismos.

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

### PÁGINAS PRELIMINARES

Portada	i
Aprobación de estudio y calificación del informe del trabajo de graduación o titulación de la comisión calificadora	ii
Aprobación del tutor	iii
Autoría del trabajo	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vi
Resumen ejecutivo	vii
Índice general de contenidos	viii
Índice de cuadros e ilustraciones	xi
Introducción	xii



## CAPÍTULO I

### EL PROBLEMA

1.1 Tema	2
1.2 Planteamiento del problema	2
1.2.1 Contextualización	2
1.2.2 Análisis crítico	4
1.2.3 Árbol de problemas	5
1.2.4 Preguntas interrogantes	6
1.2.5 Prognosis	6
1.2.6 Delimitación del objeto de investigación	7
1.2.7 Formulación del problema	7
1.3 Justificación	7
1.4 Objetivos	8
1.4.1 General	8
1.4.2 Específico	8

## CAPÍTULO II

### MARCO TEORICO

2.1 Antecedentes Investigativos	10
2.2 Fundamentación filosófica	11
2.3 Fundamentación legal	11
2.4 Categorías Fundamentales	13
2.5 Hipótesis	44
2.6 Señalamiento de variables de hipótesis	44

## CAPÍTULO III

### METODOLOGÍA

3.1 Enfoque	45
3.2 Modalidad básica de la investigación	45
3.3 Nivel o Tipo de Investigación	46
3.4 Población y Muestra	46
3.5 Operacionalización de variables	47
3.6 Plan de recolección de información	49
3.7 Plan de procedimiento de información	50

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis e interpretación de resultados	51
4.2 Verificación de la Hipótesis	63

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones	64
5.2 Recomendaciones	65

## CAPÍTULO VI

### PROPUESTA

6.1 Datos informativos	66
6.2 Antecedentes de la propuesta	66
6.3 Justificación	67
6.4 Objetivos	68
6.5 Plan operativo	69
6.6 Administración	70
6.7 Presupuesto	71
6.8 Previsión de la evaluación	71

## MATERIALES DE REFERENCIA

1. Bibliografía	72
2. Anexos	73

## ÍNDICE DE CUADROS Y GRÁFICOS

Cuadro 1: Árbol del Problema	5
Cuadro 2: Categorías Fundamentales	13
Cuadro 3: Población y muestra	46
Gráfico 4: Operacionalización de la Variable Independiente	47
Gráfico 5: Operacionalización de la Variable Dependiente	48
Gráfico 6: Plan de recolección de datos	50

Gráfico 7: Plan operativo de la propuesta	69
Gráfico 8: Presupuesto	71
De los aspirantes.-----	
Gráfico 9: Cuadro del test	52
De los docentes.-----	
Gráfico 10: Autoestima incide en el rendimiento	53
Gráfico 11: Buena autoestima da como resultado un rendimiento académico de excelencia	54
Gráfico 12: Nivel de autoestima	55
Gráfico 13: Motiva a los aspirantes a soldados para elevar su autoestima	56
Gráfico 14: Implantar conferencias sobre motivación y autoestima	57
Gráfico 15: Docentes deben ser capacitados en técnicas de motivación	58
Gráfico 16: Cursos de motivación de autoestima deben ser incluidos los docentes aspirantes a soldados	59
Gráfico 17: Técnicas y hábitos de estudio dependen de la autoestima	60
Gráfico 18: Bajo rendimiento académico influenciado por la autoestima	61
Gráfico 19: La encuesta realizada debe ser tomada en cuenta para mejorar la autoestima	62

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación lleva en su interior la recolección, una serie de datos e información valiosa que contribuirá en el desarrollo del proceso educativo.

En el primer capítulo se encuentra la base de este trabajo, es decir, aquí se encuentra cuál es el problema de la investigación, en que lugar se va a investigarlo, las razones por las cuales se va a realizar este proyecto y los objetivos del proyecto. Este primer capítulo se trata sobre el problema en general.

El segundo capítulo de este proyecto nos conduce a toda la información bibliográfica recolectada. En este capítulo se encuentra información sobre la autoestima, como se forma la autoestima, enemigos de la autoestima, formas de mejorar la autoestima. Además podemos encontrar como se relaciona la autoestima con el rendimiento académico, la importancia de la autoestima en el aprendizaje caso contrario la deserción.

En el tercer capítulo se encuentra la metodología del proyecto, es decir cómo y con qué instrumentos se va a realizar el presente trabajo de investigación.

En el capítulo cuarto encontramos el análisis e interpretación de resultados de los test aplicados a los aspirantes y las encuestas aplicadas a los docentes de la institución, que son el sustento del trabajo de campo realizado.

El quinto capítulo se refiere a las conclusiones y recomendaciones que se da una vez terminado el sexto capítulo.

Por último en el sexto capítulo podemos encontrar el modelo operativo de la propuesta planteada para la solución del problema.

## **CAPITULO I**

### **EL PROBLEMA**

**Tema:** La incidencia de la autoestima en el rendimiento académico.

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

“La incidencia de la autoestima en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados del paralelo “C” de la ESFORSE de la promoción 2008-2010 en la ciudad de Ambato”.

### **CONTEXTUALIACIÓN**

La educación es el motor del desarrollo, es el medio por el cual un país forma y prepara a sus hombres y mujeres para construir y consolidar la democracia, defender la paz y para vivir la solidaridad social buscando la realización individual.

(Tomado de la reforma educativa 2001).

A la educación militar se la define como un proceso continuo de aprendizaje que en forma permanente se le va entregando al personal militar para que adquiera las herramientas necesarias para su desempeño profesional, considerando como eje fundamental la formación en la práctica de valores y virtudes militares potenciados a través del desarrollo de la iniciativa individual, la creatividad, la responsabilidad y la autopreparación con el fin de mejorar su autoestima, madurez y vocación profesional.

La ESFORSE es responsable de la preparación militar, académica, física y humanística de los futuros Soldados, considera que: los conocimientos, habilidades y destrezas del proceso corresponden al perfil profesional y psicológico del soldado.

La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Esta se aprende, cambia y la podemos mejorar. Es a partir de los 5-6 años cuando empezamos a formarnos un concepto de cómo nos ven nuestros mayores padres, maestros, compañeros, amigos, etcétera y las experiencias que vamos adquiriendo.

Según como se encuentre nuestra autoestima, ésta es responsable de muchos fracasos y éxitos, ya que una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de mí mismo, potenciara la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal y su rendimiento académico, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso en sus estudios.

En el ambiente de Formación Militar del Ejército ecuatoriano, el autoestima juega un rol importante en los aspirantes a soldados en el aspecto educativo, el concepto de uno mismo va desarrollándose poco a poco a lo largo de la vida, cada etapa aporta en mayor o menor grado, experiencias y sentimientos, que darán como resultado una sensación general de valía e incapacidad en su rendimiento académico.

En la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "ESFORSE" en la ciudad de Ambato se puede encontrar un alto porcentaje de aspirantes a soldados que presentan un bajo autoestima causando dificultades en su rendimiento académico.

En el primero año de formación militar del paralelo "C" en la "ESFORSE" en el periodo 2008-2010 se ha detectado que de la autoestima de los aspirantes a soldados depende su rendimiento académico.

### **ANÁLISIS CRÍTICO.**

En la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "ESFORSE" en la ciudad de Ambato existen múltiples factores que afectan la superación personal e intelectual de los aspirantes a soldados.

Entre los factores que inducen la autoestima de los aspirantes se encuentra los siguientes:

Todos tenemos en el interior sentimientos no resueltos, aunque no siempre seamos conscientes de estos. Los sentimientos ocultos de dolor suelen convertirse en enojo, y con el tiempo volvemos el enojo contra nosotros mismos, dando así lugar a la depresión.

Estos sentimientos pueden asumir muchas formas: odiarnos a nosotros mismos, ataques de ansiedad, repentinos cambios de humor, culpas, reacciones exageradas, hipersensibilidad, encontrar el lado negativo en situaciones positivas o sentirse impotentes y autodestructivos.

Cuando una persona no logra ser auténtica se le originan los mayores sufrimientos, tales como, enfermedades psicológicas, la depresión, las neurosis y ciertos rasgos que pueden no llegar a ser patológicos pero crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como por ejemplo, timidez, vergüenza, temores, trastornos psicosomáticos.

La autoestima es importante porque es nuestra manera de percibirnos y valorarnos como así también moldea nuestras vidas. Una persona que no tiene confianza en sí misma, ni en sus propias posibilidades, puede que sea por experiencias que así se lo han hecho sentir o por mensajes de confirmación o desconfirmación que son transmitidos por personas importantes en la vida de ésta, que la alientan o la denigran.

Otra de las causas por las cuales las personas llegan a desvalorizarse, es por la comparación con los demás, destacando de éstos las virtudes en las que son

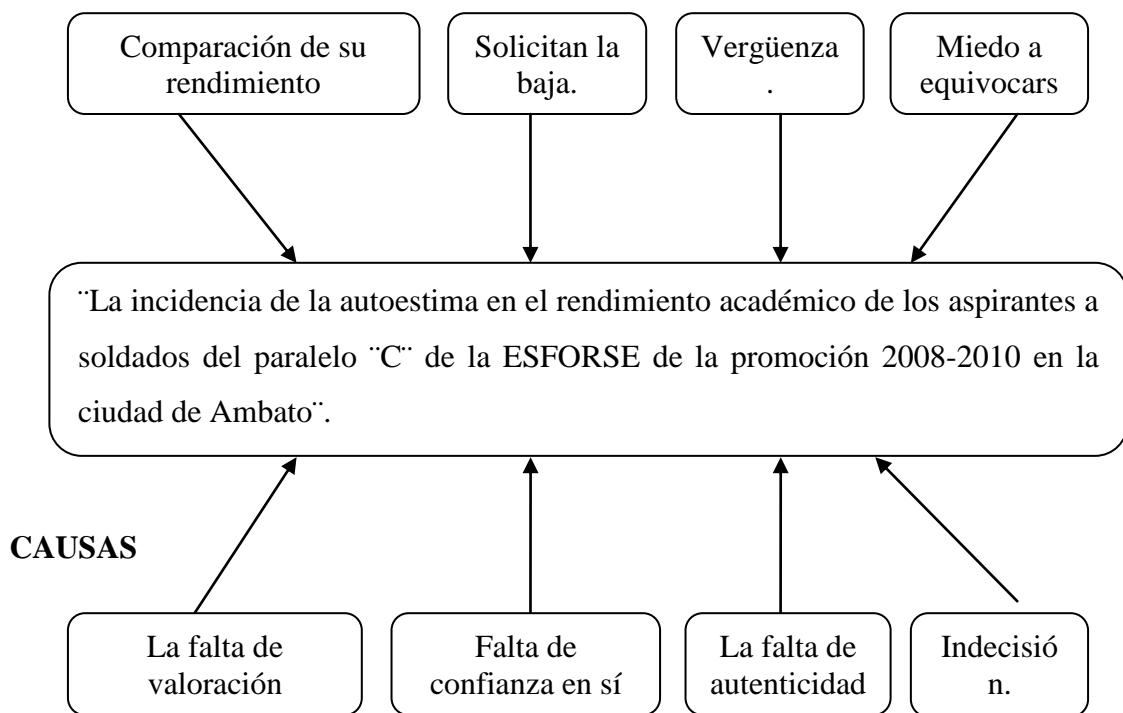


superiores, por ejemplo: sienten que no llegan a los rendimientos que otros alcanzan; creen que su existencia no tiene una finalidad, un sentido y se sienten incapaces de otorgárselo; sus seres significativos los descalifican y la existencia se reduce a la de un ser casi sin ser.

No llegan a comprender que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás.

## ÁRBOL DEL PROBLEMA

### EFFECTOS



### PREGUNTAS DIRECTRICES

1.- ¿Usted piensa que la autoestima del aspirante a soldado repercute en el rendimiento académico?

2.- ¿Usted piensa que la autoestima del aspirante a soldado constituye un factor primordial dentro de su vida militar?

3.- ¿Cree usted que la autoestima es suficiente para la superación personal del aspirante a soldado?

4.- ¿Usted se preocupa por su rendimiento académico?

5.- ¿Para qué su rendimiento académico mejore que le hace falta?

## **PROGNOSIS**

Si el problema existente en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "ESFORSE" se refiere a la incidencia de la autoestima en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados del paralelo "C" de la ESFORSE de la promoción 2008-2010 de la ciudad de Ambato debido a causas como la falta de valoración personal, falta de confianza en sí mismo, la falta de autenticidad y la indecisión, para lo cual es necesario elaborar una propuesta motivacional dirigida a docentes y aspirantes a soldados para disminuir los siguientes aspectos:

La comparación de su rendimiento académico con el de los demás aspirantes a soldados ocasionando inseguridad en la toma de decisiones.

La solicitud de la baja o deserción por motivos tales como bajo rendimiento académico, sentimientos de incapacidad.

La vergüenza de preguntar al docente que le explique de nuevo lo que no comprende de la clase por no quedar mal ante los demás aspirantes.

El miedo a equivocarse, convirtiéndose en un pensamiento de indecisión ocasionando bajo autoestima y dificultades en el rendimiento académico.

Si no se trata a tiempo esta problemática ocasionara dificultades en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los aspirantes a soldados de la ESFORSE.

### **DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA.**

El trabajo investigativo se lo realizara a los aspirantes a soldados del paralelo "C" de la promoción 2008-2010 pertenecientes a la Escuela de Formación de Soldados del Ejército Ecuatoriano de la ciudad de Ambato.

### **FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.**

En el contexto del análisis realizado se formula el siguiente problema.

"La incidencia de la autoestima en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados del paralelo "C" de la ESFORSE de la promoción 2008-2010 en la ciudad de Ambato".

### **JUSTIFICACIÓN.**

Es sumamente importante realizar este tipo de proyecto de investigación en Escuela de Formación de Soldados del Ejército "ESFORSE" debido a que se encuentra un alto porcentaje de aspirantes a soldados que presentan diversas dificultades en el rendimiento académico y es necesario conocer si uno de los factores que ocasionan

este problema es el nivel de autoestima del aspirante a soldado ya que es factor es muy determinante.

Este trabajo de investigación nos permitirá desarrollar un ambiente adecuado para los aspirantes a soldados en el entorno educativo y nos ayudara a establecer mecanismos con el fin de que los estudiantes eleven su autoestima y suban su rendimiento académico.

El propósito de este proyecto es conocer como está afectando la autoestima en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados de la "ESFORSE" para encontrar y dar soluciones viables al problema que está atravesando la institución para lo cual se dictara charlas motivacionales, talleres que beneficien a los aspirantes a soldados de la "ESFORSE".

## **OBJETIVOS.**

### **Objetivo general.**

- Determinar los factores de la autoestima que incide en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados del paralelo "C" de la "ESFORSE" a fin de obtener resultados y dar solución a los mismos.

### **Objetivos específicos.**

- Conocer las causas que dan origen a la autoestima los mismos que afecta el rendimiento académico para dar soluciones viables.
- Orientar a los aspirantes a soldados del paralelo "C" a colaborar en el mejoramiento del rendimiento académico.

- Realizar charlas motivacionales y talleres para reflexionar con los aspirantes a soldados sobre la autoestima, la valoración personal y la confianza en sí mismos.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS**

En la Universidad Técnica de Ambato se encontró una investigación realizada en el centro de estudio de postgrado sobre los niveles de autoestima y su incidencia en el

equilibrio emocional del personal de Aspirantes a Soldados, promoción 2006-2008, de Escuela de Formación de Soldados de las Fuerzas Terrestres, en la ciudad de Ambato por parte Dra. Lucía Enith Campoverde Vivanco.

Encontramos investigaciones realizadas a cerca de la Autoestima en los países como Argentina, España y otros de Latinoamérica por parte de Nathaniel Brander, quien ha realizado un base a estas investigaciones un “Manual práctico de Autoestima”. Así mismo se han realizado investigaciones en Chile por Lidice Valdés sobre los “Niveles de Autoestima y los rasgos de inmadurez”, entre otras.

En América Latina se hicieron estudios sobre el rendimiento escolar así nos los presentan

Eduardo Vélez y col. escribiendo un artículo a partir de 18 informes de investigación concluyendo que: los métodos de enseñanza activos son más efectivos que los pasivos; la experiencia de los profesores y el conocimiento de los temas de la materia están relacionados positivamente con rendimiento; las actitudes de los escolares hacia los estudios son importantes para incrementar el rendimiento.

Desde la perspectiva del estudiante, el rendimiento se entiende como la capacidad respondiente de éste frente a estímulos educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos pre - establecidos. (Pizarro, citado por Andrade, Miranda y Freixas, s.f.).

El rendimiento escolar es la resultante del complejo mundo que envuelve al estudiante: cualidades individuales (aptitudes, capacidades, personalidad...), su medio socio-familiar (familia, amistades, barrio...), su realidad escolar (tipo de Centro, relaciones con el profesorado y compañeros o compañeras, métodos docentes...) (Moralesy col. s.f.). Para Adell (2002), mejorar los rendimientos no sólo quiere decir obtener notas más buenas, por parte de los estudiantes, sino aumentar, también, el grado de satisfacción psicológica, de bienestar del propio alumnado.

## **FUNDAMENTACION FILOSÓFICA**

La investigación se fundamenta en el paradigma crítico propositivo porque nos permite una visualización objetiva de la realidad del problema.

Existen múltiples realidades que se consideran que deben ser resueltas con criterio de totalidad.

Es preciso recalcar que la fundamentación filosófica permite la interacción transformadora implicando valores y explicaciones contextualizadas. Además el paradigma constructivista permite el empleo del método hermenéutico y dialéctico para la resolución del problema, en lo relacionado con la investigación esto se inclina más cualitativo que cuantitativo.

## **FUNDAMENTACION LEGAL**

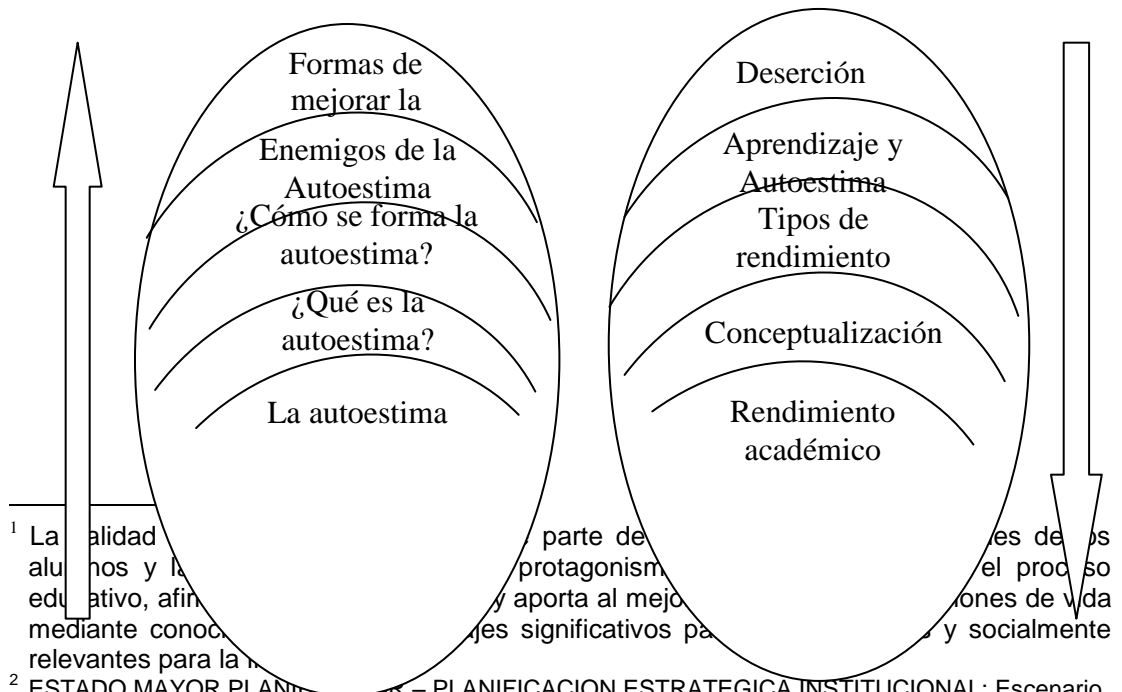
En la nueva constitución política del Ecuador en el Capítulo II, Art. 58, manifiesta: La investigación pedagógica, la formación, la capacitación y el mejoramiento docente son funciones permanentes del Ministerio de Educación destinadas a lograr la actualización del Magisterio para asegurar un eficiente desempeño en el cumplimiento de los fines de la educación nacional

La Constitución Política del Estado Ecuatoriano, en el Art. 183, expresa que “Las Fuerzas Armadas tendrán como misión fundamental la conservación de la soberanía nacional, la defensa de la integridad e independencia del Estado y la garantía de su ordenamiento jurídico”; en tal virtud, la Fuerza Terrestre para garantizar el cumplimiento de este mandato constitucional, ha elaborado su Planificación Estratégica Institucional 2000-2010, en la que presenta un conjunto de objetivos y estrategias a ser conseguidas en el corto, mediano y largo plazo con los que pretende

responder a los desafíos de la sociedad de la información que exige del individuo una alta capacidad de síntesis, razonamiento crítico y espíritu investigativo e innovador.

Lo anterior implica, necesariamente, pensar en la calidad<sup>1</sup> de los procesos educativos, en otras palabras, diseñar un modelo educativo para la Fuerza Terrestre, que responda al tipo de hombre y de institución planteado en el escenario del área estratégica de educación, en los objetivos institucionales y estrategias; así como en el Plan de Carrera y Perfiles Profesionales, que en esencia promueven la integración curricular en todos los niveles de la formación y perfeccionamiento militar, a fin de “disponer un sistema educativo moderno, eficiente y eficaz”<sup>2</sup>.

### CATEGORIAS FUNDAMENTALES



<sup>1</sup> La calidad de los procesos educativos, afines al aprendizaje y a la formación de los alumnos y la calidad de los resultados de los procesos educativos, que se reflejan en el rendimiento académico y en el desarrollo de las competencias de los estudiantes, que son relevantes para la vida personal, profesional y socialmente.

<sup>2</sup> ESTADO MAYOR PLANIFICACION ESTRATEGICA INSTITUCIONAL; Escenario del Área Estratégica de Educación.



**VARIABLE  
INDEPENDIE**

**VARIABLE  
DEPENDIEN**

## ¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?

Es la valoración que cada persona tiene de sí misma. Naturalmente que esta estima se basa en el concepto que cada persona tenga de sí misma.

La autoestima se refiere a juicios negativos o una mezcla de juicios sobre la autoimagen. La autoestima es un “sano amor a sí mismo”. Se considera sano porque es auténtico y no debería ser ni egoísta ni narcisista sino altruista y solidario.

Las creencias que tenemos acerca de nosotros mismos, aquellas cualidades, capacidades, modos de sentir o de pensar que nos atribuimos, conforman nuestra imagen personal o autoimagen.

La autoestima es la valoración que hacemos de nosotros mismos sobre la base de las sensaciones y experiencias que hemos ido incorporando a lo largo de la vida. Nos sentimos listos o tontos, capaces o incapaces, nos gustamos o no. Esta autovaloración es muy importante, dado que de ella dependen en gran parte la realización de nuestro potencial personal y nuestros logros en la vida.

De este modo, las personas que se sienten bien consigo mismas, que tienen una buena autoestima, son capaces de enfrentarse y resolver los retos y las responsabilidades que la vida plantea. Por el contrario, los que tienen una autoestima baja suelen autolimitarse y fracasar.

Las personas somos complejas y muy difíciles de definir en pocas palabras. Como existen tantos matices a tener en cuenta es importante no hacer generalizaciones a partir de uno o dos aspectos.

La autoestima y la comunicación están muy relacionadas, porque según como se diga algo, el efecto será positivo o negativo, de aprendizaje o de resentimiento, que se transmite desde la infancia hacia el futuro.

## **IMPORTANCIA DEL AUTOESTIMA**

Tomar conciencia de la trascendencia de la autoestima es un presupuesto determinante de la eficacia y de la perfección que deseamos alcanzar en su formación. La causa de que en los objetivos, programaciones y actividades escolares se descuida la educación de la autoestima estriba en la ignorancia o inadvertencia respecto al influjo decisivo que tiene en todo el proceso de maduración personal.

La autoestima alcanza varios aspectos, como a continuación destacamos.

Condiciona el aprendizaje.- es la adquisición de nuevas ideas, aprendizajes está auto-ordenada a nuestras actitudes básicas; y de estas dependen que los umbrales de la percepción estén abiertos o cerrados, que una red interno dificulte o favorezca la integración de la estructura mental del estudiante, que se generen energías más intensas de atención y concentración, es aquí donde reside parte de la causa de tanto fracaso académico.

La autoestima influye en el rendimiento académico, ya que bajas calificaciones, comentarios de los padres profesores y compañeros graban un autoconcepto nocivo que lo aplasta como una losa pesada, para evitar estos resultados es necesario un intervención pedagógica acertada.

También es evidente la proyección que se opera en todo el comportamiento académico, familiar y social. Diariamente vemos indisciplinados, payasos,

alborotados, etc., porque así es la imagen de sí mismo, que ellos se viven y que muchos educadores reformamos con nuestras sanciones imprudentes. Estos alumnos realizan un cambio sorprendente cuando conseguimos reflejar en ellos un autoconcepto elevado.

Supera las dificultades personales.- cuando un estudiante o cualquier persona goce de autoestima es capaz de enfrentar los fracasos y los problemas que les sobre vengan. Dispone dentro de sí la fuerza necesaria para reaccionar buscando la superación de los obstáculos. En buena medida es inaccesible al desaliento prolongado y muchas veces consigue unas respuestas mejores, que la llevan a un progreso en su madurez y competencia personal.

La educación debe dar a la persona las bases necesarias para entrar a la vida social y poder autorrealizarse, tiene que capacitarle para responder a los incesantes tropiezos, choques y hasta latigazos que le esperan.

Fundamenta la responsabilidad.- la educación propone la formación de personas capaces, responsables y dispuestas a comprometerse, ya que solo se comprometen los que tienen confianza en sí mismo, el que cree en su aptitud y normalmente encuentra en su interior los recursos requeridos para superar las dificultades inherentes a su compromiso.

Apoya la creatividad.- una persona creativa únicamente puede surgir desde una fe en sí mismo, en su originalidad, sus capacidades.

Determina la autonomía personal.- entre los objetos principales de la educación, quizás, se sitúe en primero o segundo lugar la formación de alumnos autónomos, autosuficientes, seguros de sí mismos, capaces de tomar decisiones, que se acepten a sí mismo, que se sientan a gusto consigo mismo, que encuentren su propia identidad en

la crisis de independencia de la adolescencia, que sepan auto-orientarse en esto se necesita desarrollar previamente una autoestimación mayormente positiva.

Será a partir de esta certeza cuando la persona elige las metas que quiere conseguir, decide que actividades y conductas son efectivas para el y asume la responsabilidad de conducir a sí mismo, sin dependencia de otros ni de apoyos del medio.

Posibilita una relación social saludable.-El respeto y aprecio hacia uno mismo es la plataforma adecuada para relacionarse con el resto de las personas.

Garantiza la proyección futura de la persona.- desde el sentimiento de las cualidades propias la persona se proyecta hacia su futuro, se autoimpone unas aspiraciones y unas expectativas de realización, se siente capaz de escoger unas metas superiores, le nace la esperanza de la meta para buscar unos bienes difíciles. Y puede conjugar la desesperanza y transmitir convicción del porvenir a cuanto las rodean.

Anticipa el futuro personal, vivir intensamente el presente, reinterpretar el pasado es la triple dimensión que nos acerca a la plenitud humana.

Constituye el núcleo de la personalidad.- la persona es un ser que busca de su identidad, la fuerza más profunda del hombre es su tendencia a llegar a ser el mismo. La fuerza impulsadora última es la voluntad inexorable de la persona de captarse de sí misma.

El dinamismo básico del hombre es su autorrealización. Educar es suscitar la autoestima. Si los educadores descuidamos nuestra tarea, hemos desertado del trabajo prioritario. Desarrollar y explicar esta afirmación sería apasionante, pero nos llevaría lejos.

Es muy importante la participación de los padres en la concepción de la imagen personal del niño, ya que nosotros nacemos con un sentido de valor propio, esto lo aprendemos en el núcleo familiar; los mensajes que ellos le comunican respecto a su valor como persona.

Durante los primeros años el niño aprende la autovaloración en la familia

Si crecemos sintiéndonos amados y seguros son mayores las probabilidades de que poseamos un alto sentido de la autoestima y desarrollemos un verdadero sentido de identidad personal.

Es importante no confundir el amor a uno mismo con la petulancia. Quien tiene una alta autoestima no necesita pregonarlo, simplemente lo vive, tampoco debe confundirse la autoestima, con la aprobación que los demás tienen de uno mismo; cada individuo es un ser único y diferente.

### **¿CÓMO SE FORMA LA AUTOESTIMA?**

El concepto de uno mismo va desarrollándose poco a poco a lo largo de la vida, cada etapa aporta en mayor o menor grado, experiencias y sentimientos, que darán como resultado una sensación general de valía e incapacidad.

En la infancia descubrimos que somos niños o niñas, que tenemos manos, piernas, cabeza y otras partes de nuestro cuerpo. También descubrimos que somos seres distintos de los demás y que hay personas que nos aceptan y personas que nos rechazan.

A partir de esas experiencias tempranas de aceptación y rechazo de los demás es cuando comenzamos a generar una idea sobre lo que valemos y por lo que valemos o dejamos de valer. El niño gordito desde pequeño puede ser de mayor un adulto feliz o

un adulto infeliz, la dicha final tiene mucho que ver con la actitud que demostraron los demás hacia su exceso de peso desde la infancia.

Durante la adolescencia, una de las fases más críticas en el desarrollo de la autoestima, el joven necesita forjarse una identidad firme y conocer a fondo sus posibilidades como individuo; también precisa apoyo social por parte de otros cuyos valores coincidan con los propios, así como hacerse valioso para avanzar con confianza hacia el futuro.

Es la época en la que el muchacho pasa de la dependencia de las personas a las que ama a la independencia, a confiar en sus propios recursos. Si durante la infancia ha desarrollado una fuerte autoestima, le será relativamente fácil superar la crisis y alcanzar la madurez. Si se siente poco valioso corre el peligro de buscar la seguridad que le falta por caminos aparentemente fáciles y gratificantes, pero a la larga destructivos como la drogadicción.

La baja autoestima está relacionada con una distorsión del pensamiento, la forma inadecuada de pensar. Las personas con baja autoestima tienen una visión muy distorsionada de lo que son realmente; al mismo tiempo, estas personas mantienen unas exigencias extraordinariamente perfeccionistas sobre lo que deberían ser o lograr.

La persona con baja autoestima mantiene un diálogo consigo misma que incluye pensamientos como:

Sobregeneralización.- a partir de un hecho aislado se crea una regla universal, general, para cualquier situación y momento: He fracasado una vez.

Designación global.- se utilizan términos peyorativos para describirse a uno mismo, en vez de describir el error concretando el momento temporal en que sucedió.

Pensamiento polarizado.- pensamiento de todo o nada. Se llevan las cosas a sus extremos. Se tienen categorías absolutas. Es blanco o negro. Estás conmigo o contra mí. Lo hago bien o mal. No se aceptan ni se saben dar valoraciones relativas. O es perfecto o no vale.

Autoacusación.- uno se encuentra culpable de todo. Tengo yo la culpa, Tendría que haberme dado cuenta.

Personalización.- suponemos que todo tiene que ver con nosotros y nos comparamos negativamente con todos los demás. Tiene mala cara, qué le habré hecho.

Lectura del pensamiento.- supones que no le interesas a los demás, que no les gustas, crees que piensan mal de ti, sin evidencia real de ello. Son suposiciones que se fundamentan en cosas peregrinas y no comprobables.

Falacias de control.- sientes que tienes una responsabilidad total con todo y con todos, o bien sientes que no tienes control sobre nada, que se es una víctima desamparada.

Razonamiento emocional.- si lo siento así es verdad. Nos sentimos solos, sin amigos y creemos que este sentimiento refleja la realidad sin parar a contrastarlo con otros momentos y experiencias.

## **CARACTERÍSTICAS DE LA AUTOESTIMA**

La autoestima se basa en conocer las verdaderas necesidades, deseos, habilidades y limitaciones. Conocerse internamente y externamente, realizar acciones positivas para con nosotros mismos y los demás, aprendiendo, ayudando, disfrutando y madurando con las crisis.

La vida es un desarrollo continuo en el que una meta central para lograr la salud integral podría ser buscar el equilibrio y la armonía ante los distintos retos y demandas, que se van presentando en las diferentes etapas.

Con el fin de lograr una identidad auténtica y gratificante podemos buscar en nuestras relaciones interpersonales un desarrollo y reconocimiento satisfactorio en lugar de una compulsión y necesidad de aprobación.

### **DESARROLLO DEL AUTOCONCEPTO.**

Desde muy pequeño y a partir de sus experiencias, el niño se forma una idea acerca de lo que rodea y también construye una imagen personal. Esta imagen mental es una representación que, en gran medida, corresponde a las que a las otras personas piensan de él o ella.

La valoración de la imagen que el niño va haciendo de sí mismo depende de la forma en que el va percibiendo que cumple las expectativas de sus padres, en relación a las metas y a las conductas que se esperan de él. Si el niño siente que sus logros están de acuerdo con lo esperado, se irá percibiendo a sí mismo como eficaz, capaz, competente

Se irá formándose el autoconcepto surge la necesidad de ser estimado por los demás y de estimarse a sí mismo.

### **ENEMIGOS DE LA AUTOESTIMA**

Pensamientos erróneos.

Miedo a la crítica y a la desaprobación.



Desconocer nuestras capacidades.

Perfeccionismo

Necesidad de controlar o dominar a otros y de ser controlado o dominado por otros.

Dependencia

Inacción.

### **¿CUÁLES SON LOS NIVELES DE AUTOESTIMA?**

Los niveles de autoestima pueden ser: alto o bajo, y consecuentemente cada uno indicará en calidad de vida. Un bajo nivel de autoestima afecta adversamente nuestras relaciones familiares, amistosas y de pareja, nuestro desempeño personal y profesional, y lo más importante, nuestra sensación interna de bienestar.

La persona que tiene un nivel de autoestima bajo depende de los resultados presentes para establecer cómo debe sentirse con respecto a sí misma. Necesita experiencias externas positivas para contrarrestar los sentimientos negativos que albergan hacia ella misma.

Mientras que un alto nivel de autoestima hace florecer un alto nivel de confianza en sus habilidades para resolver situaciones, y la asertividad necesaria para permitirle llegar a ser todo lo que puede ser.

Un alto nivel de autoestima le permite a la persona tener relaciones más funcionales, saludables y profundas, principalmente con la misma persona.

Un nivel de autoestima positiva se fundamenta en las habilidades que tiene cada persona para autoevaluarse objetivamente, conocerse realmente, y ser capaz de aceptarse y valorarse incondicionalmente; es decir, ser capaz de reconocer de manera realista sus fortalezas y limitaciones, y al mismo tiempo aceptarse como valiosa, sin condiciones ni reservas.

Es importante no confundir un alto nivel de autoestima con el egoísmo o sentirse superior, los cuales son en realidad intentos de ocultar sentimientos negativos sobre sí mismos.

## **BAJA AUTOESTIMA**

Todos tenemos en el interior sentimientos no resueltos, aunque no siempre seamos conscientes de estos. Los sentimientos ocultos de dolor suelen convertirse en enojo, y con el tiempo volvemos el enojo contra nosotros mismos, dando así lugar a la depresión. Estos sentimientos pueden asumir muchas formas: odiarnos a nosotros mismos, ataques de ansiedad, repentinos cambios de humor, culpas, reacciones exageradas, hipersensibilidad, encontrar el lado negativo en situaciones positivas o sentirse impotentes y autodestructivos.

Cuando una persona no logra ser auténtica se le originan los mayores sufrimientos, tales como, enfermedades psicológicas, la depresión, las neurosis y ciertos rasgos que pueden no llegar a ser patológicos, pero crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como por ejemplo, timidez, vergüenza, temores, trastornos psicósomáticos.

La autoestima es importante porque es nuestra manera de percibirnos y valorarnos como así también moldea nuestras vidas. Una persona que no tiene confianza en sí misma, ni en sus propias posibilidades, puede que sea por experiencias que así se lo han hecho sentir o por mensajes de confirmación o desconfirmación que son transmitidos por personas importantes en la vida de ésta, que la alientan o la denigran.

Otra de las causas por las cuales las personas llegan a desvalorizarse, es por la comparación con los demás, destacando de éstos las virtudes en las que son superiores, por ejemplo: sienten que no llegan a los rendimientos que otros alcanzan; creen que su existencia no tiene una finalidad, un sentido y se sienten incapaces de otorgárselo; sus seres significativos los descalifican y la existencia se reduce a la de un ser casi sin ser. No llegan a comprender que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás.

La persona, va creciendo y formando su personalidad dentro del ambiente familiar, que es el principal factor que influye en la formación de la misma, ya que le incorpora a ésta los valores, reglas y costumbres que a veces suelen ser contraproducentes.

Algunos de los aspectos ya mencionados son incorporados, a la familia, por medio del "modelo" que la sociedad nos presenta, y éste es asimilado por todos los grupos sociales. Pero, la personalidad de cada uno, no sólo se forma a través de la familia, sino también, con lo que ésta cree que los demás piensan de ella y con lo que piensa de sí misma, al salir de este ambiente y relacionarse con personas de otro grupo diferente.

## **ACTITUDES O POSTURAS HABITUALES QUE INDICAN AUTOESTIMA BAJA**

Autocrítica dura y excesiva que la mantiene en un estado de insatisfacción consigo mismo.

Hipersensibilidad a la crítica, por la que se siente exageradamente atacada/o, herida/o; echa la culpa de los fracasos a los demás o a la situación; cultiva resentimientos tercos contra sus críticos.

Indecisión crónica, no por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.

Deseo innecesario por complacer, por el que no se atreve a decir NO, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión del peticionario.

Perfeccionismo, autoexigencia esclavizadora de hacer "perfectamente" todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.

Culpabilidad neurótica, por la que se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y/o los lamenta indefinidamente, sin llegar nunca a perdonarse por completo.

Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aún por cosas de poca importancia, propia del supercrítico a quién todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.

Tendencias defensivas, un negativo generalizado y una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma.

## **BUENA AUTOESTIMA**

No se habla de una alta autoestima, sino del narcisismo o de una buena autoestima. El narcisismo es el amor excesivo hacia uno mismo o de algo hecho por uno mismo, por eso se dice que una persona es narcisista, cuando está enamorado de sí mismo, es decir de lo que piensa, de lo que hace, de cómo es, de cómo se viste, etc., pero no del propio ser, sino de la imagen del yo.

En relación al narcisismo hay que tener en cuenta dos elementos, uno la imagen, que es como se ve exteriormente la persona y la otra es el amor, que es el amor excesivo de la persona, hacia sí mismo.

La representación del narcisismo en el niño son simplemente las palabras e imágenes que les transmitieron sus padres, por eso se dice que los padres tienden a atribuirle al niño todas las afecciones y se niegan o se olvidan todos sus supuestos defectos.

Alguien con una buena autoestima no necesita competir, no se compara, no envidia, no se justifica por todo lo que hace, no actúa como si pidiera perdón por existir, no cree que está molestando o haciendo perder el tiempo a otros, se da cuenta de que los demás tienen sus propios problemas en lugar de hecharse la culpa "por ocasionar molestias".

### **CARACTERÍSTICAS DE LA AUTOESTIMA POSITIVA**

Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesto a defenderlos aún cuando encuentre fuerte oposiciones colectivas, y se siente lo suficientemente segura como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocada.

Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirme culpable cuando a otros le parece mal lo que haya hecho.

No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.

Tiene confianza por su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente

Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra persona aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.

Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia.

No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.

Reconoce y acepta en sí mismo una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.

Es capaz de disfrutar diversas actividades como trabajar, jugar, descansar, caminar, estar con amigos, etc.

Es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas, reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de los demás.

## **FORMAS DE MEJORAR LA AUTOESTIMA**

La autoestima puede ser cambiada y mejorada. Podemos hacer varias cosas para mejorar nuestra autoestima:

Convierte lo negativo en positivo.-Nunca pierdas las ganas de pensar en positivo, invierte todo lo que parezca mal o que no tiene solución:

**Pensamientos negativos**

**Pensamientos alternativos**

No hables

Tengo cosas importantes que decir

No puedo hacer nada

Tengo éxito cuando me lo propongo

No esperes demasiado

Haré realidad mis sueños

No soy suficientemente bueno

Soy bueno

No generalizar.- Como ya hemos dicho, no generalizar a partir de las experiencias negativas que podamos tener en ciertos ámbitos de nuestra vida. Debemos aceptar que podemos haber tenido fallos en ciertos aspectos; pero esto no quiere decir que en general y en todos los aspectos de nuestra vida seamos desastrosos.

Centrarnos en lo positivo.- En conexión con lo anterior, debemos acostumbrarnos a observar las características buenas que tenemos. Todos tenemos algo bueno de lo cual podemos sentirnos orgullosos; debemos apreciarlo y tenerlo en cuenta cuando nos evaluemos a nosotros mismos.

Hacernos conscientes de los logros o éxitos.- Una forma de mejorar nuestra imagen relacionada con ese consiste en hacernos conscientes de los logros o éxitos que tuvimos en el pasado e intentar tener nuevos éxitos en el futuro. Pida a los alumnos/as que piensen en el mayor éxito que han tenido durante el pasado año. Dígales que todos debemos reconocer en nosotros la capacidad de hacer cosas bien en determinados ámbitos de nuestra vida y que debemos esforzarnos por lograr los éxitos que deseamos para el futuro.

No compararse.- Todas las personas somos diferentes; todos tenemos cualidades positivas y negativas. Aunque nos veamos “peores” que otros en algunas cuestiones, seguramente seremos “mejores” en otras; por tanto, no tiene sentido que nos comparemos ni que, nos sintamos “inferiores” a otras personas.

Confiar en nosotros mismos.- Confiar en nosotros mismos, en nuestras capacidades y en nuestras opiniones. Actuar siempre de acuerdo a lo que pensamos y sentimos, sin preocuparse excesivamente por la aprobación de los demás.

Aceptarnos a nosotros mismos.- Es fundamental que siempre nos aceptemos. Debemos aceptar que, con nuestras cualidades y defectos, somos, ante todo, personas importantes y valiosas.

Esforzarnos para mejorar.- Una buena forma de mejorar la autoestima es tratar de superarnos en aquellos aspectos de nosotros mismos con los que no estemos satisfechos, cambiar esos aspectos que deseamos mejorar

Para ello es útil que identifiquemos qué es lo que nos gustaría cambiar de nosotros mismos o qué nos gustaría lograr, luego debemos establecer metas a conseguir y esforzarnos por llevar a cabo esos cambios.

## **ELABORAR PROYECTOS DE SUPERACIÓN PERSONAL**

Una parte importante de nuestra autoestima viene determinada por el balance entre nuestros éxitos y fracasos. En concreto, lograr lo que deseamos y ver satisfechas nuestras necesidades proporciona emociones positivas e incrementa la autoestima.

Se ha apuntado como una forma de mejorar la autoestima el esforzarse para cambiar las cosas que no nos gustan de nosotros mismos. Vamos a trabajar sobre un método



que puede hacer más fácil estos cambios. Este método está compuesto por cuatro pasos fundamentales:

Pasos para conseguir lo que se desea.

Plantearse una meta clara y concreta.

Establecer las tareas que se deben realizar para lograrla.

Organizar las tareas en el orden en que se deberían realizar.

Ponerlas en marcha y evaluar los logros que se vayan consiguiendo.

### **ELEMENTOS PARA LOGRAR UNA AUTOESTIMA SALUDABLE.**

Autoconocimiento.- capacidad de autoobservación, análisis y síntesis reflexivo, sumado a la capacidad de autopercepción. Cuando el adolescente conozca cómo actúa y qué siente, logrará establecer una comunicación interna que le permitirá alcanzar una personalidad integrada y sólida.

Autoconcepto.- suma de las creencias que se tienen acerca de sí mismo y que se ponen de manifiesto en la conducta. Dos elementos del autoconcepto y de suma relevancia durante la etapa adolescente son el autoconcepto intelectual y la autoimagen.

Autovaloración.- juicio, ya sea positivo o negativo, que cada quien hace de sus propios rasgos.

Autoaceptación.- admitir y reconocer como propias las diversas características que nos conforman, sean agradables o desagradables.

Autorrespeto.- atender las necesidades, gustos, intereses y sentimientos propios, con el propósito de encauzar los esfuerzos a satisfacerlos de manera realista y saludable.

Autoestima.- es el conjunto de todos los elementos anteriores. Si falta alguno de estos, el nivel de autoestima se modifica.

La autoestima se desarrolla durante toda la vida; es dinámica y susceptible de avance o retroceso. En la autoestima del adolescente influyen tanto las experiencias externas como las internas.

A través de la reflexión los adolescentes llegarán a un conocimiento de sí mismos que les permitirá realizar un proyecto de vida a corto, mediano y largo plazos, con metas accesibles a su realidad. Comprenderán que uno de sus principales objetivos hacia la edad adulta es dejar de depender de los demás, no únicamente en el plano económico, sino también emocional.

### **COMO EDUCAR EL AUTOESTIMA.**

La autoestima es una actitud básica que determina el comportamiento y el rendimiento escolar del alumno. La vida escolar ejerce una influencia decisiva en la configuración del autoconcepto, que acompañara a la persona a lo largo de toda su vida.

El autoconcepto y el autoestima juegan un importante papel en la vida de las personas. Los éxitos y los fracasos, la satisfacción de uno mismo, el bienestar psíquico y el conjunto de relaciones sociales llevan su sello.

Tener un autoconcepto favorece el sentido de la propia identidad, constituye un marco de referencia desde el que interpretar la realidad externa y las propias

experiencias, influye en el rendimiento, condiciona las expectativas y la motivación y contribuye a la salud y al equilibrio psíquicos. Toda la persona tiene una opinión sobre sí misma, esto contribuye el autoconcepto y la valoración que hacemos de nosotros mismos en la autoestima.

La autoestima de un individuo nace el concepto que se forma a partir de los comentarios (comunicación verbal) y actitudes (comunicación no verbal) de las demás personas hacia él.

La autoestima se aprende, fluctúa y la podemos mejorar. Es a partir de los 5-6 años cuando empezamos a formarnos un concepto de como nos ve nuestros padres, maestros, compañeros y las experiencias que vamos adquiriendo.

La autoestima es el grado de satisfacción consigo mismo, poniendo especial énfasis en su propio valor y capacidad; es lo que la persona se dice a sí mismo.

La autoestima incluye dos aspectos básicos: el sentimiento de autoeficiencia y el sentimiento de ser valioso, el sentido más general él se competente y valioso para otros.

Este concepto de sí mismo también llamada "Autoconcepto" se va formando gradualmente a través del tiempo y de las experiencias vividas por el sujeto.

## **ESTRATEGIAS PARA DESARROLLAR LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES:**

Estrategias como las siguientes pueden ser útiles para desarrollar la autoestima de los estudiantes:

Ser efusivo y claro al reconocer lo que los niños han hecho correctamente. Si no han cumplido como se esperaba, darles una nueva oportunidad explicando un poco más lo que se espera de ellos.

Generar un clima que posibilite la creatividad. Cuando los niños tienen espacio pueden ser muy creativos y en todas las asignaturas es posible dar un espacio para la creatividad.

Generar un clima emocional cálido, participativo, interactivo, donde el aporte de cada uno pueda ser reconocido.

Fomentar especialmente el trabajo en grupos, durante la clase.

Usar frecuentemente el refuerzo de los logros de los estudiantes frente al grupo. Es importante reconocer logros reales, que sean sentidos como algo especial y único por el estudiante, permitiéndole así procesarlos como éxitos personales.

Mostrar confianza en las capacidades de los estudiantes y en sus habilidades para enfrentar y resolver sus problemas y dificultades en distintas situaciones.

Desarrollar el espíritu de observación y ayudarlos a buscar formas inhibitorias para adaptarse a la realidad. El ser consciente de lo que le sucede a sí mismo y de lo que ocurre a su alrededor, es un atributo del hombre que ha permitido el progreso de la humanidad, pero que también está en la base del desarrollo personal.

Incentivar a los estudiantes a asumir responsabilidades; esto les demostrara que se confía en ello.

Poner exigencias y metas al alcance de los estudiantes, y que estas metas pueden ser alcanzadas con un esfuerzo razonable. Evaluar el logro de las tareas solicitadas.

## **RENDIMIENTO ACADÉMICO**

El rendimiento académico refleja el resultado de las diferentes y complejas etapas del proceso educativo y al mismo tiempo, una de las metas hacia las que convergen todos los esfuerzos y todas las iniciativas de las autoridades educacionales, maestros, padres de familia y alumnos.

No se trata de cuanta materia han memorizado los educando sino de cuanto de ello han incorporado realmente a su conducta, manifestándolo en su manera de sentir, de resolver los problemas y hacer o utilizar cosas aprendidas.

La comprobación y la evaluación de sus conocimientos y capacidades. Las notas dadas y la evaluación tienen que ser una medida objetiva sobre el estado de los rendimientos de los alumnos.

El rendimiento educativo lo consideramos como el conjunto de transformaciones operadas en el educando, a través del proceso enseñanza - aprendizaje, que se manifiesta mediante el crecimiento y enriquecimiento de la personalidad en formación.

El rendimiento educativo sintetiza la acción del proceso educativo, no solo en el aspecto cognoscitivo logrado por el educando, sino también en el conjunto de habilidades, destrezas, aptitudes, ideales, intereses, etc.

Con esta síntesis están los esfuerzos de la sociedad, del profesor y del rendimiento enseñanza - aprendizaje, el profesor es el responsable en gran parte del rendimiento escolar.

Consideramos que en el rendimiento educativo intervienen una serie de factores entre ellos la metodología del profesor, el aspecto individual del estudiante, el apoyo familiar entre otros.

Hay que aclarar que la acción de los componentes del proceso educativo, solo tienen afecto positivo cuando el profesor logra canalizarlos para el cumplimiento de los objetivos previstos, aquí la voluntad del educando traducida en esfuerzo es vital, caso contrario no se debe hablar de rendimiento.

En todos los tiempos, dentro de la educación sistematizada, los educadores se han preocupado por lo que la pedagogía conocemos con el nombre de aprovechamiento o rendimiento escolar, fenómeno que se halla estrechamente relacionado con el proceso enseñanza - aprendizaje.

La idea que se sostiene de rendimiento escolar, desde siempre y aún en la actualidad, corresponde únicamente a la suma de calificativos producto del examen de conocimientos, a que es sometido el alumno

Desde este punto de vista el rendimiento escolar ha sido considerado muy unilateralmente, es decir, sólo en relación al aspecto intelectual. Esta situación se convirtió en norma, principio y fin, exigiendo al educando que rindiese repitiendo de memoria lo que se le enseña más a la letra, es decir, cuando más fiel es la repetición se considera que el rendimiento era mejor.

Al rendimiento escolar lo debemos considerar, dejando de lado lo anotado en el párrafo anterior, pues lo más importante son los alumnos. Estos cambios conductuales se objetivarán a través de las transformaciones, formas de pensar y obrar así como en la toma de conciencia de las situaciones problemáticas.

El rendimiento debe referirse a la serie de cambios conductuales expresados como resultado de la acción educativa. Por lo dicho, el rendimiento no queda limitado en los dominios territoriales de la memoria, sino que trasciende y se ubica en el campo de la comprensión y sobre todo en los que se hallan implicados los hábitos, destrezas, habilidades, etc.

## **TIPOS DE RENDIMIENTO EDUCATIVO**

### **Rendimiento Individual**

Es el que se manifiesta en la adquisición de conocimientos, experiencias, hábitos, destrezas, habilidades, actitudes, aspiraciones, etc. Lo que permitirá al profesor tomar decisiones pedagógicas posteriores.

Los aspectos de rendimiento individual se apoyan en la exploración de los conocimientos y de los hábitos culturales, campo cognoscitivo o intelectual. También en el rendimiento intervienen aspectos de la personalidad que son los afectivos. Comprende:

**Rendimiento General:** Es el que se manifiesta mientras el estudiante va al centro de enseñanza, en el aprendizaje de las Líneas de Acción Educativa y hábitos culturales y en la conducta del alumno.

**Rendimiento específico:** Es el que se da en la resolución de los problemas personales, desarrollo en la vida profesional, familiar y social que se les presentan en el futuro.

En este rendimiento la realización de la evaluación de más fácil, por cuanto si se evalúa la vida afectiva del alumno, se debe considerar su conducta parceladamente:

sus relaciones con el maestro, con las cosas, consigo mismo, con su modo de vida y con los demás.

**Rendimiento Social:** La institución educativa al influir sobre un individuo, no se limita a éste sino que a través del mismo ejerce influencia de la sociedad en que se desarrolla.

Desde el punto de vista cuantitativo, el primer aspecto de influencia social es la extensión de la misma, manifestada a través de campo geográfico.

Además, se debe considerar el campo demográfico constituido, por el número de personas a las que se extiende la acción educativa.

## **APRENDIZAJE**

Definición: El término aprendizaje es una palabra que abarca un gran contexto dentro del aspecto educativo y en nuestro diario vivir. Al intentar definirlo a través de distintas aproximaciones, es importante que nos alejemos de teorías reduccionistas que afirman que el aprendizaje es solamente un proceso de entrada y salida de información, ni es un proceso biológico y no se puede considerar solo lo emocional.

Otro de los aspectos que abarca este término son nuestras experiencias pasadas, nuestros afectos, nuestras vivencias y las situaciones sociales en las que se desarrolla el aprender.

El aprendizaje requiere de un proceso donde interviene nuestra estructura psíquica que da sentido a todos los procesos perceptivos, la organización cognitiva sistematiza toda la información recibida de una manera muy personal de acuerdo a todas nuestras experiencias vividas y las situaciones sociales en las que cada ser humano se desarrolla.



El proceso de aprendizaje en la actualidad ya no es una acción pasiva de recepción, ni la enseñanza una simple transmisión de información; hoy hablamos del aprendizaje interactivo. El aprendizaje supone una construcción que se realiza a través de un proceso mental que conlleva a la adquisición de un conocimiento nuevo.

Los seres humanos requerimos de permanentes aprendizajes y estamos en constante aprendizaje desde el mismo momento de la gestación. El aprender es el camino para lograr el crecimiento, maduración y desarrollo como personas en un mundo organizado: la interacción con el medio nos permiten que el conocimiento nuevo y antiguo se organice.

El aprendizaje es un proceso de construcción, de representaciones personales significativas y con sentido de un objeto o situación de la realidad. Es un proceso interno que se desarrolla cuando el alumno está en interacción con su medio socio-cultural.

Los aprendizajes deben ser funcionales, en el sentido de que los contenidos nuevos, asimilados, están disponibles para ser utilizados en diferentes situaciones.

Los aprendizajes no son solo procesos intrapersonales, sino también interpersonales.

Por ello, los alumnos deben aprender tareas de aprendizaje colectivamente organizadas.

Los estudiantes deben ser capaces de descubrir sus potencialidades y limitaciones en el aprendizaje. Para ello es necesario que identifiquen lo que aprendan y comprendan como lo que aprenden, es decir, que ejerciten su metacognición. Esto los permitirá enfrentar con mayor éxito los retos que se presenten.

Por lo tanto, la educación al impulsar aprendizajes significativos y funcionales y la metacognición en los alumnos potencia sus propias capacidades y promueve el desarrollo de su autonomía, identidad y integración social.

Todo aprendizaje tiene contenidos. Estos contenidos son de tres tipos:

Conceptuales:

Son los hechos, ideas, conceptos, leyes, teorías y principios, es decir, son los conocimientos declarativos. Constituyen el conjunto del saber. Sin embargo estos conocimientos no son solo objetos mentales, sino sus instrumentos con lo que se observa y comprende el mundo al combinarlos, ordenarlos y transformarlos.

Procedimentales:

Son procedimientos no declarativos, como las habilidades y destrezas psicomotoras, procedimientos y estrategias. Constituyen el saber hacer. Son acciones ordenadas, dirigidas a la consecución de metas.

Actitudinales:

Son los valores, normas y actitudes que se asume para asegurar la convivencia humana armoniosa.

Aprender no es memorizar. Los alumnos lo hacen por sus propias experiencias vividas y por su actividad creadora, aprenden lo que deben aprender. Se le debe asesorar y guiar para que su aprendizaje sea activo liberador y reflexivo.

Es necesario revalorar la experiencia cotidiana del estudiante dándole sentido a lo que aprende y evitando el aprendizaje mecánico o repetitivo.

Frente a este hecho se plantea un nuevo enfoque, que parte de la concepción de que el estudiante construye su propio aprendizaje, a través de actividades significativas bajo la orientación del profesor y otros agentes educativos, quienes facilitan que el alumno se enfrente a situaciones educativas a través de las cuales realizará la asimilación, de acuerdo con los esquemas mentales y niveles.

No minimicemos su capacidad creativa, activa, constructivista: ellos están cognitivamente, para entender mucho más de lo que creemos; no los limitemos a cree que son sujetos pasivos del sistema educativo del que solamente reciben beneficios; sin que deba exigírseles como portadores de obligaciones para con ellos mismo.

## **ENFOQUE DEL APRENDIZAJE**

Los enfoques son los procesos de aprendizaje derivados de la percepción que el estudiante tiene de la tarea que debe realizar y entre ellos tenemos:

### **Enfoque profundo**

Este enfoque se basa en el interés por comprender lo que se está estudiando y por encontrar su significado. La persona intenta, al mismo tiempo, relacionar lo nuevo que está aprendiendo con lo que ya sabe y con su experiencia. La persona que adopta este enfoque tiende a:

Buscar la calidad del aprendizaje.

Implicarse en las tareas que realiza.

Centrarse más en la comprensión que en los aspectos literales.

Enfoque superficial

Se basa en una motivación extrínseca. Los estudiantes ven el aprendizaje como un medio para lograr otros fines como, por ejemplo, conseguir un trabajo o evitar una pérdida de año escolar. Las estrategias que suelen utilizar las personas con este enfoque son las que les permiten aprender lo esencial y reproducirlo de modo memorístico. Su intención se limita a completar las tareas que se les piden y a memorizar la información.

## **IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL APRENDIZAJE (EDUCACIÓN)**

La importancia que tiene la autoestima en la educación es porque tiene que ver con el rendimiento escolar, con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo del alumno consigo mismo.

Cada vez que se establece una relación, se está transmitiendo aprobación o desaprobación y en esa misma medida, se van devolviendo o entregando características personales que pasan a integrar la autoimagen de esa persona.

De este modo, la interacción con el profesor va teniendo repercusiones en el sentimiento de confianza de si mismo que desarrolla el alumno, es decir, se siente que lo hacen bien o mal.

Si el alumno percibe que el profesor es cercano, acogedor y valorativo con los alumnos, va a proyectar formas de establecer relaciones, interiorizara en forma casi automática este tipo de interacciones.

Se puede apreciar que existe una relación circular; si el alumno tiene una autoestima alta se comportara en forma agradable, será cooperador, responsable, rendirá mejor y facilitara el trabajo escolar. Por lo tanto el profesor positivamente será reforzante, estimulante y entregara retroalimentación positiva; lo que hará que el alumno se comporte mejor, y así sucesivamente generándose un círculo virtuoso.

Si su autoestima es baja se pondrá agresivo irritable, poco cooperador, poco responsable. Con esta situación es altamente probable que el profesor tienda a asumir una postura más crítica y rechazante frente al alumno, quien a su vez, se pondrá más negativo y desafiante, creándose así un círculo vicioso.

Por otro lado, se ha encontrado una relación entre la autoestima de los profesores y la autoestima de los alumnos. Los profesores con una buena autoestima son mas reforzadores, dan más seguridad a los alumnos, están más satisfechos con su rendimiento escolar, desarrollan un clima emocional más positivo y sus alumnos se aprecian más contentos en la sala de clases.

Los profesores con baja autoestima tienden a tener miedo de perder autoridad, por lo tanto usan una disciplina mucho mas represiva y sus alumnos son menos creativos, no saben trabajar solos, son más tensos e irritables y dependen del control que el profesor ejerce sobre ellos.

## **DESERCIÓN**

La deserción escolar es un problema educativo que afecta al desarrollo de la sociedad, y se da principalmente por falta de recursos económicos y por una desintegración familiar.

Es un fenómeno social ocasionado por diversas causas ya sean políticas, económicas, familiares, etc. Lo cual debe ser estudiado detenidamente para determinar las posibles soluciones, así como también su prevención.

Abandono de un ciclo escolar, motivado por varios factores.

Abandono temporal o definitivo de los estudios formales realizados por un individuo. Factor motivado por varios elementos tanto internos como externos, por ejemplo externos: presiones económicas, influencia negativa de padres, amigos, familiares, maestros, complejidad de las materias.

Y en los internos: desinterés personal, no tener motivación en la vida, desagrado por la escuela, materias. Etc.

Corresponde al abandono temporal o definitivo que efectúa un sujeto, con relación a sus estudios formales, ya sea primario o secundario. Es el abandono del estudio debido a diversos factores que influyen en el alumno, y como consecuencia se produce el rezago educativo y la analfabetización.

Es el abandono total o parcial de un individuo en sus estudios, esto se debe a factores de fuerza mayor. Abandono del colegio por diferentes razones familiares económicos y aceptar responsabilidades a corta edad.

Es el abandono parcial o total de las aulas de estudio debido a diversas causas como económicas, educativas, sociales, culturales, familiares, etc.

Es el desinterés por el estudio en los escolares, a causa de problemas socioculturales, emocionales, etc. que vive el educando.

Es abandonar los estudios que se cursan hasta el momento por razones diversas.

El abandono es por causas de tipo social y familiar pero sobre todo a la falta de capacidad para evitarlo.

Deserción escolar se refiere a varios términos por que influye muchos factores tanto económicos, económico, socioculturales familiares, etc. Estos factores influyen en el retrasó educativo.

Es el abandono parcial o total de la educación escolarizada. Son varias las razones para que se dé la deserción. Entre las que más comunes están el factor económico, un medio comunitario que no alienta la educación escolarizada, el bajo rendimiento, etc.

Es el rechazo a adquirir conocimientos de gran nivel, la cual es consecuencia de una baja autoestima a no querer sobresalir.

La deserción se concibe como el apocalipsis del sistema educativo formal, cuya única cura es una reestructuración del curriculum, de lo contrario la institución educativa pasará a ser un mito en vez de una realidad palpable. Por falta de comunicación entre los padres y el hijo.

## **HIPÓTESIS**

La autoestima incide en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados del paralelo "C" de la ESFORSE de la promoción 2008-2010 en la ciudad de Ambato.

## **SEÑALAMIENTO DE VARIABLES DE LAS HIPÓTESIS**

## **VARIABLE INDEPENDIENTE**

La autoestima.

## **VARIABLE DEPENDIENTE**

Rendimiento académico.

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **ENFOQUE**

En la presente investigación tiene un enfoque de cualitativo - cuantitativo, cualitativo por el hecho de investigar los estados de autoestima del aspirante a soldado y cuantitativa puesto que se obtendrá datos numéricos a ser procesados estadísticamente buscando las causas y la explicación de los hechos que se investiga, posee una perspectiva externa y global, se orienta a comprobar hipótesis con técnicas cuantitativas para lograr una medición controlada.



## **MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN:**

**Documentación bibliográfica.-** Porque se acudió a fuentes secundarias de investigación como son: libros, artículos de la constitución de la república sobre la educación, internet, etc.

**De campo.-** Por cuanto se desarrolla la investigación en el lugar de los hechos, esto es en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "ESFORSE" de la ciudad de Ambato.

**De intervención.-** Porque se trata de conocer las causas que originan la problemática y buscar posibles soluciones.

## **NIVELES O TIPOS DE INVESTIGACIÓN:**

**Exploratoria.-** Ya que la investigación busca descubrir las principales características de la problemática tratada.

**Descriptiva.-** Por cuanto la investigación detalla las causas y consecuencias de la problemática en mención.

**De asociación de variables.-** por que se establece la relación de la variable independiente con respecto a la variable dependiente.

## **POBLACIÓN Y MUESTRA**

Se trabajará con toda la población puesto que no pasa de los 100 elementos y la comisión internacional de investigación reunida en Santiago de Chile dispuso que la población es menor de 100 se trabajará con todos sus elementos.

La presente investigación se realizó en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "ESFORSE" en el paralelo "C" de la promoción 2008-2010 cuya población es de 33 aspirantes a soldados y 7 docentes.

El universo de estudio de la presente investigación estará integrado por los aspirantes a soldados y docentes de la institución que se detalla en el siguiente cuadro:

<b>NOMINA</b>	<b>NÚMERO</b>
Docentes	7
Aspirantes a soldados	33
Total Población	40

## OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

**VARIABLE INDEPENDIENTE:** La Autoestima

CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORIAS	INDICADORES	ITEMS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
<p>Es la valoración que hacemos de nosotros mismos sobre la base de las sensaciones y experiencias que hemos ido incorporando a lo largo de la vida. Nos sentimos capaces o incapaces.</p> <p>Esta autovaloración es muy importante, dependen en gran parte la realización de nuestro potencial personal y nuestros logros en la vida. Las personas que se sienten bien consigo mismas, tienen una buena autoestima y son capaces de enfrentarse y resolver los retos y las responsabilidades que la vida plantea. Por el contrario, los que tienen una autoestima baja suelen autolimitarse y fracasar.</p>	<p>Valoración de uno mismo</p> <p>Capaces e incapaces</p> <p>Realización personal</p> <p>Capacidad de enfrentarse y resolución de problemas</p> <p>Autolimitación y fracaso</p>	<p>Cuidado personal Autoimagen Mente positiva Amor propio</p> <p>Cumplimiento de las tareas Satisfacción de lo realizado No realizar disposiciones</p> <p>Culminación de metas Alcanzar objetivos Estabilidad en sus emociones</p> <p>A una mala decisión enfrenta el problema Busca solución a las dificultades</p> <p>Bloquearse sin aspiraciones No puedo, soy incapaz No buscar solución a las</p>	<p>¿Con qué frecuencia usted realiza su cuidado personal? ¿Usted considera que su apariencia es importante?</p> <p>¿Cuándo usted realiza una tarea lo hace con agrado? ¿Le cuesta trabajo cumplir con las responsabilidades? ¿Señale las causas porque usted ingreso a la ESFORSE? ¿Cuál es su sentimiento hacia la institución?</p> <p>¿Cuándo cometes un error lo rectificas? ¿Usted mantiene la calma para resolver un conflicto?</p> <p>¿Usted se siente incapaz</p>	<p><b>TÉCNICAS:</b> Observación Entrevista Encuesta</p> <p><b>INSTRUMENTOS:</b> Test de Autoestima. Autoexamen. Cuestionario que resulta de la operacionalización de las variables</p>

		conflictos	para alcanzar alguna meta? ¿Usted se frustra cuando algo no le sale bien?	
--	--	------------	--	--

**OPERACIONALIZACIÓN  
DE VARIABLES**

**VARIABLE DEPENDIENTE:** Rendimiento académico

<b>CONCEPTUALIZACIÓN</b>	<b>CATEGORIAS</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ITEMS</b>	<b>TÉCNICAS INSTRUMENTOS</b>
<p>Se le considera como transformaciones operadas en el educando, a través del proceso enseñanza - aprendizaje, que se manifiesta mediante el crecimiento y enriquecimiento de la personalidad en formación.</p> <p>El rendimiento educativo sintetiza la acción del proceso educativo, no solo en el aspecto cognoscitivo logrado por el educando, sino también en el conjunto de habilidades, destrezas, aptitudes, ideales, intereses, etc.</p>	<p>Transformaciones en el educando</p> <p>Proceso de enseñanza - aprendizaje</p> <p>Crecimiento de la personalidad en formación</p>	<p>Fluidez de vocabulario Sustentación en el criterio Desarrollo de habilidades y destrezas</p> <p>Técnicas y hábitos de estudio</p> <p>Aplicación de valores humanos</p>	<p>¿Usted tiene facilidad para expresarse en público? ¿Durante el proceso de enseñanza – aprendizaje usted adquirió alguna habilidad o destreza?</p> <p>¿Conoce usted algún tipo de técnica o hábito de estudio utilizado dentro del proceso de enseñanza - aprendizaje?</p> <p>¿Cree usted que la ESFORSE se ha encargado de fomentar valores en su</p>	<p><b>TÉCNICAS:</b> Observación Entrevista Encuesta <b>INSTRUMENTOS:</b> Cuestionario que resulta de la operacionalización de las variables</p>

	Acción del proceso educativo	La teoría convertir en praxis El conocimiento parte de nuestra formación.	personalidad? ¿Cuándo usted ha adquirido un nuevo conocimiento lo pone en práctica?	
--	------------------------------	--	--	--

## **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

En el presente trabajo de investigación con la finalidad de enfatizar en los resultados se aplicará como instrumento de recolección de datos, la encuesta dirigida a los aspirantes a soldados y los docentes, las cuales permitirán detectar el nivel de autoestima y los factores que intervienen en el rendimiento académico.

### **Técnica:**

Encuesta

### **Instrumento:**

Cuestionario que resulta de la operacionalización de las variables.

Test de Autoestima (Autoexamen)

## **RECOLECCIÓN Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN**

Los datos recogidos mediante la aplicación de encuestas y test a los aspirantes a soldados y docentes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "ESFORSE" del paralelo "C".

Serán analizados y sintetizados en cuadros y gráficos que permita el desarrollo de conclusiones y recomendaciones las mismas que darán pasó a la elaboración de la propuesta.

## PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

N°	PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
1	¿Para qué?	La incidencia del autoestima
2	¿De qué? (personas y objetos)	Aspirantes a soldados (estudiantes) y docentes
3	¿Sobre qué aspectos	Rendimiento académico
4	¿Quién?	Investigador: Luis Pérez
5	¿Cuándo	Promoción 2008-2010
6	¿Dónde?	ESFORSE
7	¿Cuántas veces?	Una vez
8	¿Qué técnicas de recolección?	Encuesta
9	¿Con qué?	Cuestionario
10	¿En qué situación?	En un ambiente satisfactorio

## CAPITULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Los resultados que se verán a continuación se presentan los índices que se ven reflejados en la incidencia de la autoestima en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados del paralelo "C" de la ESFORSE de la promoción 2008-2010 en la ciudad de Ambato.

## **TEST APLICADO A LOS ASPIRANTES A SOLDADOS (ESTUDIANTES) DE LA ESFORSE**

### **TEST DE AUTOESTIMA**

#### **AUTOEXAMEN**

La Autoestima es nuestra autoimagen, o sea, cómo nos sentimos sobre nosotros mismos. La misma se compone de pensamientos y sentimientos sobre cómo somos y actuamos. Mientras más positivos seamos, mayor será nuestra autoestima, mientras más negativos nos mantengamos, menor será la misma.

#### **CUADRO DEL TEST**

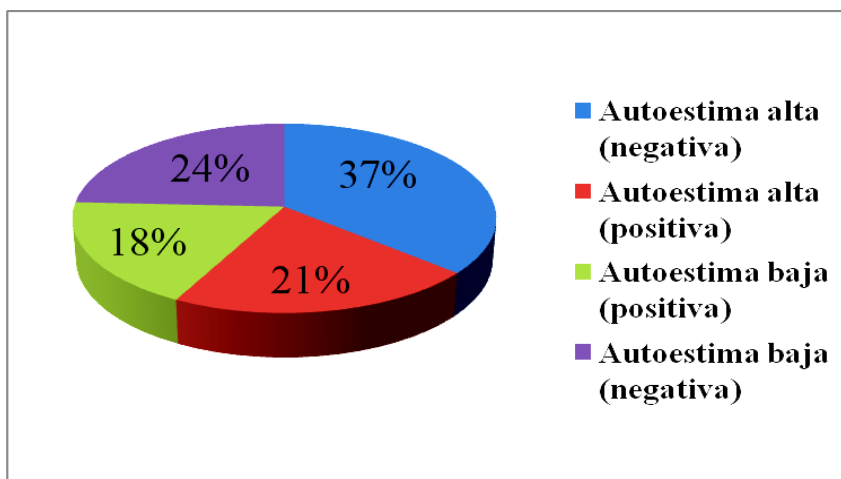
<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Autoestima alta (negativa)	12	37%
Autoestima alta (positiva)	7	21%
Autoestima baja (positiva)	6	18%
Autoestima baja (negativa)	8	24%



<b>Total</b>	33	100%
--------------	----	------

**Fuente:** Test de autoestima aplicada a los aspirantes a soldados de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO DE LA APLICACIÓN DEL TEST**

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

De los 33 aspirantes a soldados aplicados el test de autoestima, 12 que corresponden al 37% señala que presentan un alto autoestima negativo; 7 que corresponden al 21% señala que presentan un alto autoestima positiva, 6 que corresponden al 18% señala que presenta una baja autoestima positiva y 8 que corresponden al 24% señala que presenta una baja autoestima negativa; por lo que se entiende que prevalece en los aspirantes a soldados un autoestima negativo por ende incide en el rendimiento académico.

### ENCUESTA APLICADA A LOS DOCENTES DE LA ESFORSE

1.- ¿Cree usted que la autoestima incide en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados?

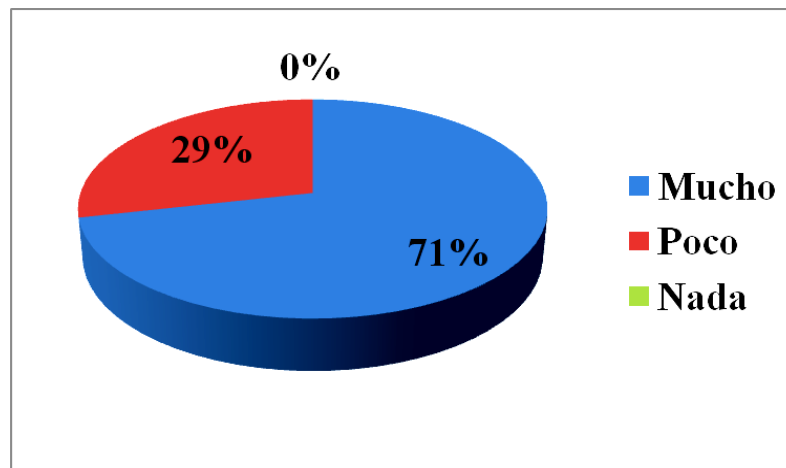
**CUADRO 1**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mucho	5	71%
Poco	2	29%

Nada	0	0%
<b>Total</b>	7	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO 1**

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

De los 7 docentes encuestados, 5 que corresponden al 71% manifiesta que la autoestima mucho incide en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados y 2 que corresponden al 29% señala que la autoestima poco incide en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados; de lo se entiende que la autoestima incide en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados de la ESFORSE.

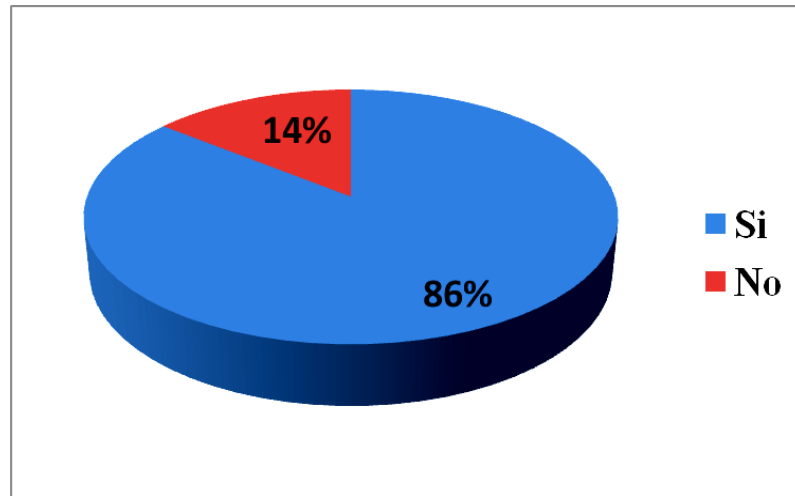
2.- ¿Cree usted que una buena autoestima puede dar como resultado un rendimiento académico de excelencia?

**CUADRO 2**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	6	86%
No	1	14%
<b>Total</b>	7	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO 2**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

De los 7 docentes encuestados, 6 que corresponden al 86% manifiesta que una buena autoestima en los aspirantes a soldados da como resultado un rendimiento académico de excelencia y 1 que corresponden al 14% señala que una buena autoestima de los aspirantes a soldados no afecta en nada el rendimiento académico; por lo que se entiende que una buena autoestima en el aspirante a soldado de la ESFORSE contribuirá a un rendimiento de excelencia.

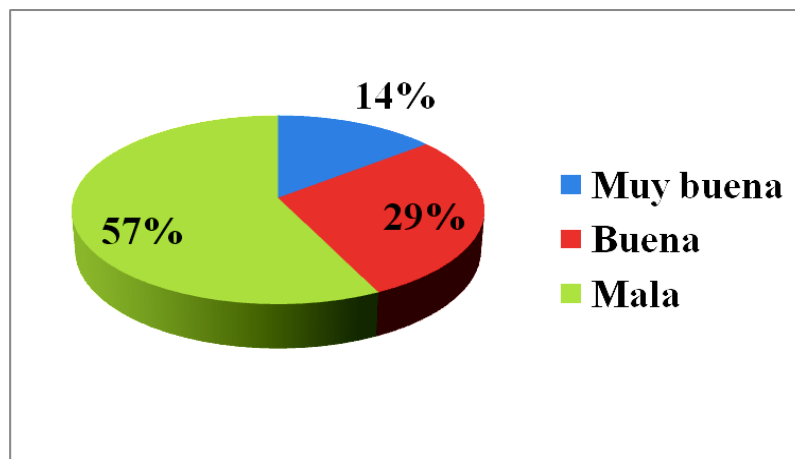
3.- ¿Qué nivel de autoestima en los aspirantes a soldados se encuentra?

**CUADRO 3**

<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Muy buena	1	14%
Buena	2	29%
Mala	4	57%
<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO 3**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

De los 7 docentes encuestados, 1 que corresponden al 14% manifiesta que la autoestima de los aspirantes a soldados es muy buena; 2 que corresponden al 29% manifiesta que la autoestima de los aspirantes a soldados es buena y 4 que corresponden al 57% señala que la autoestima de los aspirantes a soldados es mala; por lo que se entiende que se presenta un porcentaje elevado de mala autoestima de los aspirantes a soldados de la ESFORSE.

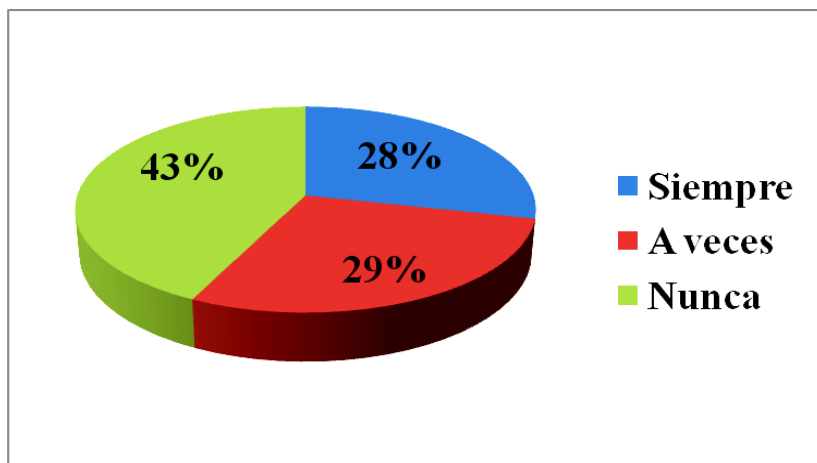
4.- ¿Qué tan frecuente motiva a los aspirantes a soldados para elevar su autoestima?

**CUADRO 4**

<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Siempre	2	28%
A veces	2	29%
Nunca	3	43%
<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO 4**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

De los 7 docentes encuestados, 2 que corresponden al 28% manifiesta que los docentes motivan siempre a los aspirantes a soldados para elevar su autoestima; 2 que corresponden al 29% manifiestan que los docentes motivan a veces a los aspirantes a soldados para mejorar su autoestima y 3 que corresponde al 43% manifiesta que los docentes nunca motivan a los aspirantes a soldados; por lo que se entiende que falta motivación por parte de los docentes hacia los aspirantes a soldados.

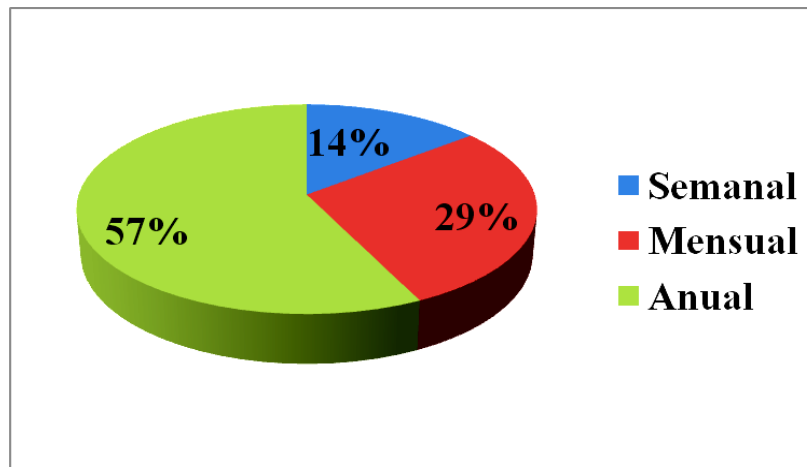
5.- ¿Cree usted que se debe implantar conferencias sobre motivación y autoestima a los aspirantes a soldados de forma?

**CUADRO 5**

<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Semanal	1	14%
Mensual	2	29%
Anual	4	57%
<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO 5**

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

De los 7 docentes encuestados, 1 que corresponden al 14% manifiesta que se debe implantar conferencias semanales de motivación y autoestima para los aspirantes a soldados; 2 que corresponden al 29% manifiesta que las conferencias lo deben realizar mensualmente y 4 que corresponde al 57% manifiestan que las conferencias lo deben realizar anualmente; por lo que se entiende que las conferencias de motivación y autoestima para los aspirantes a soldados se lo debe realizar anualmente.

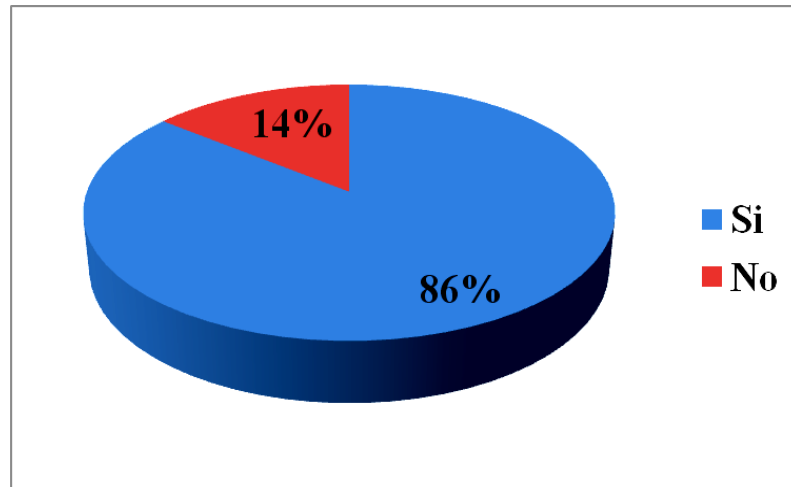
6.- ¿Cree usted que los docentes e instructores deben ser capacitados en técnicas de motivación para elevar el nivel de autoestima de los aspirantes a soldados?

**CUADRO 6**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	6	86%
No	1	14%
<b>Total</b>	7	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO 6**

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

De los 7 docentes encuestados, 6 que corresponden al 86% manifiesta que deben ser capacitados en técnicas de motivación para elevar el autoestima de los aspirantes a soldados y 1 que corresponden al 14% señala que no es necesario capacitarse en técnicas de motivación; por lo que se entiende que la mayor parte de docentes e instructores manifiestan que deben ser capacitados en técnicas de motivación.

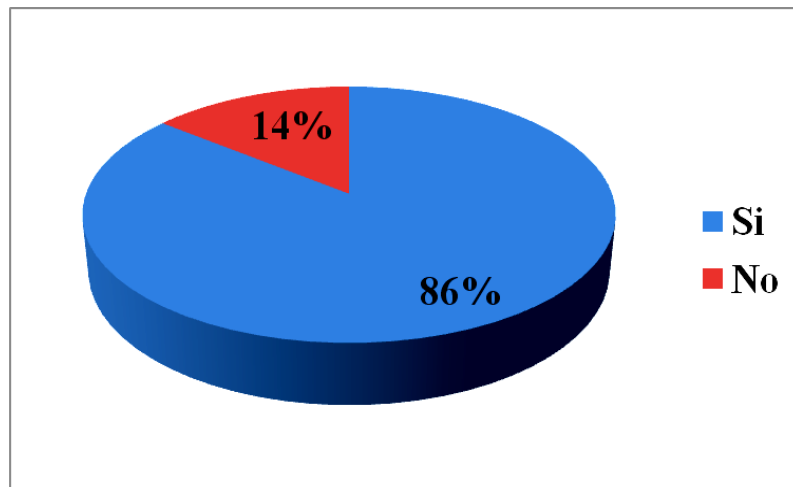
7.- ¿Cree usted que en los cursos de motivación para elevar el nivel de autoestima deben ser incluidos los docentes, instructores y aspirantes a soldados?

**CUADRO 7**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	6	86%
No	1	14%
<b>Total</b>	7	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO 7**

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

De los 7 docentes encuestados, 6 que corresponden al 86% manifiesta que en los cursos de motivación deben estar incluido docentes, instructores y aspirantes a soldados y 1 que corresponden al 14% manifiesta que no deben incluirse los tres grupos involucrados; por lo que se entiende que existe interés de que se incluya en los cursos de motivación a los docentes, inspectores y aspirantes a soldados.

8.- ¿Cree usted que las técnicas y hábitos de estudio en el proceso de aprendizaje del aspirante a soldado dependerá de que nivel de autoestima presenta?

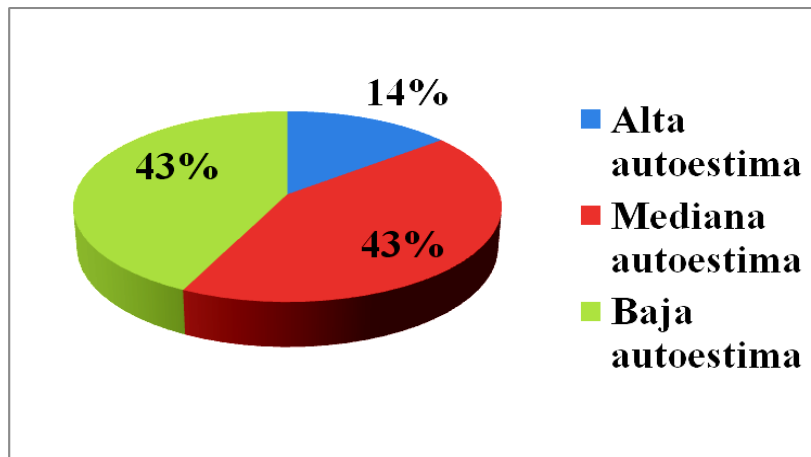
**CUADRO 8**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Alta autoestima	1	14%
Mediana autoestima	3	43%
Baja autoestima	3	43%
<b>Total</b>	7	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.





**GRÁFICO 8**

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

De los 7 docentes encuestados, 1 que corresponden al 14% señala que las técnicas y hábitos de estudio dependen de una alta autoestima del aspirante; 3 que corresponden al 43% señala que las técnicas y hábitos de estudio dependen de un mediano autoestima y 3 que corresponden al 43% señala que las técnicas y hábitos de estudio dependen de una baja autoestima; por lo que se entiende que influye la mediana y baja autoestima que presenta el aspirante en las técnicas y hábitos de estudio.

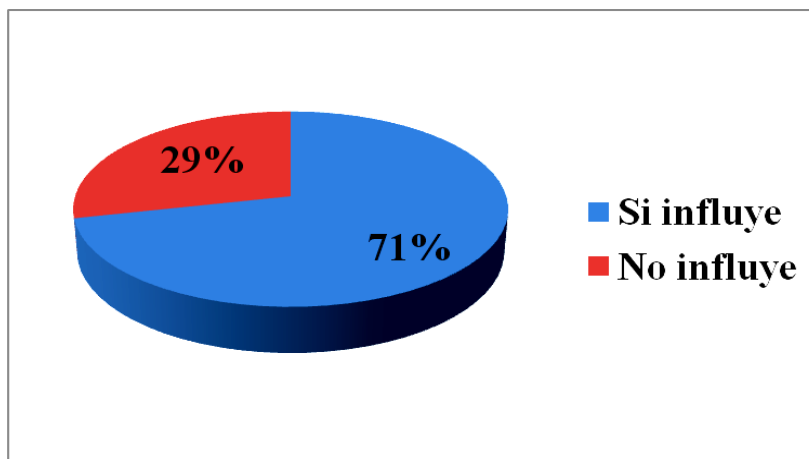
9.- ¿Cree usted que el bajo rendimiento académico de los aspirantes a soldados se ve influido por la autoestima?

**CUADRO 9**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si influye	5	71%
No influye	2	29%
<b>Total</b>	7	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO 9**

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

De los 7 docentes encuestados, 5 que corresponden al 71% señalan que el bajo rendimiento académico de los aspirantes a soldados se ve influenciado por el autoestima y 2 que corresponden al 29% señala que la autoestima poco tiene que ver con el bajo rendimiento académico de los aspirantes a soldados; por lo se entiende que el bajo rendimiento del aspirante se ve influenciada por la autoestima del aspirante a soldado de la ESFORSE.

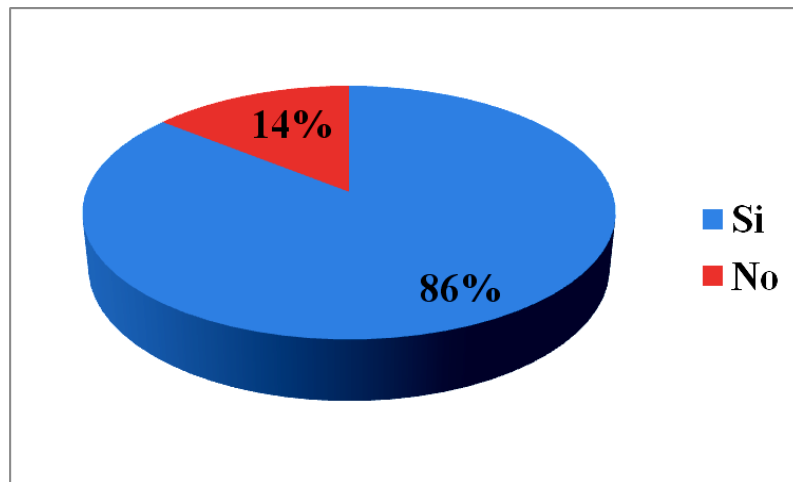
10.- ¿Cree usted que está encuesta debe ser tomada en cuenta para mejorar la autoestima de los aspirantes a soldados?

**CUADRO 10**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	6	86%
No	1	14%
<b>Total</b>	7	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los docentes de la ESFORSE.

**Elaborado:** Luis Pérez.



**GRÁFICO 10**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

De los 7 docentes encuestados, 6 que corresponden al 86% señala que la encuesta realizada a los docentes debe ser tomada en cuenta para mejorar el autoestima de los aspirantes a soldados y 1 que corresponden al 14% señala que la encuesta no cambia en nada la autoestima de los aspirantes a soldados; por lo que se entiende que la mayor parte de docentes están interesados en elevar el nivel de autoestima del aspirante a soldado de la ESFORSE.

## **VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS**

### **COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS**

#### **ANÁLISIS**

Una vez obtenido los resultados de los test aplicados a los aspirantes a soldados de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “ESFORSE” y la encuesta aplicada a los docentes de la institución se obtuvo como resultado que existe un porcentaje significativo de aspirantes a soldados que presentan baja autoestima y se ve reflejado en el rendimiento académico.

Los docentes están interesados por mejorar el nivel de autoestima de los aspirantes a soldados asistiendo a cursos de técnicas motivacionales para fortalecer la autoestima del aspirante a soldado.

El estudio de esta problemática servirá para mejorar el rendimiento académico y la autoestima de los aspirantes a soldados del paralelo "C" y a la vez conocer las causas del porque surge la problemática.

En sí la problemática depende de la valoración y confianza en sí mismo por parte del aspirante con ello logrando elevar su rendimiento académico.

Concluyendo que la hipótesis se cumple y que la autoestima incide en el rendimiento académico del aspirante a soldado.

## **HIPÓTESIS**

La autoestima incide en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados del paralelo "C" de la ESFORSE de la promoción 2008-2010 en la ciudad de Ambato.

## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **CONCLUSIONES**

- Una vez obtenido los resultados de los test de autoestima aplicado a los aspirantes a soldados del paralelo "C", se puede deducir que no existe un nivel bueno de autoestima; lo que se está reflejado en sus calificaciones por ende en el rendimiento académico.

- De igual forma podemos concluir que los docentes deben ser capacitados en técnicas de motivación y autoestima para obtener en el aspirante a soldado un excelente rendimiento académico.
- Mediante este proyecto investigativo se pudo concluir que la autoestima si incide en el rendimiento académico.
- Además se concluye que los aspirantes a soldados se diferencian o se distinguen de los demás aspirantes por la existencia de una buena autoestima.
- Para finalizar se puede concluir que la autoestima juega un rol muy importante no solo en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados sino también en la vida cotidiana militar esto dependerá para su éxito o fracaso.

## **RECOMENDACIONES**

- Trabajar con los aspirantes a soldados de la ESFORSE en talleres motivacionales para fortalecer su autoestima y mejorar su rendimiento académico.
- Realizar seminarios para capacitar a los docentes e inspirantes con la temática técnicas de motivación y elevar y fortalecer el autoestima de los aspirantes a soldados.
- Realizar charlas de autovaloración relacionadas con liderazgo para que los alumnos luchen por sus metas y no se rindan en su intento.

- Realizar terapias grupales sobre autoestima con el objetivo de concientizar el amor propio, conocer sus debilidades y virtudes y brindar la ayuda correcta a los aspirantes que lo necesite con aquellos aspirantes con buena autoestima.
- Realizar conferencias con la temática la autoestima en el rendimiento académico y la vida militar para incrementar la confianza en sí mismo.

## **CAPITULO VI**

### **LA PROPUESTA**

#### **DATOS INFORMATIVOS**

**Tema:** Realizar charlas motivacionales y talleres para reflexionar con los aspirantes a soldados sobre la autoestima, la valoración personal y la confianza en sí mismos.

**Institución:** Esta propuesta se lo aplicara en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “ESFORSE”.

**Beneficiarios:** Los beneficiarios de esta propuesta son los aspirantes a soldados del paralelo “C” de la ESFORSE en el periodo 2008-2010.

**Ubicación:** La Escuela de Formación de Soldados del Ejército “ESFORSE” está ubicada en Ambato por la vía a Quito sector el Pisque.

**Tiempo:** La aplicación de la propuesta en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “ESFORSE” está planificada para un mes su duración.

**Equipo técnico responsable:** En la presente propuesta las personas responsables de hacer cumplir en la institución son autoridades, docentes, instructores, psicólogos de la ESFORSE e investigadores.

## **ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA**

La autoestima es un amor y concepto propio de sí mismo, está conformada en base de las sensaciones y experiencias que hemos ido incorporando a lo largo de la vida, para lo cual se establece dos niveles de autoestima que predominan; autoestima buena y autoestima baja siendo factores que influyen en el transcurso de la vida de las diferentes personas.

El rendimiento académico es considerado como el resultado de todo proceso de enseñanza-aprendizaje mediante la comprobación y evaluación de los conocimientos que presente el estudiante en su periodo formativo.

La autoestima se encuentra reflejada en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados, si la autoestima es buena no tendrán ningún problema en el proceso de enseñanza-aprendizaje caso contrario si se presenta una baja autoestima se verá influenciado en el rendimiento académico.

Para mejorar el rendimiento académico de los aspirantes a soldados es necesario involucrar también a los docentes para que se capaciten en técnicas de motivación y autoestima por otro lado trabajar en talleres de motivación para fortalecer la autoestima de los aspirantes a soldados.

## **JUSTIFICACIÓN**

Es importante realizar este tipo de propuesta en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “ESFORSE” por motivo que se encontró un porcentaje significativo de aspirantes a soldados que presenta un nivel de autoestima bajo afectando el rendimiento académico.

Esta propuesta nos permitirá fortalecer la autoestima de los aspirantes a soldados y por medio de esto conseguir que su rendimiento académico vaya en ascenso.

El propósito de esta propuesta es mejorar la autoestima y el rendimiento académico de los aspirantes a soldados de la “ESFORSE” y evitar dificultades en el proceso de enseñanza-aprendizaje para lograr este objetivo se realizara charlas y talleres motivacionales donde participen los aspirantes.

Para esta propuesta también obtenemos la colaboración de los docentes quienes se capacitaran en técnicas de motivación para elevar el nivel de autoestima de los aspirantes a soldados de la ESFORSE y conseguir que no se vea afecte en el rendimiento académico.

Esta propuesta beneficiara a los aspirantes a soldados como a la institución.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo general**

- Fortalecer la autoestima de los aspirantes a soldados mediante talleres y charlas motivacionales viéndose reflejado en el rendimiento académico.

### **Objetivos específicos**



- Concientizar en el aspirante a soldado sobre la importancia de la autoestima en el rendimiento académico.
- Capacitar a docentes sobre técnicas de motivación para elevar la autoestima y mejorar el rendimiento académico.
- Elaborar permanentes charlas motivacionales dirigidas a docentes, instructores y aspirantes a soldados con la finalidad de que el rendimiento académico mejore.

### PLAN OPERATIVO DE LA PROPUESTA

<b>ACTIVIDADES</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>DURACIÓN</b>	<b>RECURSOS HUMANOS</b>	<b>RECURSOS MATERIALES</b>	<b>TÉCNICAS</b>	<b>TIEMPO</b>
Taller “Conocernos a nosotros mismos”	Identificar nuestras virtudes y defectos	Una semana	Psicólogo Educativo, docentes, instructores, aspirantes e investigador	Retroproyector, pizarra, tiza líquida, hoja, lápiz	Lluvia de ideas Debate	2 horas
Taller “Autoestima”	Conocer el nivel de autoestima	Una semana	Psicólogo Educativo, docentes, instructores, aspirantes e investigador	Retroproyector, pizarra, tiza líquida, hoja, lápiz.	Lluvia de ideas Rejilla	2 horas
Taller “Autorrealización”	Determinar la realización de propósitos trazados.	Una semana	Psicólogo Educativo, docentes, instructores, aspirantes e investigador	Retroproyector, pizarra, tiza líquida, hoja, lápiz.	Lluvia de ideas Redescubrimiento	2 horas
Taller “Autoestima y aprendizaje”	Fomentar motivación personal para el proceso de aprendizaje.	Una semana	Psicólogo Educativo, docentes, instructores, aspirantes e investigador	Retroproyector, pizarra, tiza líquida, hoja, lápiz.	Lluvia de ideas Debate	2 horas

## ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA

### Recursos Institucionales

Para la administración de la propuesta contaremos con el apoyo de las autoridades, directivos, personal administrativo y de servicios de la ESFORSE.

### Recursos Humanos

Para la presente propuesta contaremos con autoridades, instructores, docentes, psicólogos, aspirantes a soldados, investigador y del especialista en el tema de la institución.

### Recursos Materiales

Se contara con bibliografía amplia y especializada.

Los instrumentos básicos de trabajo serán:

Computadora

Útiles de oficina

DVD y videos

Internet

Material del aula

## PRESUPUESTO

CONCEPTO	UNIDAD	VALOR UNITARIO	VALORES
Personal	2	\$ 30.000	\$ 60.000
Material de escritorio	5	\$ 5.000	\$25.000
Bibliografía	1	\$50.000	\$ 50.000
Transporte	30	\$ 150.000	\$150.000
Trabajos de transcripción	33	\$ 3.000	\$ 99.000
<b>Total:</b>	71	\$ 238.00	\$ 384.000

## PREVISIÓN DE LA EVALUACIÓN

La presente propuesta será evaluada con criterio de totalidad cuando está sea aplicada en la institución en el momento en que las autoridades de la institución decidan aplicarle.

Para la evaluación de la propuesta se recomienda utilizar técnicas investigativas por ejemplo la observación, la encuesta y test.

## MATERIALES DE REFERENCIA

### BIBLIOGRFÍA:

**ARRANCHES**, Niela, (1997), *Aumente su autoestima y transforme su vida*, Ediciones paulina, Santa Fe de Bogotá-Colombia.

**HART**, Louise, (1998), *Recupera tu Autoestima*, Edición Obelisco, Barcelona-España.

**MARTORELL**, J.L., (1996). *Psicoterapias: Escuelas y conceptos básicos*. Pirámide, Madrid-España.

**RIBEIRO**, Lair, (1997), *Aumente su Autoestima*, Editorial Urano, Barcelona-España.

**VV.AA.**, (2004), *Tutoría de la Investigación Científica*, Copyright, Quito-Ecuador.

[www.psicologia-online.com/autoayuda/autoestima/autosuperación](http://www.psicologia-online.com/autoayuda/autoestima/autosuperación)

[www.alcoholinformate.](http://www.alcoholinformate.)

[html.rincondelvago.com/rendimiento-académico](http://html.rincondelvago.com/rendimiento-academico)

[www.monografias.com/autoestima](http://www.monografias.com/autoestima)

[www.psicopedagogia.com/definicion/deserción](http://www.psicopedagogia.com/definicion/desercion)

[www.psicología-online.com](http://www.psicologia-online.com)

# ANEXOS

**ANEXO 1**  
**TEST DE AUTOESTIMA**  
**AUTOEXAMEN**

La Autoestima es nuestra autoimagen, o sea, cómo nos sentimos sobre nosotros mismos. La misma se compone de pensamientos y sentimientos sobre cómo somos y actuamos. Mientras más positivos seamos, mayor será nuestra autoestima, mientras más negativos nos mantengamos, menor será la misma.

**Indicaciones:** A partir de una evaluación personal lo más objetiva posible indique con una “X” en la columna provista a la derecha el número aplicable a su respuesta de acuerdo con la siguiente escala.

**Escala de valoración de respuesta:**

**1 = Nunca    2 = Algunas veces    3 = Casi siempre    4 = Siempre**

Nº	PREGUNTA	1	2	3	4
01	Se siente alegre.				
02	Se siente incomodo con la gente que no conoce.				
03	Se siente dependiente de otra/s persona/s.				
04	Los retos representan una amenaza para usted.				
05	Se siente triste.				
06	Se siente cómodo con la gente que no conoce.				
07	Cuando las cosas salen mal es su culpa.				
08	Siente que es agradable para las demás personas.				
09	Piensa que es bueno cometer errores.				
10	Si las cosas salen bien se debe a sus esfuerzos.				

<b>11</b>	Resulta desagradable a las demás persona.				
<b>12</b>	Piensa que es de sabios rectificar.				
<b>13</b>	Se siente la persona menos importante del mundo.				
<b>14</b>	Hacer lo que las demás personas quieran es necesario para que se sienta aceptado.				
<b>15</b>	Se siente la persona más importante del mundo.				
<b>16</b>	Todo le sale mal.				
<b>17</b>	Siente que el resto de personas se ríe de usted.				
<b>18</b>	Acepto un buen grado de crítica constructiva.				
<b>19</b>	Se ríe de las demás personas.				
<b>20</b>	A usted todo le da igual.				
<b>21</b>	Se siente contento con su estatura.				
<b>22</b>	Todo le sale bien.				
<b>23</b>	Puede hablar abiertamente de sus sentimientos.				
<b>24</b>	Siente que su estatura no es la correcta.				
<b>25</b>	Sólo acepta las alabanzas o elogios que le hagan.				
<b>26</b>	Le divierte reírse de sus errores.				
<b>27</b>	Sus sentimientos son reservados exclusivamente para usted.				
<b>28</b>	Usted es perfecto.				
<b>29</b>	Se alegra cuando otras personas fracasan en sus intentos.				
<b>30</b>	Le gustaría cambiar de apariencia física.				
<b>31</b>	Evita nuevas experiencias.				
<b>32</b>	Realmente es tímido.				
<b>33</b>	Acepta retos sin pensarlo.				
<b>34</b>	Encuentra excusas para no acertar los cambios.				
<b>35</b>	Siente que las demás personas dependen de				

	usted.				
36	Las demás personas cometen muchos más errores que usted.				
37	Se considera sumamente agresivo.				
38	Le aterran los cambios.				
39	Le encanta la aventura.				
40	Se alegra cuando otras personas alcanzan el éxito en sus intentos.				
<b>TOTALES DE CADA COLUMNA</b>					
<b>TOTAL DEL TOTAL DE CADA COLUMNA</b>					

**Interpretación del autoexamen:** En cada columna sume las “X” y multiplique por el número que aparece en la parte superior de esa columna. Anote esa cantidad en el espacio correspondiente. Luego sume los totales de las cuatro columnas y anote este total. Examine entonces la interpretación de los resultados obtenidos en la siguiente tabla:

Autoestima alta (negativa)	104 – 160
Autoestima alta (positiva)	84 – 103
Autoestima baja (positiva)	74 – 83
Autoestima baja(negativa)	40 – 73

**ANEXO 2**  
**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA**  
**ENCUESTA APLICADA A DOCENTES DE LA ESFORSE**



La Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato se encuentra empeñada en mejorar los niveles de calidad de la educación del país.

De manera particular se quiere conocer a que se debe el rendimiento académico; por lo tanto solicitamos a usted nos colabore contestando de manera correcta y sincera las preguntas que le formulamos en la encuesta.

#### ENCUESTA

Marque con una X la respuesta que usted considere la correcta.

1.- ¿Cree usted que el autoestima incide en el rendimiento académico de los aspirantes a soldados?

Mucho ( )                                  Poco ( )                                  Nada ( )

2.- ¿Una buena autoestima puede dar como resultado un rendimiento académico de excelencia?

Si ( )    No ( )

3.- ¿La autoestima en los aspirantes a soldados es?

Muy buena ( )                                  Buena ( )                                  Mala ( )

4.- ¿Qué tan frecuente motiva a los aspirantes a soldados para elevar su autoestima?

Siempre ( )                                  A veces ( )                                  Nunca ( )

5.- ¿Cree usted que se debe implantar conferencias sobre motivación y autoestima a los aspirantes a soldados de forma?

Semanal ( )                                  Mensual ( )                                  Anual ( )

6.- ¿Cree usted que los docentes e instructores deben ser capacitados en técnicas de motivación para elevar el nivel de autoestima de los aspirantes a soldados?

Si ( )    No ( )

7.- ¿En los cursos de motivación para elevar la autoestima deben ser incluidos los docentes, instructores y aspirantes a soldados?

Si ( )    No ( )

8.- ¿Las técnicas y hábitos de estudio en el proceso de aprendizaje del aspirante a soldado dependerá de que clase de autoestima presenta?

Buena autoestima ( )                                  Normal autoestima ( )                                  Baja autoestima ( )

9.- ¿Cree usted que el bajo rendimiento académico de los aspirantes a soldados se ve influido por la autoestima?

Si influye ( )                      No influye ( )

10.- ¿Cree usted que esta encuesta debe ser tomada en cuenta para mejorar la autoestima de los aspirantes a soldados?

Si ( )                      No ( )

### **ANEXO 3**

### **TRABAJO EN GRUPO**



## **ANEXO 4**

### **ASPIRANTES RECIBIENDO CLASES**



## **ANEXO 5**

### **INSTRUCCIÓN ACADÉMICA**



**ANEXO 6**  
**CURSOS DE CAPACITACIÓN SOBRE TECNOLOGÍA EDUCATIVA**



**ANEXO 7**  
**PINTURA**





**ANEXO 8**  
**DEFENSA PERSONAL**

