



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
EDUCATIVA**

Taller “Somos diamantes” para fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori - 2019

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestro en Psicología Educativa**

AUTOR:

Bach. Maza Ramos, Gregorio (ORCID: 0000-0002-8132-1898)

ASESORA:

Dra. Vargas Farías, Ana Melva (ORCID: 0000-0003-4402-7857)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral del infante, niño y adolescente

PIURA – PERÚ

2020

Dedicatoria

A mi esposa e hija
que resplandecen en mi corazón
como fuerza inapagable.

A mis estudiantes cuyos sueños de superación
son el motivo de mis retos.

AGRADECIMIENTO:

Al supremo Creador
y a quienes confiaron sus esperanzas
en este sembrador de mañanas.

Página del Jurado

Declaratoria de autenticidad

Yo, Gregorio Maza Ramos; estudiante del Programa de Maestría en Psicología Educativa de la Escuela Postgrado de la Universidad César Vallejo, identificado con DNI N° 02855201 con la tesis titulada: Taller “Somos diamantes” para fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori – 2019.

Declaro bajo juramento que:

1. La tesis es de mi autoría
2. He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
3. La tesis no ha sido autoplagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse el fraude (datos falsos), plagios (información sin citar a autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado, piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Piura, Junio de 2019



Gregorio Maza Ramos

DNI N° 02855201

Índice

| | |
|---|------|
| Carátula | i |
| Dedicatoria | ii |
| Agradecimiento..... | iii |
| Página del jurado | iv |
| Declaratoria de Autenticidad | v |
| Índice..... | vi |
| Índice de Tablas..... | vii |
| RESUMEN..... | viii |
| ABSTRACT | ix |
| I. INTRODUCCIÓN..... | 1 |
| II. MÉTODO..... | 11 |
| 2.1.Tipo y Diseño de Investigación..... | 11 |
| 2.2.Operacionalización de variables..... | 13 |
| 2.3.Población, muestra y muestreo..... | 15 |
| 2.4.Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad..... | 16 |
| 2.5.Procedimiento..... | 16 |
| 2.6.Métodos de Análisis de datos..... | 17 |
| 2.7.Aspectos éticos | 17 |
| III. RESULTADOS..... | 18 |
| IV. DISCUSIÓN | 28 |
| V. CONCLUSIONES | 32 |
| VI. RECOMENDACIONES | 33 |
| REFERENCIAS | 34 |
| ANEXOS..... | 37 |
| Anexo 01: Instrumentos..... | 38 |
| Anexo 02 Alfa de Cronbach | 40 |
| Anexo 03: Ficha técnica | 42 |
| Anexo 04: Ficha de Validación del taller | 44 |
| Anexo 05:Matriz de consistencia | 65 |
| Anexo 06: Taller “Somos diamantes” | 68 |
| Anexo 07: Autorización de director..... | 111 |

| | |
|--|-----|
| Anexo 08: Consentimiento informado. | 112 |
|--|-----|

Índice de Tablas

| | |
|--|----|
| Tabla N° 1: Influencia del programa “Somos diamantes”..... | 18 |
| Tabla N° 2: Contraste de hipótesis | 19 |
| Tabla N° 3: Nivel de autoestima antes de la aplicación del programa | 20 |
| Tabla N° 4: Contraste de hipótesis..... | 21 |
| Tabla N° 5: Nivel de agresividad después de la aplicación del programa | 22 |
| Tabla N° 6: Contraste de hipótesis..... | 23 |
| Tabla N° 7: Dimensión cognitiva | 24 |
| Tabla N° 8: Dimensión afectiva..... | 24 |
| Tabla N° 9: Dimensión conductual..... | 24 |
| Tabla N° 10: Contraste de hipótesis..... | 26 |

Resumen

La investigación Taller “Somos diamantes” para fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori - 2019, se llevó a cabo con el objetivo de aplicar el taller para fortalecer la autoestima de los estudiantes.

La variable Autoestima se desarrolló desde los postulados teóricos de Coopersmith. El estudio asumió un tipo de investigación experimental, el cual se trabajó con 30 estudiantes de tercer año de secundaria, a quienes se les aplicó un test para determinar los niveles de autoestima y sus dimensiones cognitiva, afectiva y conductual antes y después de aplicar el taller “Somos diamantes”.

Según los resultados se encontró que el taller “Somos diamantes” tiene efecto significativo en la autoestima de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la I.E Federico Villarreal – Cura Mori. El 66.67% de estudiantes que se ubicaron en el nivel bajo de autoestima en el pre test, después de aplicar el Taller este porcentaje bajó a 0%. Además de no contar con ningún estudiante (0%) en el nivel alto en el pre test, luego del taller 17 estudiantes (56.67%) lograron el nivel alto de autoestima. Asimismo, se obtuvo una media de 35,3 a favor del post test y un sig. de ,000.

Palabras claves: Autoestima, cognitiva, afectiva, conductual.

Abstract

The research workshop "We are diamonds" to strengthen the self-esteem of third grade students of secondary I.E Federico Villarreal - Cura Mori - 2019, was carried out with the aim of applying the workshop to strengthen the self-esteem of the students.

The variable Self-esteem was developed from the theoretical postulates of Coopersmith. The study assumed a type of quasi-experimental research without a control group, which was worked with 30 third-year secondary students, who were given a test to determine the levels of self-esteem and their cognitive, affective and behavioral dimensions before and after after applying the workshop "We are diamonds".

According to the results, it was found that the "We are diamonds" workshop has a significant effect on the self-esteem of the third grade students of secondary school of the I.E Federico Villarreal - Cura Mori. The 66.67% of students that were located in the low level of self-esteem in the pre-test, after applying the Workshop this low percentage to 0%. In addition to not having any student (0%) in the high level in the pre-test, after the workshop 17 students (56.67%) achieved the high level of self-esteem. Likewise, an average of 35.3 was obtained in favor of the post test and a sig. of, 000.

Keywords: Self-esteem, cognitive, affective, behavioral.

I. INTRODUCCIÓN

Según el organismo que vela por el bienestar de las personas a nivel mundial (OMS), sostiene que el período adolescente se desarrolla antes de llegar a los 11 años y dura aproximadamente 9 años, en la cual ocurren grandes cambios, tal como podemos observar los cambios físicos y cognitivos que atañen al desarrollo de ideas abstractas, el perfeccionamiento de un conjunto de principios personales relacionados a la afirmación de su personalidad y un importante cambio en los aspectos sociales (Camacho, 2012). Es el período en el cual se desarrollan procesos de identidad, en donde, el individuo adquiere conocimiento de su personalidad y de lo que difiere en relación al resto, buscan conocer quiénes son, cómo son y cómo se definen en los diferentes aspectos que les constituyen (Stevens, 2007). Además, la autoestima no es otra cosa que el aprecio, la consideración de la persona por sí mismo. Esto indica que la autoestima tiene gran significatividad según el aspecto evolutivo, su función que se dan en el ajuste general, cierta calidad de vida y lo que piensa a futuro cada sujeto. La decisiones y percepciones que tengamos nos lleva a las autoevaluaciones (Berben, 2006).

El período adolescente que viven los individuos es de los más significativos para el desarrollo de la autoestima, pues en este período es donde se define la identidad. en tal razón, se determina que la autoestima es un aspecto clave de la educación emocional, por ser una motivación fundamental dentro de cada uno de los seres humanos y la seguridad en la forma de idear y poder enfrentar los retos fundamentales de la vida (Branden, 1991, p.34).

La investigación realizada en varios continentes del mundo en favor del fortalecimiento de la autoestima y llevada a cabo por la empresa Unilever (2013, citado por el portal web Código R, 2017) en varias naciones de los cinco continentes en el mundo, la cual fue realizada con mujeres menores de 18 años, encontró que las jóvenes de Argentina se ubican en el grupo a nivel mundial que se señalan como las que se identifican poco "hermosas".

Un gran porcentaje considera que cuando vayan creciendo tendrán confianza en sí mismas, mientras que otro porcentaje, visualiza el futuro como un habitad en el que tendrá la

posibilidad de comunicarse libremente. "En los inicios de la adolescencia, empiezan a percibir que la colectividad no las va a tolerar si no cuentan con reúnen requerimientos de belleza básicos. Lo 'lindo' está relacionado directamente con categóricas condiciones corporales y no con la manera de ser, ni con la fortaleza".

Por otro lado, en Brasil, aproximadamente el 20% de las adolescentes encuestadas se caracterizó personalmente como "atractiva" y en el país hindú, casi 25%, por lo cual las adolescentes de la India son las más proclives en el planeta el mundo a estimarse de esta forma. En el país itálico, el 82% de las niñas señala que sienten mucha coerción por ser hermosas. El 63% de las adolescentes hindúes piensan mucho por su peso y el 53% muestra motivaciones internas para pasar por una operación estética. En Rusia, más de 70% de adolescentes sostiene haberse inhibido de realizar diligencias por el motivo de sentirse poco atractivas. Finalmente, en el país carioca, el 50% de las adolescentes respondieron que se sentirían felices de ser más bonitas.

En la actualidad se percibe que una baja autoestima y la carencia de una conducta con asertividad es un gran problema que está asentándose en el ámbito social, y diferentes situaciones en el día a día de la gente. Por su lado, Acosta y Hernández (2004), señalan que los individuos con una autoestima baja evidencian problemas caracterizados por ansiedad, aburrimiento, irresponsabilidad, dependencia, tristeza, indiferencia, agresividad, timidez, pesimismo, etc., Así mismo, tienden a la discriminación, ofensa, descuido de su cuerpo, se inhiben, niegan puntos de vista, posponen su decisión, etc.

La presente investigación tomó como muestra a los adolescentes de tercer grado de secundaria de la IE Federico Villarreal – Cura Mori. Las conductas inadecuadas suelen darse con mayor énfasis en la etapa de la adolescencia debido a los diversos cambios: psicológicos, social, etc., Este periodo de decidir, de consolidar su seguridad, tener identidad y confianza, etc. He aquí que las drogas, el alcohol esperan por los sujetos de baja autoestima, y no solo ello, también situaciones como bajo rendimiento académico, conductas de agresión y pasividad, relaciones interpersonales no adecuadas, entre otros. Considerando la importancia de la autoestima en los adolescentes, se evidencia en los estudiantes de la IE "Federico Villarreal" – Cura Mori, la desvaloración de sí mismo, de

su talento, la falta de confianza ante nuevas situaciones, preocupación por lo que dicen o piensan, no asumen las consecuencias de sus actos.

Esta problemática es preocupante porque incide en su desenvolvimiento y en su aprendizaje. Es necesario actuar para fortalecer su autoestima, y así emprenda nuevos retos con amor y confianza en sí mismo.

Las investigaciones que se han utilizado como antecedentes en el presente estudio tenemos a Gómez, Viveros y Ceballos (2017), “Propuesta de enseñanza lúdico pedagógica para fortalecer la Autoestima y mejorar la convivencia en los estudiantes, Cauca”, para graduarse como especialista en Pedagogía. El estudio se realizó con el objetivo de aplicar la propuesta y mejorar la autoestima y la convivencia. La investigación Experimental aplicó cuestionarios con la finalidad de conocer las razones de la problemática encontrada; se trabajó con 44 jóvenes de Santander de Quilichao Colombia. Se concluyó que con desarrollo de la propuesta se mejoró la autoestima y la convivencia, además, se logró que los estudiantes mostraran mejor disposición hacia las diversas actividades de recreación y pedagógicas.

También se ha considerado la investigación de Campano (2018), “El nivel de autoestima y el rendimiento escolar en los estudiantes”, para graduarse como magíster en educación en la UCV Lima, realizado con el objetivo de identificar la relación entre las variables en 60 estudiantes, información que se recogió a través del Inventario de autoestima de Coopersmith. Estudio con diseño no experimental. Campano concluyó que el 50 % de los jóvenes están en el nivel bajo de la dimensión cognitiva y un porcentaje igual se ubican en el nivel medio. Además, en el aspecto afectivo se evidencia un 75 % de alumnos con un nivel bajo y el 25 % restante nivel medio. En el componente conductual, el total de los participantes se dividen en 50% en nivel bajo y 50% en nivel medio.

Por su lado, Rivera (2018) investigó sobre Autoestima y habilidades sociales en adolescentes, Puno, Perú 2017, para graduarse como magister en Ciencias de la Familia en la Universidad Peruana Unión, con “la finalidad de identificar la correspondencia entre las variables en mención. La metodología que se utilizó corresponde a un correlacional. Se trabajó con 296 participantes a quienes se le administró una escala de Autoestima y otra de habilidades sociales. Se concluyó que la variable habilidades

sociales se correlaciona de forma altamente significativa con la autoestima ($r_s = .302$, $p < .01$).

En la línea de los estudios experimentales se recogió la experiencia de Esquerre (2017) quien realizó la investigación “Programa fortaleciendo mi autoestima en las relaciones interpersonales en estudiantes, La Victoria Lima 2017, para graduarse como Magíster en Psicología Educativa en la UCV, con la finalidad de identificar el efecto del programa. El estudio fue de corte experimental y se desarrolló con 52 jóvenes del nivel secundaria.

El instrumento aplicado fue un cuestionario. Esquerre concluye que se evidencian diferencias, al analizar los resultados de los estudiantes antes y después de haber desarrollado el programa. Además, señala que el desarrollo del programa logró consecuencias significativas en las relaciones interpersonales de los estudiantes. Se encontró que en el pre test el 61.5% de los jóvenes se ubicaban en un nivel medio de autoestima y, después de haber desarrollado dicho programa el nivel logrado fue alto con un 92.3% de estudiantes.

En el ámbito local tenemos a Chero, Huamán y Jiménez (2016), quienes desarrollaron la investigación “Aplicación del Taller “Descubriéndome” para fortalecer la autoestima en estudiantes, Catacaos 2015, para graduarse como Magíster en Psicología Educativa en la UCV Piura. Estudio con diseño cuasi experimental que se trabajó con 64 alumnos.

Para recoger datos de los participantes se administró un cuestionario de autoestima. Estos resultados expresan que hay eficacia en el desarrollo del taller al notarse distinciones importantes en los resultados del grupo experimental, según comparación de los datos recogidos sistematizados del post test en grupo control y experimental, evidenciándose un acrecentamiento relevante de los niveles de autoestima.

La bibliografía revisada en relación a la Variable Autoestima, para este estudio se ha considerado a Coopersmith (1969 citado por Válek M. 2007), quien sostiene que a la autoestima se le define como la evaluación y valoración que realizamos de nosotros mismos. Está comprendida por una serie de creencias y actitudes que cada individuo considera de sí mismo; en la década de los años ochenta, Coopersmith consolida sus definiciones y confirma que la autoestima es esa valoración que un sujeto ejecuta y

conserva a menudo sobre sí mismo, evidenciándose mediante sus actitudes que reflejan el sentimiento y desaprobación, revelando ese grado que todo individuo se sienta hábil, trascendente, con nivel de competencia y éxito.

Considera además que no pueden darse cambios momentáneos, si nomás tiene estabilidad en el tiempo admitiendo que en ciertos períodos se dan algunos cambios, evidenciado en las maneras que asume sobre sí mismo. Cada sujeto posee en sí mismo emociones, que de acuerdo a su idiosincrasia puede expresarlos de diversas formas. A menudo, esas expresiones se relacionan con otros factores, de acuerdo al sitio que puede ser sentimental, físico y emocional, que pueden determinar la formación personal en forma positiva o negativa, o sea en la Autoestima (Heber, 1991), “la autoestima es o que se siente y valora en relación a nuestra persona, de la propia forma de ser, de quienes somos, del cúmulo de características físicas, psicológicas y espirituales que conforman nuestro temperamento.

La autoestima se asimila, se modifica y se puede optimizar. Cuando se están cursando los 5-6 años, es que se empieza a desarrollar la noción de concebir ideas del concepto que tienen nuestros familiares, amistades, etc., sobre nosotros y las prácticas que adquirimos (Branden, 2011). La situación en que este nuestra autoestima, será determinante y será la principal responsable de las frustraciones y logros, pues, una autoestima apropiada, relacionada con una concepción favorable de uno, fomentará las competencias de los individuos para que sus destrezas evolucionen, aumentando de manera significativa el nivel de confianza particular, sin embargo, una autoestima baja llevará precipitadamente al individuo directo al dependencia y frustración” (Heber, 1991).

En esta línea, Castanyer (2012), sostiene que “Las ideas que manejamos en relación a nuestra persona, aquellas condiciones, competencias, formas de apreciar o de concebir que nos imputamos, son parte de “imagen personal” o “autoimagen”. La “autoestima” es la apreciación que cada persona hace de sí misma, a partir de las impresiones y prácticas que han agregado en el transcurrir de su vida. Los individuos se sienten listos o tontos, con capacidad o incapacidad, se gustan o no están contentos consigo mismos.

Esta evaluación de sí mismos resulta muy significativa, dado que a partir de ella se promueve la ejecución del potencial personal y los éxitos en la vida. Así, los sujetos que

se sienten satisfechos con ellos mismos, es decir, que poseen autoestima alta, tienen la capacidad de retar y solucionar problemas, asumiendo los compromisos que la vida le propone. Esto no sucede con aquellos individuos que evidencian una autoestima baja, demuestran autolimitación y fracaso.

Sobre la autoestima se encuentran definiciones de diversos autores, las cuales presentan cierta similitud, lo cual lleva a consensuar que la autoestima es el amor y aceptación que poseen los individuos de sí mismos; este amor va creciendo a medida que la persona se desarrolla, asumiendo la motivación de elementos intrínsecos y extrínsecos. En su mayoría, los sujetos llegan a valorarse a partir de la apreciación que nos da el contexto, no obstante, esto no es correcto, pues promueve la evolución de un auto concepto falso, fomentando, a menudo, formas en relación a lo que son y un ambiguo afecto propio.

De acuerdo a Castañer (2012), la conceptualización de uno mismo va evolucionando de a pocos en el día a día, cada periodo contribuye de forma gradual, prácticas y emociones, que darán como producto un efecto de valía e inhabilidad. En la infancia caemos en la cuenta que somos niños o niñas, que poseemos manos, piernas, cabeza y otras partes de nuestro cuerpo. Además, nos damos cuenta que entre los seres somos distintos, por ello existen personas que pueden aceptarnos y, otras, que suelen rechazarnos. Es aquí que de esas experiencias iniciales en el que nos aceptan o nos rechazan donde empezamos a formarnos esa idea del valor que tenemos, cuánto valemos o no valemos.

Por ello, se puede confirmar que la adolescencia, es una de las etapas donde se presentan mayores crisis para desarrollar la autoestima. El joven requiere formar esa identidad con firmeza para conocer en su totalidad sus potencialidades como persona. También urge de ese apoyo de quienes le rodean cuyos valores concuerden con los suyos, que le permita ser importante en el desarrollo de la confianza en su vida futura.

En esta etapa el joven deja la dependencia de la familia para alcanzar la independencia que lo lleva a esa confianza de valerse con sus propias posibilidades. Le resultará fácil superar ciertas dificultades y llegar a la madurez siempre y cuando haya logrado una buena autoestima en el transcurso de su infancia. En caso sienta tener poco valor como persona está propenso a buscar situaciones que lo gratifiquen con facilidad, pero existe el riesgo que

sea un camino destructivo que lo lleve a las drogas, el alcohol, entre otros. De igual manera, expresa que tener baja autoestima se relaciona con nuestra incorrecta manera de pensar, pues las personas que tienen esa autoestima, presentan un panorama distorsionado de lo que en realidad son. Eso hace que estén o tengan una exigencia asombrosa en lo que quieren ser o pueden obtener.

Abraham Maslow (1943, citado por Valencia C. 2007) sostiene que cada persona desarrolla necesidades jerárquicas - fisiológicas, afectivas, de autorrealización las cuales deben ser cumplidas para obtener la consolidación del ser. Maslow expone la teoría del crecimiento y desarrollo partiendo del hombre sano, cuyo concepto fundamental para la motivación es el de necesidad. Maslow, en su teoría de la jerarquía de las necesidades humanas, detalla la necesidad de aprecio, la cual consta de aspectos que son dos, el primero es el aprecio que tenemos por uno mismo (tales como pericia, amor propio, suficiencia, confianza, etc.), y el segundo aspecto es la estimación y respeto que recibimos de otras personas (considérese aceptación, reconocimiento, etc.). Por eso Maslow indica que el gesto de aprecio más sano es la que se expresa «en el respeto que le brindan otros, más que la notoriedad, la reputación y el halago».

Sobre los niveles de la Autoestima, se tiene la referencia que el primer peldaño para creer en uno mismo es la autoestima, esta nos conduce a encontrar nuestra grandeza, nuestras potencialidades. Esa valoración de nosotros mismos es el manantial de la salud espiritual. Y el efecto de la autoestima en las emociones, pensamientos, valores y metas de cada persona es grande y significativa. Por ello, el nivel de autoestima que tiene un individuo conlleva consecuencias muy relevantes de la vida y direcciona la formación, los planes, el compromiso. “Esto determina de manera evidente nuestro desarrollo como persona, limitando la manera de forma de advertir y comprender la vida. Una autoestima positiva o negativa otorgan una gama de características al individuo que, según el caso, propician mejorías o desventajas (Lorenzo, 2007).

Por su parte Coopersmith, señala que existen diferentes niveles de autoestima que conllevan al individuo a reaccionar frente a condiciones parecidas, con acciones diferenciadas; manejando ideas diferenciadas ante el futuro, reacciones y autoconceptos

disimiles, niveles que se evidencian en las personas como altos, medios y bajos de autoestima, bajo las siguientes características: Autoestima alta, lo que implica que las personas se muestren como seres expresivos, asertivos, con éxito académico y social, además con amor propio. Así, la autoestima alta interviene en los diferentes aspectos de vida del hombre, desde sus relaciones, decisiones sobre su carrera, hasta la forma en que se desenvuelven, el modo en que hablan en público, la manera en que reaccionan y resuelven sus errores y problemas (Schub, 2006).

Por otro lado, también se visualiza la Autoestima media, que se conceptualiza como el punto medio del continuo de calidades que oscilan entre la autoestima baja y alta. Así también, se evidencia el Autoestima baja, nivel que atañe a las personas que tienen inconvenientes consigo mismo, demostrando ser poco auténticas, llevando esta problemática en su interior, lo cual los llevan a padecer constantemente de sufrimientos. Sobre ello, Branden (2000), señala que “La de relojería de una baja autoimagen puede funcionar silenciosamente durante años” (p.67)

Las dimensiones de la Autoestima que se han considerado en el presente estudio, hacen referencia a la configuración de la autoestima en la cual se encuentran tres tipos de elementos que funcionan interconectadas, presentan un predominio mutuo. El ascenso o descenso de estos elementos permiten cambios de los otros en el mismo (Enríquez, 2017).

Se han considerado la Dimensión cognitiva, la cual hace referencia al autoconcepto y el autoconocimiento, es decir, el conocimiento de sí mismo, que es el punto de partida de la autoestima porque sería imposible construir lo que se desconoce: esta es la ley indiscutible en relaciones humanas. Porque conocerse a sí mismo es la base del bienestar y la satisfacción de cada persona, así como del potencial humano, y a la vez de la capacidad de amar a otro, debido a que tampoco es posible estimar a un individuo si no se estima en primera instancia a uno mismo. (Rodríguez 1988, p.76).

En segundo orden se desarrolla la Dimensión afectiva, la cual promueve la estimación de lo que en el individuo hay de bien o mal, fomentando una emoción favorable o

desfavorable, de lo agradable o desagradable que se ve a sí mismo cada persona; así como en concebirse satisfecho o no con él mismo. La dimensión afectiva conlleva a elaborar ese juicio de valoración sobre las condiciones personales. “Es la reacción de la comprensión ante los valores y contravalores que poseemos” (Alcántara, 1993, p.45).

Finalmente se tiene a la Dimensión conductual, la cual es considerada como el acumulado de comportamientos que pertenece a cada individuo (conducta). “Hace referencia a la autorrealización y autoafirmación que promueve conductas lógico racionales” (Alcántara, 1993, p.87). Esta dimensión implica la actuación de la persona y que se traduce en su comportamiento de manera coherente y consecuente. Esa autoafirmación del propio yo se refleja en la busca de reconocimiento de quienes lo rodean. “La voluntad por lograr una notoriedad, dignidad y respeto ante el resto y personalmente” (Alcántara, 1993, p.88).

Es innegable cuán “importante es la autoestima” en las personas. Esto reside en el progreso psicológico adecuado y saludable, que permite autoconocernos y autoevaluar las potencialidades que poseemos; ello nos brinda esa satisfacción interior y el sentimiento de amor para cada uno, generando una influencia de aspecto positivo para hacerse presente en los diferentes aspectos de la vida. Las personas que no confían en sus fortalezas y potencialidades no desarrollan una autoestima adecuada, trayendo abajo sus sueños, proyectos y objetivo planteados en su vida. Permanece tras un lienzo que estila desconfianza, desaparece en la soledad, aislándose, y esto le genera esa apatía, indiferencia consigo mismo y las personas que están a su alrededor (Rodríguez, 1988).

La formulación del problema se plantea de la siguiente manera: ¿En qué medida la aplicación del taller “Somos diamantes” fortalece la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria IE “Federico Villarreal” – Cura Mori - 2019?

El presente trabajo tiene importancia, dado el tema de investigación que busca contribuir al desarrollo personal y emocional de adolescentes, especialmente en el fortalecimiento de su autoestima. Castanyer, O. (2012) define autoestima como “las ideas que manejamos en relación a nuestra persona, aquellas condiciones, competencias, formas de apreciar o de concebir que nos atribuimos,” conforman “imagen personal” “o” “autoimagen”. “La”

“autoestima” “es la apreciación que” cada persona hace de sí misma, a partir de “las impresiones y prácticas que han agregado en el transcurrir de su vida”. La aplicación de los talleres se realizará con el objeto de fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de educación de la I.E Federico Villarreal – Cura Mori. Se determinará los niveles de autoestima, así como las dimensiones cognitiva, afectiva y conductual para generar confianza y valoración personal, amor hacia sí mismo y hacia los demás.

Los objetivos que orientaron la investigación se formularon como a continuación se detalla:
Objetivo general: Determinar el efecto de la aplicación del taller “Somos diamantes” en el fortalecimiento de la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria IE “Federico Villarreal” – Cura Mori -2019. Y como objetivos específicos: 1. Identificar el nivel de autoestima y de sus dimensiones de estudiantes antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”. 2. Identificar el nivel de autoestima y de sus dimensiones de estudiantes después de la aplicación del taller “Somos diamantes”. 3. Contrastar los niveles de autoestima y sus dimensiones en estudiantes, antes y después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

Las hipótesis que se plantearon y que posteriormente fueron contrastadas con el estadístico de T de students, se tiene: Hipótesis general: Ha. El taller “Somos diamantes” tiene efecto significativo en la autoestima de los estudiantes. Ho. El taller “Somos diamantes” no tiene efecto significativo en la autoestima de los estudiantes. Y como hipótesis específicas: Ha1. El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes es bajo antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”. Ho1. El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes no es bajo antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”. Ha2. El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes es alto después de la aplicación del taller “Somos diamantes”. Ho2. El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes no es alto después de la aplicación del taller “Somos diamantes”. Ha3. Existe diferencia significativa entre los niveles de autoestima y de sus dimensiones en los estudiantes antes y después de la aplicación del taller “Somos diamantes”. Ho3. No existe diferencia significativa entre los niveles de autoestima y de sus dimensiones en los estudiantes antes y después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

II. MÉTODO

2.1. Tipo y diseño de la investigación.

El tipo de investigación es experimental con diseño pre experimental, transeccional. En razón de ello, en nuestra investigación se ha manejado adrede la variable independiente para ser analizada, en otras palabras, se evalúan los cambios que se generan producto del manejo de la variable independiente sobre la variable dependiente, lo cual es promovido de manera intencional por quien ha llevado a cabo el estudio (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 32). En nuestro caso se buscó determinar la influencia de la aplicación del Taller “Somos diamantes” en el fortalecimiento de la Autoestima

Esquema:

G.E = O₁.....X.....O₂

Dónde:

O₁..... Ejecución del pre test

X..... Desarrollo del Taller “Somos diamantes”

O₂..... Ejecución del post test

2.1. Variables, operacionalización

2.2.1. Variables

Variable dependiente:

Autoestima

Dimensiones e indicadores

1. Cognitiva

- Manejo de situaciones.
- Reconocimiento y aprobación
- Seguridad y confianza.
- Toma de decisiones.
- Valoración personal.
- Valoración del otro.
- Apertura de pensamiento

2. Afectiva

- Sentimiento de inferioridad.
- Reproches, culpas y remordimientos
- Insatisfacción.
- Sentimiento de alegría.
- Vulnerabilidad, temor, fracaso
- Vergüenza ajena.
- Valoración personal

3. Conductual

- Expresión de amabilidad.
- Indiferencia hacia los demás.
- Juzgar a las personas
- Rechazo a las personas.
- Responsabilidad por sus actos.
- Interactuar con otros.
- Asumir responsabilidades
- Poca aceptación al reconocimiento
- Intolerancia a los cambios
- Defensa de sus ideales

Variable Independiente

Taller “Somos diamantes”

Dimensiones e indicadores

1 Planificación

- Planteamiento de objetivos
- Cronograma

2 Ejecución

- Determinación de actividades
- Estrategias metodológicas
- Materiales, recursos

3 Evaluación

- Indicadores de evaluación
- Instrumentos

2.2.2. Operacionalización de las variables

| Variable | Definición conceptual | Definición operacional | Dimensiones | Indicadores | Escala medición |
|-------------------|---|--|-------------|--|-----------------|
| Autoestima | Evaluación y valoración que realizamos de nosotros mismos. Está comprendida por una serie de creencias y actitudes que cada individuo considera sobre sí mismo. Se evidencia a través de sus actitudes de aprobación y desaprobación, revelando el grado en que cada persona se sienta capaz, importante, competente y exitosa. (1969 citado por Válek, 2007, p.51) | La Autoestima será determinada por la evaluación de sus tres dimensiones con un cuestionario de 30 ítems y que miden las tres dimensiones con 10 preguntas cada una. | Cognitiva | Sentimiento de inferioridad. Reproches, culpas y remordimientos Insatisfacción. Sentimiento de alegría. Vulnerabilidad, temor, fracaso Vergüenza ajena. Valoración personal | Ordinal |
| | | | Afectiva | Sentimiento de inferioridad. Insatisfacción. Sentimiento de alegría. Vulnerabilidad, temor, fracaso Vergüenza ajena. Valoración personal | |
| | | | Conductual | Expresión de amabilidad. Indiferencia hacia los demás. Juzgar a las personas Rechazo a las personas. Responsabilidad por sus actos. Interactuar con otros. Asumir responsabilidades Poca aceptación al reconocimiento Intolerancia a los cambios Defensa de sus ideales | |

| | | | | | |
|--|--|--|---------------|---|--|
| Taller “Somos diamantes ” | Actividad formativa que busca a través del fortalecimiento de la personalidad mejorar los niveles de autoestima de estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa “Federico Villareal” Cura Mori – Piura. (Briceño y Briceño, 2016, p.16) | Ejecución de 10 sesiones con la finalidad de fortalecer la autoestima de los estudiantes de sus 3 dimensiones: Cognitiva, afectiva y Conductual. | Planificación | Determinación de objetivos. Cronograma | |
| | | | Ejecución | Actividades Estrategias metodológicas Medios y materiales | |
| | | | Evaluación | Indicadores de logro Instrumentos Técnicas | |

2.2. Población, muestra y muestreo

De acuerdo a “Hernández et al. (2014), la población se refiere a los elementos susceptibles de ser estudiados en relación a respecto a un fenómeno de investigación; en este caso, la población está comprendida por los 30 estudiantes del aula

Muestra – Muestreo.

La muestra representa una porción significativa de la población, la cual contiene las particularidades que respondan a los objetivos planteados (Hernández et al. 2014). Para el presente estudio la muestra no se ha escogido al azar, por ello se consideraron los 30 estudiantes del aula.

| Estudiantes de tercer año de secundaria | |
|---|----|
| Mujeres | 12 |
| Varones | 18 |
| Total | 30 |

Fuente: Nóminas de matrícula 2019.

Criterios de inclusión.

- Estudiantes matriculados y registrados en nómina.
- Estudiantes con asistencia regular a la institución.
- Estudiantes con aprobación de sus familias para participar en el Taller “Somos diamantes”

Criterios de exclusión.

- Estudiantes que no tienen asistencia regular.
- Estudiantes sin aprobación de sus familias.

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Técnicas.

Según Hernández et al., (2014), señala a la encuesta como como la técnica de obtención de datos de una muestra amplia de sujeto (p. 240). En el estudio se utilizó la “encuesta”, aplicándose un cuestionario.

Instrumentos. Según Pino (2010) se refiere a este como “el elemento del cual se sirve el investigador para recopilar y anotar la información” (p. 415). De acuerdo a la Técnica de estudio a emplear, como se mencionó en el párrafo anterior, nuestro instrumento a utilizar será un cuestionario.

| Técnica e instrumento | |
|-----------------------|--------------|
| TÉCNICA | INSTRUMENTO |
| Encuesta | Cuestionario |

- b) Validación de contenidos: Este procedimiento lo tuvo a cargo la docente que desarrolló el curso, quien determino la validez luego de valorar la relación pertinente entre los ítems, los indicadores, temas o preguntas orientadoras, con los resultados o dimensión de análisis.
- c) Confiabilidad de Cronbach. Este análisis se logró a través de la administración del Alpha de Cronbach, aplicándose una evaluación piloto a un grupo de estudiantes con tipologías parecidas a los que participarían en la investigación. Se obtuvo un valor 0,874, lo cual referencia que el cuestionario fue confiable.

2.4. Procedimientos.

En la planificación de la aplicación del instrumento se consideraron los siguientes procesos: Validación del cuestionario, aplicación de una prueba piloto, con la finalidad de identificar la confiabilidad del instrumento. Aplicación del instrumento a la muestra” del estudio. Consolidación de la información y elaboración de tablas de análisis.

2.5.Métodos de análisis de datos

Se utilizó el programa informático de Excel, el cual nos permite diseñar tablas de frecuencias y porcentajes de acuerdo a las dimensiones y niveles de la variable (Hernández et al 2014). La comprobación de hipótesis se realizó a través de la prueba t Studens. (Martin, 2012, p.1), lo cual permite comprobar los resultados de los estudiantes con la administración del cuestionario antes y después del desarrollo del Taller “Somos diamantes”, para verificar el fortalecimiento de la autoestima.

Aspectos éticos

Se consideró:

- Redacción del documento de acuerdo a las normas APA.
- Aprobación de la Institución Educativa para desarrollar investigación.
- Aprobación de los padres para que los niños participen en el Taller “Corazones Asertivos”
- Respeto de la privacidad y anonimato de la información obtenida.

RESULTADOS

Datos para el objetivo general: Determinar el efecto de la aplicación del taller “Somos diamantes” en el fortalecimiento de la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria IE “Federico Villarreal” – Cura Mori -2019.

TABLA N° 1: Influencia del Programa “Somos diamantes” en la autoestima de los estudiantes

| Autoestima | Pre test | | Post test | |
|-------------------|----------|--------------|-----------|---------------|
| | N° | % | N° | % |
| Nivel Alto | 0 | 0.00% | 17 | 56.67% |
| Nivel Medio | 10 | 33.33% | 13 | 43.33% |
| Nivel Bajo | 20 | 66.67% | 0 | 0.00% |
| Total | 30 | 100.00% | 30 | 100.00% |

Fuente: Pre Test y post test

En la Tabla N° 1 se evidencia de la evaluación de los resultados antes de aplicar el programa (Pre test) que no se tenía ningún alumno con un nivel alto de autoestima, resultando que 10 de los alumnos, que representan el 33.33% de la población evaluada, presentaba nivel medio de autoestima y los 20 alumnos restantes, que representa el 66.67% de la población presentaban un nivel bajo de autoestima.

Así también, se debe mencionar que luego de aplicado el programa, 17 alumnos, que representan el 56.67% de la población, presentaban nivel alto de autoestima, resultando que 13 alumnos presentaban nivel medio de autoestima, que corresponde al 43.33% de la población, y ningún alumno presentaba nivel bajo de autoestima. Por tanto, se puede concluir en base a la tabla N° 1, que existe una notoria mejoría en la autoestima de los estudiantes.

Contraste de hipótesis

| TABLA N° 2: Prueba de T de student para muestras relacionadas aplicada al Pre test y Pos test | | | | | | | | | |
|---|------------|--------------------------|--------|---------|-------------------|--------|-----|------|---------|
| | | Diferencias relacionadas | | | | t | gl | Sig. | |
| | | Me | Desvia | Error | 95% Intervalo de | | | | (bilate |
| | | dia | ción | típ. de | confianza para la | | | | |
| | | | típ. | la | diferencia | | | | |
| | | | | media | Inferio | Superi | | | |
| | | | | | r | or | | | |
| P | Variable | 35, | 15,873 | 2,898 | 29,406 | 41,260 | 12, | 29 | ,000 |
| a | Autoestima | 333 | | | | | 192 | | |
| r | PreTest - | | | | | | | | |
| 1 | Variable | | | | | | | | |
| | Autoestima | | | | | | | | |
| | Post Test | | | | | | | | |

La tabla número 2, muestra los datos correspondientes al estadístico t de student para analizar la diferencia de media relacionadas. Dado que el valor de sig bilateral es igual a 0.00, valor menor a 0.05, se debe rechazar la hipótesis nula: El taller “Somos Diamantes” no tiene efecto significativo en la autoestima de los estudiantes ya que la diferencia de medias es significativa. Y por lo tanto aceptar la hipótesis alternativa: El taller “Somos Diamantes” tiene efecto significativo en la autoestima de los estudiantes.

Datos para el objetivo específico1: Identificar el nivel de autoestima y de sus dimensiones de estudiantes del tercer grado de secundaria IE Federico Villarreal – Cura Mori – 2019 antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

TABLA N° 3: Nivel de Autoestima antes de la aplicación del programa

| | Pre Test | | | | | | | |
|----------|---------------------|---------|--------------------|---------|----------------------|---------|---------------------|---------|
| | Dimensión Cognitiva | | Dimensión Afectiva | | Dimensión Conductual | | Variable Autoestima | |
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % |
| N. Alto | 0 | 0.00% | 0 | 0.00% | 0 | 0.00% | 0 | 0.00% |
| N. Medio | 16 | 53.33% | 10 | 33.33% | 17 | 56.67% | 10 | 33.33% |
| N. Bajo | 14 | 46.67% | 20 | 66.67% | 13 | 43.33% | 20 | 66.67% |
| Total | 30 | 100.00% | 30 | 100.00% | 30 | 100.00% | 30 | 100.00% |

Fuente: Pre Test y pos test

En la Tabla N° 3 se evidencia de la evaluación de los resultados antes de aplicar el programa (Pre test) correspondientes a la dimensión cognitiva, no se tenía ningún estudiante con autoestima alta en la dimensión cognitiva, el 53.33% de los estudiantes (16 estudiantes) presentaban autoestima media en la dimensión cognitiva y el 46.67 % restante de los estudiantes (14 estudiantes) presentaban nivel bajo de autoestima en la mencionada dimensión. Así también, se evidencia que en los resultados de la dimensión afectiva ningún estudiante presentaba nivel alto de autoestima, el 33.33% de los estudiantes (10 estudiantes) presentaban autoestima media en la dimensión afectiva y el restante 66.67% de los estudiantes (20 estudiantes) presentaban autoestima baja en la dimensión afectiva. Asimismo, se debe indicar que, de los resultados de la dimensión conductual, se aprecia que ningún estudiante tenía un nivel alto de autoestima en la mencionada dimensión, 56.67% de los estudiantes (17 estudiantes) presentaban nivel medio de autoestima en la dimensión conductual y el restante 43.33% de los estudiantes presentaban nivel bajo de autoestima en la dimensión evaluada.

Contraste de hipótesis.

TABLA N° 4: Estadísticos Descriptivos de la Variable autoestima y sus dimensiones antes de la aplicación del programa

| | Dimensión | Dimensión | Dimensión | Variable |
|-------|-----------|-----------|------------|------------|
| | Cognitiva | Afectiva | Conductual | Autoestima |
| Media | N. Bajo | N. Bajo | N. Bajo | N. Bajo |

La tabla número 4 muestra que en cuanto a la moda que es el mayor número de participantes que se encuentra en un nivel, se tiene que las dimensiones cognitiva y conductual mantienen la mayoría de los estudiantes en nivel medio de autoestima, mientras que la dimensión afectiva y la variable autoestima, mantienen a la mayoría estudiantes en el nivel bajo.

Dado que el nivel bajo de autoestima, prima en la media de las 3 dimensiones y de la variable autoestima, se debe aceptar la hipótesis alternativa la cual indica: El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes es bajo antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”. Rechazando por ende la hipótesis nula: El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes no es bajo antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

Datos para el objetivo específico 2: Identificar el nivel de autoestima y de sus dimensiones de estudiantes del tercer grado de secundaria IE Federico Villarreal – Cura Mori – 2019 después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

TABLA N° 5: Nivel de Autoestima después de la aplicación del programa

| | Pre Test | | | | | | | |
|----------|---------------------|--------|--------------------|--------|----------------------|--------|---------------------|--------|
| | Dimensión Cognitiva | | Dimensión Afectiva | | Dimensión Conductual | | Variable Autoestima | |
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % |
| N. Alto | 14 | 46.67% | 20 | 66.67% | 13 | 43.33% | 17 | 56.67% |
| N. Medio | 16 | 53.33% | 10 | 33.33% | 17 | 56.67% | 13 | 43.33% |
| N. Bajo | 0 | 0.00% | 0 | 0.00% | 0 | 0.00% | 0 | 0.00% |
| Total | 30 | 100.00 | 30 | 100.00 | 30 | 100.00 | 30 | 100.00 |
| | | % | | % | | % | | % |

Fuente: Pre Test y pos test

En la Tabla N° 5 se evidencia de la evaluación de los resultados después de aplicar el programa (Post test) correspondientes a la dimensión cognitiva, no se tuvo ningún estudiante con autoestima baja en la dimensión evaluada, el 46.67% de los estudiantes (14 estudiantes) presentaban autoestima alta en la dimensión cognitiva y el 53.33 % restante de los estudiantes (16 estudiantes) presentaban nivel medio de autoestima en la mencionada dimensión.

Así también, se evidencia que en los resultados de la dimensión afectiva ningún estudiante presentaba nivel bajo de autoestima, el 33.33% de los estudiantes (10 estudiantes) presentaban autoestima media en la dimensión afectiva y el restante 66.67% de los estudiantes (20 estudiantes) presentaban autoestima alta en la dimensión afectiva. Asimismo, se debe indicar que, de los resultados de la dimensión conductual, se aprecia que ningún estudiante tenía un nivel bajo de autoestima en la mencionada dimensión, 56.67% de los estudiantes (17 estudiantes) presentaban nivel medio de autoestima en la dimensión conductual y el restante 43.33% de los estudiantes presentaban nivel alto de autoestima en la dimensión evaluada.

Contraste de hipótesis.

TABLA N° 6: Estadísticos Descriptivos de la Variable autoestima y sus dimensiones después de la aplicación del programa

| | Dimensión | Dimensión | Dimensión | Variable |
|-------|-----------|-----------|------------|------------|
| | Cognitiva | Afectiva | Conductual | Autoestima |
| Media | N. Medio | N. Alto | N. Medio | N. Alto |

La tabla número 6 muestra los estadísticos descriptivos de media y moda, los cuales se aplicaron a los resultados de la variable autoestima y sus dimensiones, encontrando que la media de las 3 dimensiones y la variable autoestima se encuentra variando entre los niveles alto y medio, así la dimensión cognitiva y la dimensión conductual presentan que su media se encuentra dentro del rango definido para nivel medio de autoestima, mientras que la media de la dimensión afectiva y de la variable autoestima se encuentra dentro del rango definido para nivel alto de autoestima.

Las dimensiones cognitiva y conductual mantienen la mayoría de los estudiantes en nivel medio de autoestima, mientras que la dimensión afectiva y la variable autoestima, mantienen a la mayor cantidad de los estudiantes en el nivel alto de autoestima.

Dado que el nivel de autoestima no es el mismo entre las dimensiones y la variable, se puede indicar que el nivel de autoestima posterior al programa es alto, por tanto, se debe rechazar la hipótesis nula: El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes no es alto después de la aplicación del taller “Somos diamantes”. Aceptando por tanto la hipótesis alternativa: El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes es alto después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

j

Datos para el objetivo específico 3: Contrastar los niveles de autoestima y sus dimensiones en estudiantes del tercer grado de secundaria IE Federico Villarreal – Cura Mori – 2019, antes y después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

TABLA N° 7: Influencia del Programa “Somos diamantes” en la dimensión Cognitiva de la autoestima de los estudiantes

| Dimensión Cognitiva | Pre test | | Post test | |
|---------------------|----------|---------|-----------|---------|
| | N° | % | N° | % |
| Nivel Alto | 0 | 0.00% | 14 | 46.67% |
| Nivel Medio | 16 | 53.33% | 16 | 53.33% |
| Nivel Bajo | 14 | 46.67% | 0 | 0.00% |
| Total | 30 | 100.00% | 30 | 100.00% |

Fuente: Pre Test y pos test

TABLA N° 8: Influencia del Programa “Somos diamantes” en la dimensión Afectiva de la autoestima de los estudiantes

| Dimensión Afectiva | Pre test | | Post test | |
|--------------------|----------|---------|-----------|---------|
| | N° | % | N° | % |
| Nivel Alto | 0 | 0.00% | 20 | 66.67% |
| Nivel Medio | 10 | 33.33% | 10 | 33.33% |
| Nivel Bajo | 20 | 66.67% | 0 | 0.00% |
| Total | 30 | 100.00% | 30 | 100.00% |

Fuente: Pre Test y pos test

TABLA N°9: Influencia del Programa “Somos diamantes” en la dimensión Conductual de la autoestima de los estudiantes

| Dimensión Conductual | Pre test | | Post test | |
|----------------------|----------|---------|-----------|---------|
| | N° | % | N° | % |
| Nivel Alto | 0 | 0.00% | 13 | 43.33% |
| Nivel Medio | 17 | 56.67% | 17 | 56.67% |
| Nivel Bajo | 13 | 43.33% | 0 | 0.00% |
| Total | 30 | 100.00% | 30 | 100.00% |

Fuente: Pre Test y pos test

Las Tablas N° 7,8 y 9 resumen los resultados obtenidos para las dimensiones Cognitiva, Afectiva y Conductual respectivamente, antes y después de la aplicación del programa “Somos diamantes”. En tal sentido se puede indicar que, con respecto a la dimensión cognitiva, en el pre test presentaba 53.33% de los estudiantes en nivel medio de autoestima y el restante 46.67% de la población presentaba nivel bajo de autoestima en la dimensión

cognitiva, estos valores cambiaron radicalmente el post test, en el cual el 46.67% de los estudiantes presentaba nivel alto de autoestima y el 53.33% presentaban nivel medio de autoestima. Asimismo, se puede indicar que, con respecto a la dimensión afectiva, en el pre test presentaba 33.33% de los estudiantes en nivel medio de autoestima y el restante 66.67% de la población presentaba nivel bajo de autoestima en la dimensión afectiva, estos valores cambiaron radicalmente el post test, en el cual el 43.33% de los estudiantes presentaba nivel alto de autoestima y el 56.67% presentaban nivel medio de autoestima. Finalmente, se puede indicar que, con respecto a la dimensión conductual, en el pre test presentaba 56.67% de los estudiantes en nivel medio de autoestima y el restante 43.33% de la población presentaba nivel bajo de autoestima en la dimensión conductual, estos valores cambiaron radicalmente el post test, en el cual el 43.33% de los estudiantes presentaba nivel alto de autoestima y el 56.67% presentaban nivel medio de autoestima.

Contraste de hipótesis

TABLA N° 10: Prueba de T de student para muestras relacionadas aplicada al Pre test y Pos test

| | | Diferencias relacionadas | | | | | T | gl | Sig. (bilateral) |
|------------------|---|--------------------------|--------------------|---------------------------------|--|------------|----------------|----|---------------------|
| | | Media | Desviación típ. | Error típ. de la media | 95% Intervalo de confianza para la diferencia | | | | |
| | | | | | Inferior | Superior | | | |
| P a r 1 | Variable Autoestima Pre Test - Variable Autoestima Post Test | 35, 333 | 15,87 3 | 2,898 | 29,40 6 | 41,26 0 | 12, 19 2 | 29 | ,000 |
| P a r 2 | Dimensión Cognitiva Pre Test - Dimensión Cognitiva Post Test | 10, 733 | 6,269 | 1,145 | 8,392 | 13,07 4 | 9,3 77 | 29 | ,000 |
| P a r 3 | Dimensión Afectiva Pre Test - Dimensión Afectiva Post Test | 13, 467 | 7,276 | 1,328 | 10,75 0 | 16,18 4 | 10, 13 7 | 29 | ,000 |
| P a r 4 | Dimensión Conductual Pre Test - Dimensión Conductual Post Test | 11, 133 | 7,366 | 1,345 | 8,383 | 13,88 4 | 8,2 79 | 29 | ,000 |

La tabla número 10, muestra los datos correspondientes al estadístico t de student para analizar la diferencia de media relacionadas, en este caso se establece si la diferencia de

medias al evaluar los resultados antes y después de la aplicación de programa, es significativa, a diferencia de lo establecido en el objetivo general, en la tabla 10 además de la diferencia significativa de las medias de la variable autoestima, se ha incluido a la diferencia significativa de las medias de las dimensiones Cognitiva, Afectiva y Conductual.

Siguiendo lo realizado en la tabla 10, se deben apreciar los valores de sig(bilateral), el cual debe ser menor a 0.05, dado que es el valor máximo de error tipo II definido para la presente investigación, para cada una de los pares evaluados, es decir para la variable y cada una de sus dimensiones.

Dado que el valor de sig bilateral es igual a 0.00 en todas y cada una de las dimensiones, además de la variable y dado que el valor es menor a 0.05, se debe rechazar la hipótesis nula: No existe diferencia significativa entre los niveles de autoestima y de sus dimensiones en estudiantes de tercer grado de secundaria IE “Federico Villarreal – Cura Mori, antes y después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

Dado que existe diferencia significativa en la dimensión Cognitiva, en la dimensión afectiva, en la dimensión Conductual y en la Variable Autoestima. Por lo expuesto, se debe aceptar la hipótesis alternativa: Existe diferencia significativa entre los niveles de autoestima y de sus dimensiones en estudiantes del tercer grado de secundaria IE “Federico Villarreal – Cura Mori, antes y después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

III. DISCUSIÓN

Acerca del estudio Taller “Somos diamantes” para fortalecer la autoestima de estudiantes de tercer grado de secundaria IE Federico Villarreal – Cura Mori - 2019, se presenta la discusión de los resultados.

En relación al objetivo general: Determinar el efecto de la aplicación del taller “Somos diamantes” en el fortalecimiento de la autoestima de estudiantes de tercer grado de secundaria IE “Federico Villarreal” – Cura Mori -2019.

Los resultados obtenidos indican que el taller “Somos diamantes” tiene efecto significativo en la autoestima de estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori, pues el 66.67% de estudiantes que se ubicaron en el nivel bajo de autoestima en el pre test, después de aplicar el Taller este porcentaje bajó a 0%. Además de no contar con ningún estudiante (0%) en el nivel alto en el pre test, luego del taller 17 estudiantes (56.67%) lograron el nivel alto de autoestima. Asimismo, se obtuvo una media de 35,3 a favor del post test y un sig. de ,000. Lo que nos lleva a determinar que el taller tuvo efectos significativos en la autoestima de los estudiantes.

Coopersmith (1969 citado por Válek M. 2007), sostiene que a la autoestima se le define como la evaluación y valoración que realizamos de nosotros mismos. Está comprendida por una serie de creencias y actitudes que cada individuo considera sobre sí mismo. Se evidencia a través de sus actitudes de aprobación y desaprobación, revelando el grado en que cada persona se sienta capaz, importante, competente y exitosa.

Investigación relacionada al presente estudio realizaron Chero, Huamán y Jiménez (2016), Aplicación del Taller “Descubriéndome” para fortalecer la autoestima en los estudiantes Catacaos. Piura. 2015. Los resultados obtenidos tuvieron similitud porque se encontró que hay eficacia en el desarrollo del taller al notarse distinciones importantes en los resultados del grupo experimental, según comparación de los datos recogidos sistematizados del post test en grupo control y experimental, evidenciándose un acrecentamiento relevante de los niveles de autoestima.

Con respecto al objetivo específico N° 1: Identificar el nivel de autoestima y de sus dimensiones de estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori – 2019 antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

Los resultados señalan que el nivel de la variable autoestima y de la dimensión afectiva antes de aplicar el Taller “Somos diamantes” fue bajo, con un 66.67% de estudiantes para ambos casos este nivel. En relación a las dimensiones cognitiva y conductual alcanzaron un nivel medio con 53.33% y 56.67% de estudiantes respectivamente. Además, dado que el nivel bajo de autoestima, prima en la media de las 3 dimensiones y de la variable autoestima, se determina que el nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes es bajo antes de la aplicación del taller.

Para Heber (1991), “la autoestima es o que se siente y valora en relación a nuestra persona, de la propia forma de ser, de quienes somos, del cúmulo de características físicas, psicológicas y espirituales que conforman nuestro temperamento. La autoestima se asimila, se modifica y se puede optimizar. La situación en que este nuestra autoestima, será determinante y será la principal responsable de las frustraciones y logros, pues, una autoestima apropiada, relacionada con una concepción favorable de uno, fomentará las competencias de los individuos para que sus destrezas evolucionen, aumentando de manera significativa el nivel de confianza particular, sin embargo, una autoestima baja llevará precipitadamente al individuo directo al dependencia y frustración.

Lo encontrado en la presente investigación, se acerca a los hallazgos de Campano (2018) en su tesis: El nivel de autoestima y el rendimiento escolar en los estudiantes de secundaria, quien concluyó que el 50 % de los jóvenes están en el nivel bajo de la dimensión cognitiva y un porcentaje igual se ubican en el nivel medio. Además, en el aspecto afectivo se evidencia un 75 % de alumnos con un nivel bajo y el 25 % restante nivel medio. En el componente conductual, el total de los participantes se dividen en 50% en nivel bajo y 50% en nivel medio.

En relación al objetivo específico 2: Identificar el nivel de autoestima y de sus dimensiones de estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori – 2019 después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

Los resultados indican que el nivel de la variable autoestima y de la dimensión afectiva después de aplicar el Taller “Somos diamantes” fue alto con un 56.67% y 66.67% de estudiantes en este nivel respectivamente. Las dimensiones cognitiva y conductual se ubican en el nivel medio con 53.33% y 56.67% respectivamente. Asimismo, dado que el nivel de autoestima no es el mismo entre las dimensiones y la variable, se determina que el nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes es alto después de la aplicación del taller.

Castañer (2012), sostiene que las ideas que manejamos en relación a nuestra persona, aquellas condiciones, competencias, formas de apreciar o de concebir que nos atribuimos, conforman “imagen personal” o “autoimagen”. La autoestima es la apreciación que cada persona hace de sí misma, a partir de las impresiones y prácticas que han agregado en el transcurrir de su vida. Los individuos se sienten listos o tontos, capaces o incapaces, se gustan o no. Esta evaluación de sí mismos resulta muy significativa, dado que a partir de ella se promueve la ejecución del potencial personal y los éxitos en la vida. Así, los sujetos que se sienten satisfechos con ellos mismos, es decir, que poseen autoestima alta, tienen la capacidad “de retar y solucionar” problemas, asumiendo los compromisos que la vida le propone. Por el contrario, aquellos individuos que evidencian una autoestima baja, demuestran autolimitación y fracaso.

Los resultados en la presente investigación, contrastan con lo encontrado por Esquerre (2017) quien realizó la investigación Programa fortaleciendo mi autoestima en las relaciones interpersonales en estudiantes, La Victoria 2017, en la cual concluye que se evidencian diferencias, al analizar los resultados de los estudiantes antes y después de haber desarrollado el programa. Además, señala que el desarrollo del programa logró consecuencias significativas en las relaciones interpersonales de los estudiantes. Los resultados muestran que antes de aplicar el programa el 61.5% de los estudiantes se ubicaban en un nivel medio de autoestima y, después de haber desarrollado dicho programa el nivel logrado fue alto con un 92.3% de estudiantes.

Con respecto al objetivo específico 3: Contrastar los niveles de autoestima y sus dimensiones en estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori – 2019, antes y después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

En los resultados se evidencia que, con respecto a la dimensión cognitiva, en el pre test presenta un 0% de estudiantes en nivel alto de autoestima y en el post test el nivel alto llega a un 46.67%. Sobre la dimensión afectiva, en el pre test ningún estudiante (0%) presenta nivel alto de autoestima y en el post test el nivel alto llega a 66.67%. En la dimensión conductual se visualiza que en el pre test presenta un 0% de estudiantes en nivel alto de autoestima y en el post test el nivel alto llega a un 43.33%. Además, dado que el valor de sig bilateral es igual a 0.00 en todas y cada una de las dimensiones, además de la variable y encontrándose diferencia significativa en las tres dimensiones y la variable se determina que existe diferencia significativa entre los niveles de autoestima y de sus dimensiones en los estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori, antes y después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.

Al respecto, Lorenzo, (2007) señala que la valoración de uno mismo es la fuente de la salud mental y el efecto de la autoestima en las emociones, pensamientos, valores y metas de cada persona es grande y significativa. Por ello, el nivel de autoestima que tiene un individuo conlleva consecuencias muy relevantes en muchos aspectos de la vida, el cual puede direccionar el aprendizaje, los proyectos, la responsabilidad. Esto determina de manera evidente nuestro desarrollo personal, limitando la forma de ver y comprender el mundo. Una autoestima positiva o negativa otorgan una gama de características al individuo que, según el caso, proporcionan una serie de mejorías o desventajas.

Los resultados en el presente estudio son corroborados por la investigación de Gómez, Viveros y Ceballos (2017), Propuesta de enseñanza lúdico pedagógica para fortalecer la Autoestima y mejorar la convivencia en los estudiantes, Cauca, quienes concluyeron que con desarrollo de la “propuesta se mejoró la autoestima y la convivencia,” además, se logró que los estudiantes mostraran mejor disposición hacia las diversas actividades de recreación y pedagógicas.

CONCLUSIONES

- El taller “Somos diamantes” tiene efecto significativo en la autoestima de los estudiantes. El 66.67% de estudiantes que se ubicaron en el nivel bajo de autoestima en el pre test, después de aplicar el Taller este porcentaje bajó a 0% (Tabla N° 1). Además de no contar con ningún estudiante (0%) en el nivel alto en el pre test, luego del taller 17 estudiantes (56.67%) lograron el nivel alto de autoestima. Asimismo, se obtuvo una media de 35,3 a favor del pos test y un sig. de ,000 (Tabla N° 2).

- El nivel de autoestima y sus dimensiones de los estudiantes antes de la aplicación del taller “Somos diamantes” es bajo (Tabla N° 3 y 4).

- El nivel de autoestima y sus dimensiones de los estudiantes después de la aplicación del taller “Somos diamantes” es alto (Tabla N° 5 y 6).

- -Existen diferencias significativas entre los niveles de autoestima y sus dimensiones en los estudiantes, antes y después de la aplicación del taller “Somos diamantes”. La dimensión cognitiva, varió de 0% de estudiantes en nivel alto de autoestima al 46.67% en el pre test y post test respectivamente (Tabla N° 7). La dimensión afectiva, varió de 0% de estudiantes en nivel alto de autoestima al 66.67% en el pre test y post test respectivamente (Tabla N° 8). La dimensión conductual, varió de 0% de estudiantes en nivel alto de autoestima al 43.33% en el pre test y post test respectivamente (Tabla N° 9). Además, el valor de sig bilateral es igual a 0.00 en todas y cada una de las dimensiones (Tabla N° 10).

RECOMENDACIONES

- A los profesores de la I.E Federico Villarreal – Cura Mori – en trabajo conjunto con el servicio de psicología refuercen la autoestima de los estudiantes suscitando que la misma se pueda sostener u optimar en el desarrollo de las etapas de su escolaridad. Esto con la planificación de sesiones tengan como finalidad fortalecer los pensamientos e ideales significativos que los adolescentes manejan de su persona, alejando ideologías que lastimen su autoestima.
- A los docentes de la institución, en trabajo conjunto con el que brinda asesoramiento a los adolescentes, fortalecer la autoestima de los estudiantes, involucrando activamente a los padres, madres y/o hermanos, teniendo en cuenta que el contexto familiar es un elemento que determina la formación del estudiante, y a la vez es el principal soporte psicológico y afectivo del adolescente.
- A los directivos de la I.E Federico Villarreal – Cura Mori, realizar las gestiones con instituciones y/o profesionales especialistas en el fortalecimiento de la autoestima de los adolescentes y jóvenes, con la finalidad de informar y capacitar en relación al valor de la autoestima y formas para mantener niveles de autoestima aceptables.
- A los directivos, implementar capacitación docente para que el personal desarrolle competencias que les permitan trabajar con los estudiantes temas significativos como el fortalecimiento de su autoestima, promoviendo en la institución escenarios y climas que fomenten el desarrollo de la misma.

REFERENCIAS

- Acosta, R. & Hernández, J. (2004). La Autoestima en la Educación. Chile: Revista Límite Vol.1, núm. 11. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/836/83601104.pdf>.
- Alcantara, J. (1993). "*Educar la autoestima*". España - Editorial Grupo Planeta.
- Berbén, L. (2006) *El yo y la comprensión social*. En L.A. Berk. Desarrollo del niño y del adolescente (pp. 571-623). Madrid: Prentice Hall.
- Branden, N. (2011). El poder de la autoestima. España: Espas III Edición.
- Branden, N. (2000). El poder de la autoestima. Cómo potenciar este importante recurso psicológico. Barcelona: Editorial Paidós. II Edición
- Branden N. (1991). *Los seis pilares de la autoestima*. Estados Unidos - Editorial Paidós, España.
- Briceño y Briceño (2016) Talleres de formación en educación. Lima Perú.
- Camacho, C. y Camacho, M. (2012) *Habilidades Sociales en Adolescencia: un programa de intervención*, <http://profesorisaacgarcariostuamigo.files.wordpress.com/2012/07/habilidades-sociales-en-la-adolescencia.pdf>
- Campano, J. (2018) *El nivel de autoestima y el rendimiento escolar en los estudiantes de secundaria*, (Tesis de Maestría) Universidad César Vallejo Lima Perú.
- Castanyer, O. (2012). La asertividad: expresión de una sana autoestima. España: Editorial Desclée de Brouwer.
- Chero, M. Huamán, M. y Jiménez, D. (2016) *Aplicación del Taller "Descubriéndome" para fortalecer la autoestima en los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa San Miguel Arcángel. Catacaos. Piura. 2015* (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo de Piura Perú.

- Código R (2017). *Expandiendo la huella de Dove Proyecto para la Autoestima.*. De: Empresa Unilever. Argentina-2017. Recuperado de: <http://www.codigor.com.ar/autoestima.htm>
- Coopersmith, S. (1967). *Self-concept: Its origin and its development in infancy. Paper presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association.* San Francisco.
- Enriquez, C. (2007) *La autoestima en adolescentes agresores y víctimas en la escuela: la perspectiva multidimensional.* Intervención Psicosocial, 15, 223-232.
- Esquerre, L. (2017) *Programa fortaleciendo mi autoestima en las relaciones interpersonales en estudiantes de Educación Secundaria – 2do año - , institución educativa particular Nuestra Señora del Pilar, La Victoria 2017* (Tesis de Maestría) Universidad César Vallejo Perú.
- Gómez, A. Viveros, B. y Ceballos, G. (2017) “*Propuesta de enseñanza lúdico pedagógica para fortalecer la Autoestima y mejorar la convivencia en los estudiantes de grado Décimo de la institución educativa Cauca*”, (Tesis de Maestría) Fundación Universitaria Los Libertadores Colombia.
- Heber G. (1991). “*Cómo ayudar a los niños a aceptarse a sí mismos y a aceptar a los demás*”. España - Editorial Paidós Ibérica.
- Hernández, R. Fernández, C. Baptista, P. (2014) *Metodología de la Investigación.* 5ta. Edición México. Editorial McGraw-Hill
- Lorenzo, M. (2007) *Autoestima: Un factor relevante en la Vida.* Universidad de Costa Rica.
- Martín, L. (2012) *Probabilidad y estadística.* Editorial Campos.
- Maslow, A. (1943) *Motivación y personalidad.* Ediciones Diaz de Santos, S.A.
- MINEDU. (2017). *Persona Familia y Relaciones Humanas.*Peru: Santillana.
- Pino, A. (2010) *Instrumentos de recolección de datos. El Cuestionario.* Editorial Brujas.

- Rivera, A. (2018) *Autoestima y habilidades sociales en adolescentes de familias monoparentales de cuatro centros educativos adventistas de la ciudad de Puno, Perú 2017* (Tesis de Maestría) Universidad Peruana Unión Lima Perú.
- Rodríguez, A. (1998). *El autoconcepto físico y el bienestar/malestar psicológico en la adolescencia*. San Sebastián: Universidad del País Vasco.
- Schub, N. (2006). *La autoestima en el enfoque gestalt*. Mexico: CEIG.
- Stevens, M. (2007) *Habilidades Sociales en el Contexto Educativo*, 1-193.
http://cybertesis.ubibio.cl/tesis/2007/fernandez_m/doc/fernandez_m.pdf
- Unilever (2013) Estudio de Fortalecimiento de la Autoestima. Código R.
- Valencia C. (2007). "*Abraham Malow – La autoestima*". *La Autoestima: consejos para mejorar la autoestima*. Recuperado de: <http://www.laautoestima.com/abraham-maslow.htm>
- Válek M. (2007) *Autoestima y motivaciones sociales en estudiantes*. Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo.

ANEXOS

TEST DE AUTOESTIMA

Estimado (a) estudiante, responde sinceramente a las siguientes preguntas de acuerdo a la siguiente clave de respuesta

| Número | POSIBILIDAD |
|----------|--------------------------|
| 1 | No es verdad. |
| 2 | Es, más o menos, cierto. |
| 3 | Es bastante cierto. |
| 4 | Es completamente cierto. |

I. DIMENSIÓN COGNITIVA

| | ÍTEM | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|--|---|---|---|---|
| 1 | Siempre me siento incapaz de manejar nuevas situaciones. | | | | |
| 2 | Me preocupa lo que los demás piensan y dicen de mí | | | | |
| 3 | Tengo una intensa necesidad de reconocimiento y aprobación de la gente (Elogian lo que hago) | | | | |
| 4 | Usualmente me anticipo a nuevas tareas con poca confianza y seguridad. | | | | |
| 5 | Poco pienso por mí mismo para tomar mis propias decisiones. | | | | |
| 6 | Soy libre para dar prioridad a mis propias necesidades y deseos. | | | | |
| 7 | Tengo la tendencia a desvalorar mis propios talentos, cualidades, y logros. | | | | |
| 8 | Rara vez me siento cómodo cuando estoy solo. | | | | |
| 9 | No valoro los logros e ideas de los demás. | | | | |
| 10 | No me siento libre para aceptar cualquier tipo de pensamiento adecuado que viene a mi mente. | | | | |

II. DIMENSIÓN AFECTIVA

| | ÍTEM | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|--|---|---|---|---|
| 11 | Frecuentemente me siento inferior a los demás. | | | | |
| 12 | Por lo general me acuso por mis errores y defectos (soy responsable de ser como soy) | | | | |
| 13 | Me siento insatisfecho conmigo mismo. | | | | |

| | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|
| 14 | Tengo vergüenza reproche culpa y remordimiento. | | | | |
| 15 | Poco me alegro por la vida sin disfrutar plenamente de ella. | | | | |
| 16 | Me siento “muy vulnerable” a las opiniones, comentarios y actitudes de los demás. (Me hacen daño con facilidad) | | | | |
| 17 | Me siento temeroso de mostrar mi verdadera imagen personal | | | | |
| 18 | Constantemente evito nuevas tareas por temor a fracasar. | | | | |
| 19 | Me avergüenzo por las conductas de mi familia y de mis amigos. | | | | |
| 20 | Acostumbro a valorarme personalmente imitando a los demás. | | | | |

III. DIMENSIÓN CONDUCTUAL

| | ÍTEM | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---|---|---|---|---|
| 21 | Soy poco amable y amistoso con las personas que trato. | | | | |
| 22 | Me gusta dejar que la gente se equivoque y no intento corregirlos. | | | | |
| 23 | Me gusta condenar a los demás y deseo que los castiguen por lo que hacen. | | | | |
| 24 | Usualmente rechazo a los demás por sus habilidades y destrezas. | | | | |
| 25 | No asumo la responsabilidad de las consecuencias de mis actos personales. | | | | |
| 26 | Me siento intranquilo entre extraños | | | | |
| 27 | Frecuentemente culpo a los demás de mis limitaciones, problemas y errores. | | | | |
| 28 | Acepto halagos y regalos con mucha vergüenza. | | | | |
| 29 | Estoy indispuesto a aceptar a trabajar nuevas ideas y propuestas. | | | | |
| 30 | Siento una baja necesidad de defender mis opiniones, conductas y puntos de vista. | | | | |

| | |
|-------|--|
| TOTAL | |
|-------|--|

| ESCALA CUANTITATIVA | ESCALA CUALITATIVA |
|---------------------|--------------------|
| 90 – 120 | AUTOESTIMA ALTA |
| 60 – 89 | AUTOESTIMA MEDIA |
| 30 - 59 | AUTOESTIMA BAJA |

ALFA DE CROMBACH

Resumen del procesamiento de los casos

| | | N | % |
|------------------------------|--|---|-------|
| Válidos | | 6 | 100,0 |
| Casos Excluidos ^a | | 0 | ,0 |
| Total | | 6 | 100,0 |

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| ,874 | 30 |

Estadísticos total-elemento

| | Media de la escala si se elimina el elemento | Varianza de la escala si se elimina el elemento | Correlación elemento-total corregida | Alfa de Cronbach si se elimina el elemento |
|----------|--|---|--------------------------------------|--|
| VAR00001 | 62,1667 | 172,167 | ,000 | ,875 |
| VAR00002 | 62,0000 | 163,600 | ,241 | ,875 |
| VAR00003 | 62,3333 | 183,867 | -,601 | ,888 |
| VAR00004 | 62,3333 | 181,067 | -,373 | ,888 |
| VAR00005 | 62,5000 | 171,100 | ,019 | ,878 |
| VAR00006 | 60,8333 | 167,367 | ,196 | ,874 |
| VAR00007 | 62,3333 | 160,267 | ,439 | ,869 |
| VAR00008 | 62,3333 | 167,467 | ,212 | ,874 |
| VAR00009 | 61,8333 | 161,367 | ,488 | ,868 |
| VAR00010 | 61,6667 | 156,667 | ,457 | ,869 |
| VAR00011 | 61,6667 | 155,867 | ,580 | ,865 |
| VAR00012 | 61,5000 | 153,900 | ,869 | ,860 |
| VAR00013 | 61,1667 | 169,367 | ,086 | ,877 |
| VAR00014 | 61,3333 | 159,467 | ,473 | ,868 |
| VAR00015 | 61,6667 | 157,867 | ,647 | ,865 |
| VAR00016 | 61,8333 | 154,167 | ,855 | ,860 |
| VAR00017 | 61,8333 | 144,167 | ,912 | ,854 |
| VAR00018 | 61,6667 | 154,267 | ,645 | ,863 |

| | | | | |
|----------|---------|---------|-------|------|
| VAR00019 | 62,5000 | 151,900 | ,754 | ,860 |
| VAR00020 | 62,0000 | 146,800 | ,847 | ,857 |
| VAR00021 | 62,1667 | 144,967 | ,840 | ,856 |
| VAR00022 | 62,1667 | 144,167 | ,869 | ,855 |
| VAR00023 | 62,1667 | 144,967 | ,840 | ,856 |
| VAR00024 | 62,5000 | 151,900 | ,754 | ,860 |
| VAR00025 | 62,0000 | 166,400 | ,189 | ,875 |
| VAR00026 | 62,0000 | 178,800 | -,358 | ,884 |
| VAR00027 | 63,1667 | 172,167 | ,000 | ,875 |
| VAR00028 | 62,6667 | 173,067 | -,083 | ,877 |
| VAR00029 | 62,0000 | 178,000 | -,319 | ,883 |
| VAR00030 | 62,5000 | 160,300 | ,542 | ,867 |

FICHA TÉCNICA PARA EL INSTRUMENTO TEST SOBRE AUTOESTIMA

- **DATOS INFORMATIVOS:**

- .1. Denominación : Test de autoestima
- .2. Tipo de Instrumento : Test
- .3. Institución Educativa : Federico Villarreal
- .4. Fecha de Aplicación : 03 de marzo del 2019
- .5. Autor : Coopersmith/
- .6. Aplicado : PAMELA ACERO CÁCERES y RUTH MARTHA
CHOQUE HUANCA
- .7. Medición : Variable autoestima de estudiantes
- .8. Administración : Estudiantes
- .9. Tiempo de Aplicación : 20 min. Aprox.
- .10. Forma de Aplicación : Individual o grupal.

- **OBJETIVO:**

Medir el nivel de autoestima de los estudiantes de tercer grado de secundaria.

- **DIMENSIONES ESPECÍFICAS A EVALUARSE:**

- Cognitiva
- Afectiva
- Conductual

- **INSTRUCCIONES:**

1. El test sobre autoestima de estudiantes consta de 30 ítems, de los cuales 10 corresponden a la dimensión cognitiva, 10 a la dimensión afectiva y 10 ítems corresponden al conductual.
2. Se han establecido tres niveles para describir las dimensiones investigadas: alta, media y baja.
3. Si consideramos el sistema de calificación del cuestionario, tenemos que cada ítem (pregunta) tiene un valor de:
 - 1 .. No es verdad.
 - 2 .. Es, más o menos, cierto.
 - 3 .. Es bastante cierto.
 - 4 ... Es completamente cierto.
4. El resultado final es la suma de las tres dimensiones haciendo un total de 120 puntos.

MATERIALES:

Test impreso, lápices y borrador.

EVALUACIÓN:

a. Nivel para cada una de las dimensiones:

El puntaje parcial, se obtendrá sumando las puntuaciones de los ítems y de esta manera se obtendrá el nivel de la dimensión.

- **Cognitiva**

| | |
|------------------|---------|
| Autoestima alta | 10 - 19 |
| Autoestima media | 20 - 30 |
| Autoestima baja | 31 - 40 |

- **Afectiva**

| | |
|------------------|---------|
| Autoestima alta | 10 - 19 |
| Autoestima media | 20 - 30 |
| Autoestima baja | 31 - 40 |

- **Conductual**

| | |
|------------------|---------|
| Autoestima alta | 10 - 19 |
| Autoestima media | 20 - 30 |
| Autoestima baja | 31 - 40 |

b. Nivel de Variable Autoestima:

| | |
|------------------|----------|
| Autoestima alta | 30 - 59 |
| Autoestima media | 60 - 89 |
| Autoestima baja | 90 - 120 |

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA TESIS: Taller "Somos Diamantes" para fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal—Cura Mori
- 2019

| VARIABLE | DIMENSIÓN | INDICADOR | ITEMS | OPCIÓN DE RESPUESTA | | | | CRITERIOS DE EVALUACIÓN | | | | OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES | |
|---|-----------|--|--|---------------------|-------------------------|----------------------|---------------------------|---|--|--|---|---------------------------------|--|
| | | | | 1. NO ES VERDAD | 2. ES MÁS O MENOS CERTO | 3. ES BASTANTE CERTO | 4. ES COMPLETAMENTE CERTO | RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN | RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR | RELACIÓN ENTRE LA INDICADOR Y EL ITEMS | RELACIÓN ENTRE EL ITEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA | | |
| AUTOESTIMA. Evaluación y valoración que realizamos de nosotros mismos. Esta comprendida por | COGNITIVA | Reconocimiento y aprobación | 1. Siempre me siento incapaz de manejar nuevas situaciones | | | | | ✓ | | | | | |
| | | | 2. Me preocupa lo que los demás piensan y dicen de mí | | | | | ✓ | | | | | |
| | | 3. Tengo una intensa necesidad de reconocimiento y aprobación de la gente. (Elogian lo que hago) | | | | | ✓ | | | | | | |
| | | 4. Usualmente me anticipo a nuevas tareas con poca confianza y seguridad | | | | | ✓ | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | 5. Poco pienso por mi mismo para tomar mis propias decisiones | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 6. Soy libre para dar prioridad a mis propias necesidades y deseos | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 7. Tengo la tendencia a desvalorar mis propios talentos, cualidades, y logros | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 8. Rara vez me siento cómodo cuando estoy solo | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 9. Valoro los logros e ideas de los demás | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Apertura de pensamiento | | | | 10. Soy libre para aceptar cualquier tipo de pensamiento adecuado que viene a mi mente | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sentimiento de inferioridad | | | | 11. Frecuentemente me siento inferior a los demás | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| AFECTIVA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

FICHA DE JUEZ VALIDADOR DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Cuestionario para medir el nivel de Autoestima.....
OBJETIVO: Medir el nivel de Autoestima y de sus dimensiones.....
DIRIGIDO A ; Estudiantes del tercer grado de Secundaria.....
APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: Dr. Mario Napoleón Briones Mendoza.....
GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Doctor.....
CARGO ACTUAL DEL EVALUADOR: Director I. e. de Bibliotecas..... Docente Universitario.....
EXPERTICIA DEL EVALUADOR: Docente Universitario Área de Investigación Pre grado y Pos grado.....
VALORACIÓN

| | | | | |
|--------------|----------|---------|------------|----------------|
| MUY ADECUADO | ADECUADO | REGULAR | INADECUADO | MUY INADECUADO |
| | ✓ | | | |


 Dr. Mario N. Briones Mendoza
 DOC. INVESTIGACION
 ESP-UNC - PUNO

FIRMA DEL EVALUADOR

MATRIZ DE VALIDACION DE INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA TESIS: Taller “Somos Diamantes” para fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal—Cura Mori
- 2019

| VARIABLE | DIMENSIÓN | INDICADOR | ITEMS | OPCION DE RESPUESTA | | | | CRITERIOS DE EVALUACIÓN | | | | OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES | | | | | | |
|---|-----------|--|---|---------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------|---|----|--|----|---------------------------------|--|----|---|----|--|--|
| | | | | 1. NO ES VERDAD | 2. ES, MÁS O MENOS, CIERTO | 3. ES BASTANTE CIERTO | 4. ES COMPLETAMENTE CIERTO | RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN | | RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR | | | RELACIÓN ENTRE LA INDICADOR Y EL ITEMS | | RELACIÓN ENTRE EL ITEM Y LA OPCION DE RESPUESTA | | | |
| | | | | | | | | SI | NO | SI | NO | | SI | NO | SI | NO | | |
| AUTOESTIMA. Evaluación y valoración que realizamos de nosotros mismos. Está comprendida por | COGNITIVA | Mando y Reconocimiento y confianza. Seguridad y confianza. | 1. Siempre me siento incapaz de manejar nuevas situaciones 2. Me preocupa lo que los demás piensan y dicen de mi 3. Tengo una intensa necesidad de reconocimiento y aprobación de la gente. (Elogian lo que hago) 4. Usualmente me anticipo a nuevas tareas con poca confianza y seguridad | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | ✓ | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | ✓ | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | ✓ | | | | | | |

| CONDUC TUAL | | | | | | | | | |
|--------------------|--|-------------------------------|--|--|---|---|---|---|---|
| CONDUC TUAL | 21. Soy poco amable y amistoso con las personas que trato | Expresión de amabilidad | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | 22. Me gusta dejar que la gente se equivoque y no intento corregirlos. | Indiferencia hacia los demás | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | 23. Me gusta condenar a los demás y deseo que los castiguen por lo que hacen. | Juzgar a las personas | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | 24. Usualmente rechazo a los demás por sus habilidades y destrezas. | Rechazar a las personas | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | 25. Assumo la responsabilidad de las consecuencias de mis actos personales. | Responsabilidad por sus actos | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | 26. Me siento intranquilo entre extraños | Interactuar con otros | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | 27. Frecuentemente culpo a los demás de mis limitaciones, problemas y errores. | Asumir responsabilidades | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| ✓ | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--|---------------------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| rational (Alcánta ra, 1993, p.87). | Poca acepción al reconocimie | 28. Acepto halagos y regalos con mucha vergüenza. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| | Intolera nca los cambios | 29. Estoy indispueto a aceptar a trabajar nuevas ideas y propuestas. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| | Defensa de sus ideales | 30. Siento una baja necesidad de defender mis opiniones, conductas y puntos de vista. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |


Mg. Aurora Violeta Cruz Cadillo
PSICÓLOGA
C.P.s.P. 9036

FICHA DE JUEZ VALIDADOR DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Cuestionario para medir el nivel de Autoestima.....

OBJETIVO: Medir el nivel de Autoestima y de sus dimensiones.....

DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer grado de Secundaria.....

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: Cruz Cedillo Aura Violeta.....

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: Magister.....

CARGO ACTUAL DEL EVALUADOR: Psicóloga en la J.E. San Antonio Docente Universidad Ulaobach-San Pedro.....

EXPERTICIA DEL EVALUADOR: Docente de Universidades, Asesora de tesis Pregrado y Posgrado.....

VALORACIÓN

| MUY ADECUADO | ADECUADO | REGULAR | INADECUADO | MUY INADECUADO |
|--------------|----------|---------|------------|----------------|
| | ✓ | | | |


 Mg. Aura Violeta Cruz Cedillo
 PSICÓLOGA
 C.F.S.P. 3336

FIRMA DEL EVALUADOR

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA TESIS: Taller "Somos Diamantes" para fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal—Cura Mori
- 2019

| VARIABLE | DIMENSIÓN | INDICADOR | ITEMS | OPCION DE RESPUESTA | | | | CRITERIOS DE EVALUACIÓN | | | | OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES | | | | | |
|---|-----------|------------------------|--|---------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------|---|----|--|----|---------------------------------|--|----|---|----|--|
| | | | | 1. NO ES VERDAD | 2. ES, MÁS O MENOS, CIERTO | 3. ES BASTANTE CIERTO | 4. ES COMPLETAMENTE CIERTO | RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN | | RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR | | | RELACIÓN ENTRE LA INDICADOR Y EL ITEMS | | RELACIÓN ENTRE EL ITEM Y LA OPCION DE RESPUESTA | | |
| | | | | | | | | SI | NO | SI | NO | | SI | NO | SI | NO | |
| AUTOESTIMA Evaluación y valoración que realizamos de nosotros mismos. Esta comprendida por | COGNITIVA | Seguridad y confianza. | 1. Siempre me siento incapaz de manejar nuevas situaciones 2. Me preocupa lo que los demás piensan y dicen de mi 3. Tengo una intensa necesidad de reconocimiento y aprobación de la gente. (Elogian lo que hago) 4 Usualmente me anticipo a nuevas tareas con poca confianza y seguridad | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|--|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--|
| Toma de decisiones | 5. Poco pienso por mí mismo para tomar mis propias decisiones | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | |
| | 6. Soy libre para dar prioridad a mis propias necesidades y deseos | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | |
| | 7. Tengo la tendencia a desvalorar mis propios talentos, cualidades, y logros | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | |
| | 8. Rara vez me siento cómodo cuando estoy solo | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | |
| Valoración del otro | 9. Valoro los logros e ideas de los demás | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | |
| | | | | | | | | | | | |
| Apertura de pensamiento | 10. Soy libre para aceptar cualquier tipo de pensamiento adecuado que viene a mi mente | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | |
| | 11. Frecuentemente me siento inferior a los demás | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | |
| AFECTI VA | Sentimiento de inferioridad | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | |

| | | | | | | | |
|------------------------------------|---|---|---|--|---|--|--|
| Reproches, culpas y remordimientos | 12. Por lo general me acuso por mis errores y defectos. (Soy responsable de ser como soy) | ✓ | ✓ | | ✓ | | |
| Insatisfacción | 13. Me siento insatisfecho conmigo mismo 14. Tengo vergüenza, reproche culpa y remordimiento | ✓ | ✓ | | ✓ | | |
| Sentimiento de alegría | 15. Poco me alegro por la vida sin disfrutar plenamente de ella. | ✓ | ✓ | | ✓ | | |
| Vulnerabilidad, temor, fracaso | 16. Me siento "muy vulnerable" a las opiniones, comentarios y actitudes de los demás. (Me hacen daño con facilidad) 17. Me siento temeroso de mostrar mi verdadera imagen personal | ✓ | ✓ | | ✓ | | |
| Vergüenza ajena | 18. Constantemente evito nuevas tareas por temor a fracasar 19. Me avergüenzo por las conductas de mi familia y de mis amigos | ✓ | ✓ | | ✓ | | |
| Valoración personal | 20. Acostumbro a valorarme personalmente imitando a los demás | ✓ | ✓ | | ✓ | | |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|------------------------------|--|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Expresión de ambilidad | Indiferencia hacia los demás | 21. Soy poco amable y amistoso con las personas que trato | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| | | 22. Me gusta dejar que la gente se equivoque y no intento corregirlos. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | | 23. Me gusta condenar a los demás y deseo que los castiguen por lo que hacen. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | | 24. Usualmente rechazo a los demás por sus habilidades y destrezas. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Responsabilidad por sus actos | o a las personas | 25. Asumo la responsabilidad de las consecuencias de mis actos personales. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| | | 26. Me siento intranquilo entre extraños | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| Interactuar con otros | Asumir responsabilidades | 27. Frecuentemente culpo a los demás de mis limitaciones, problemas y errores. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| | | | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|--|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|---|---|--|--|
| racional ra, 1993, p.87). | Poca ceptación al reconocimie | 28. Acepto halagos y regalos con mucha vergüenza. | | | | | | | | | | | | | | | | | ✓ | | | |
| | | 29. Estoy indispueto a aceptar a trabajar nuevas ideas y propuestas. | | | | | | | | | | | | | | | | | | ✓ | | |
| | | 30. Siento una baja necesidad de defender mis opiniones, conductas y puntos de vista. | | | | | | | | | | | | | | | | | | ✓ | | |
| | Defensa de sus ideales | | | | | | | | | | | | | | | | | | ✓ | | | |


 Dra. Ana M. Vargas Espartero
 Área de Investigación
 Docente

FICHA DE JUEZ VALIDADOR DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: *Cuestionario para medir el nivel de Autoestima.....*

OBJETIVO: *Medir el nivel de autoestima y de sus dimensiones.....*

DIRIGIDO A; *Estudiantes de tercer grado de secundaria.....*

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR: *Vargas Fariñas Ana Helva.....*

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR: *Doctora.....*

CARGO ACTUAL DEL EVALUADOR: *Subdirectora I e Miguel Cortes Docente Universidad Cesar Vallejo Alas Peruviana.....*

EXPERTICIA DEL EVALUADOR: *Docente de Investigación - Psicóloga Especializada.....*

VALORACIÓN

| | | | | |
|-----------------|----------|---------|------------|-------------------|
| MUY ADECUADO | ADECUADO | REGULAR | INADECUADO | MUY INADECUADO |
| | ✓ | | | |


 Dra. Ana M. Vargas Fariñas
 Área de Investigación
 Docente

FIRMA DEL EVALUADOR



ESCUELA DE POSTGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

NOMBRE DEL PROGRAMA: Taller "Somos diamantes"

NOMBRE Y APELLIDOS DEL MAESTRANTE: Br. GREGORIO MAZA RAMOS

FICHA DE EVALUACION DEL PROGRAMA


| N° | Criterios | Deficiente 0 - 20 | | | | | Regular 21 - 40 | | | | | Buena 41 - 60 | | | | | Muy Buena 61 - 80 | | | | | Excelente 81 - 100 | | | | | OBSERVACIONES |
|----|--|----------------------|----|----|----|----|--------------------|----|----|----|----|------------------|----|----|----|----|----------------------|----|----|----|-----|-----------------------|--|--|--|--|---------------|
| | | 0 | 6 | 11 | 16 | 21 | 26 | 31 | 36 | 41 | 46 | 51 | 56 | 61 | 66 | 71 | 76 | 81 | 86 | 91 | 96 | | | | | | |
| 1. | NOMBRE DEL PROGRAMA: El título del programa posibilita entender y comprender el problema existente | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 55 | 60 | 65 | 70 | 75 | 80 | 85 | 90 | 95 | 100 | | | | | | |
| 2. | PROBLEMÁTICA DETECTADA: Describe claramente el problema y sus variables causales | | | | | | | | | | | | | | 64 | | | | | | | | | | | | |
| 3. | FUNDAMENTACIÓN La fundamentación explica por qué es necesario realizar el programa | | | | | | | | | | | | | | 61 | | | | | | | | | | | | |
| 4. | OBJETIVO GENERAL: Están formulados con claridad y precisión | | | | | | | | | | | | | | | 75 | | | | | | | | | | | |
| 5. | Están escritos en verbo infinitivo y expresa la intención del investigador de resolver el problema planteado | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 96 | | | | | | | |
| 6. | Deben contener las unidades de análisis y las mismas variables del proyecto en estudio | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 96 | | | | | | | |
| 7. | OBJETIVO ESPECÍFICO: Están escritos en verbo infinitivo | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 98 | | | | | | | |
| 8. | Describe las acciones que dan cumplimiento al objetivo general | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 96 | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|----|----|
| 9. | <p><u>COBERTURA O POBLACIÓN DESTINATARIA:</u> Comprende la cantidad de beneficiados en términos de mínimo y máximo.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 91 | |
| 10. | <p><u>EN CUANTO A LOS AGENTES RESPONSABLES</u> Precisa con objetividad al personal directo e indirecto que se beneficiará del programa</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 91 |
| 11. | <p><u>EN CUANTO A LA ORGANIZACIÓN DEL PROGRAMA</u> Existe armonía lógica entre la conceptualización del programa y las expectativas de logro que persigue.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 91 |
| 12. | <p><u>EN CUANTO A LOS CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS</u> Existe coherencia entre los contenidos, actividades y tiempo previstos para el logro del objetivo general.</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 91 |
| 13. | <p><u>EN CUANTO A LA ESTRATEGIA</u> Precisa las acciones secuenciales a desarrollar</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 85 |
| 14. | <p><u>EN CUANTO A LA METODOLOGÍA</u> Expresa y detalla el posicionamiento teórico del programa</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 80 |
| 15. | <p><u>EN CUANTO A LOS MEDIOS Y MATERIALES</u> Comprende la utilización de la logística y elementos físicos a utilizar</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 81 |
| 16. | <p><u>EN CUANTO A LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN</u> Enuncia de manera clara y comunicable el desarrollo educativo deseable al cual se debe llegar al finalizar el programa</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 76 |

| | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|--|----|
| EN CUANTO A LA BIBLIOGRAFÍA Especifica siguiendo las normas APA la literatura utilizada para el desarrollo de las actividades que describe el programa. | | | | | | | | | 61 |
| EN CUANTO AL ASPECTO GLOBAL Existe armonía lógica entre la naturaleza del programa, objetivos y contenidos. | | | | | | | | | 80 |

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe el programa. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados Adjuntar CV del profesional experto.

PUNTAJE: 84 Excelente



FIRMA Y POSTERMA DEL EXPERTO

Dra. Ana M. Vargas Faric.
 Área de Investigación
 Docente

PIURA, 20 Mayo DEL 2019

Matriz de consistencia

Título de la investigación: Taller “Somos diamantes” para fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori - 2019.

| Formulación del problema | Objetivos | Hipótesis | Variable | Dimensiones |
|--|---|--|--------------------------|---|
| <p>Problema general.</p> <p>¿Cuáles son los efectos del Taller “Somos diamantes” en la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori - 2019?</p> | <p>Objetivo General.</p> <p>Determinar el efecto de la aplicación del taller “Somos diamantes” en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de tercer grado de secundaria IE “Federico Villarreal” – Cura Mori -2019.</p> <p>Específicos:</p> <p>1. Identificar el nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes de tercer</p> | <p>Hipótesis General.</p> <p>Ha. El taller “Somos diamantes” tiene efecto significativo en la autoestima de los estudiantes de tercer grado de secundaria IE Federico Villarreal – Cura Mori – 2019.</p> <p>Ho. El taller “Somos diamantes” no tiene efecto significativo en la autoestima de los estudiantes de tercer grado de secundaria IE Federico Villarreal – Cura Mori – 2019.</p> <p>Específicas:</p> <p>Ha1. El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori es bajo antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”.</p> | <p>Autoestima</p> | <p>Cognitiva</p> <p>Afectiva</p> <p>Conductual</p> |

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| | <p>grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori – 2019 antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”.</p> <p>2. Identificar el nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori – 2019 después de la aplicación del taller “Somos diamantes”.</p> <p>3. Contrastar los niveles de autoestima y sus dimensiones en los estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori – 2019, antes y después de la aplicación del taller</p> | <p>Ho1. El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori no es bajo antes de la aplicación del taller “Somos diamantes”.</p> <p>Ha2. El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori es alto después de la aplicación del taller “Somos Diamantes”.</p> <p>Ho2. El nivel de autoestima y de sus dimensiones de los estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori no es alto después de la aplicación del taller “Somos Diamantes”.</p> <p>Ha3. Existe diferencia significativa entre los niveles de autoestima y de sus dimensiones en los</p> | | |
|--|---|---|--|--|

| | | | | |
|--|---------------------------|---|--|--|
| | <p>“Somos Diamantes”.</p> | <p>estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori, antes y después de la aplicación del taller “Somos Diamantes”.</p> <p>Ho3. No existe diferencia significativa entre los niveles de autoestima y de sus dimensiones en los estudiantes de tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal – Cura Mori, antes y después de la aplicación del taller “Somos Diamantes”.</p> | | |
|--|---------------------------|---|--|--|

TALLER “SOMOS DIAMANTES” PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA DE ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE SECUNDARIA I.E FEDERICO VILLARREAL– CURA MORI - 2019

I. DATOS GENERALES

- 1.1.**INSTITUCIÓN EDUCATIVA:** FEDERICO VILLARREAL– CURA MORI
- 1.2.**DENOMINACIÓN:** TALLER “SOMOS DIAMANTES”
- 1.3.**POBLACIÓN (COBERTURA):** 30
- 1.4.**RESPONSABLE:** GREGORIO MAZA RAMOS
- 1.5.**DURACIÓN:** 6 semanas.

II. PRESENTACIÓN

2.1.DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

Coopersmith (1969), sostiene que a la autoestima se le define como la evaluación y valoración que realizamos de nosotros mismos. Está comprendida por una serie de creencias y actitudes que cada individuo considera sobre sí mismo; en la década de los años ochenta, Coopersmith consolida sus definiciones y confirma que la autoestima es la evaluación que un individuo realiza y mantiene a menudo sobre sí mismo, evidenciándose a través de sus actitudes de aprobación y desaprobación, revelando el grado en que cada persona se sienta capaz, importante, competente y exitosa.

La cara de la otra moneda, señala que la baja autoestima es causa de trastornos psicológicos, de neurosis, depresión, problemas psicosomáticos y fallos de carácter, como la timidez, la falta de iniciativa, la anticipación del fracaso, características que impiden el desarrollo integral del individuo. La falta de confianza en sí mismo induce a la necesidad de compararse e identificarse con modelos sociales e impide comprender que cada persona es única y diferente y que lo único comparable es nuestro potencial con respecto a nuestro rendimiento.

Acosta y Hernández (2004), señalan que los individuos de baja autoestima evidencian problemas caracterizados por ansiedad, aburrimiento, irresponsabilidad, dependencia, tristeza, indiferencia, agresividad, timidez, pesimismo, etc., Así mismo, suelen discriminar, ofender, descuidar su cuerpo, inhibirse, negar otros puntos de vista, posponer decisiones, etc., a ello se le suma adiciones como el cigarro, licor y droga. También, la conducta agresiva o pasiva, nos muestra una conducta no asertiva.

2.2.PRINCIPIOS BÁSICOS

El sustento que justifica el fundamento psicopedagógico en el Taller “Somos Diamantes”, está basado en la Teoría de la Pirámide y la Motivación de Abraham Maslow, la cual considera los siguientes principios:

- Las necesidades fisiológicas nacen con la persona, el resto de las necesidades surgen con el transcurso del tiempo.
- A medida que la persona controla sus necesidades básicas aparecen gradualmente necesidades de orden superior.
- No todos los individuos sienten necesidades de autorrealización, debido a que es una conquista individual.
- Las necesidades básicas requieren para su satisfacción un ciclo motivador, en contraposición, las necesidades superiores requieren de un ciclo más largo.

2.3.PROBLEMÁTICA DETECTADA

En la institución educativa “Federico Villareal” de Cura Mori, se evidencia que los estudiantes de tercer año de educación secundaria muestran conductas como la desvaloración de sí mismo, de su talento, la falta de confianza ante nuevas situaciones, preocupación por lo que dicen o piensan, no asumen las consecuencias de sus actos.

2.4.JUSTIFICACIÓN

A partir de la problemática detectada en los estudiantes de tercer año de secundaria de la institución educativa “Federico Villareal” de Cura Mori, se generó la necesidad de realizar el Programa “Somos diamantes”, el mismo que pretende lograr que los estudiantes adquieran conocimientos, pautas y nuevas actitudes con la finalidad de fortalecer su autoestima, mejorando los niveles de autoestima cognitiva, afectiva y conductual, situación que permita además de mejorar su personalidad, también su desempeño académico.

En esa línea, el programa desarrolla actividades con la finalidad que los estudiantes alcancen los siguientes logros:

- Ser conscientes de la realidad.
- Aceptarse a sí mismo.

- Ser responsable de uno mismo.
- Afirmarse así mismo, en otras palabras ser asertivo.
- Tener objetivos en la vida.
- Integridad y coherencia consigo mismo.

III. OBJETIVOS DEL PROGRAMA

3.1.Objetivo general:

Fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal de Cura Mori, 2019.

3.2.Objetivos específicos

3.2.1.Fortalecer la autoestima cognitiva de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal de Cura Mori, 2019.

3.2.2.Fortalecer la autoestima afectiva de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal de Cura Mori, 2019.

3.2.3.Fortalecer la autoestima conductual de estudiantes del tercer grado de secundaria I.E Federico Villarreal de Cura Mori, 2019.

IV. ESTRUCTURA DE SESIONES/ TALLERES

SESIÓN 1: “Autoestima”

- Conocer aspectos sobre Autoestima: Definición, niveles y dimensiones.

SESIÓN 2: “Cualidades personales”

- Desarrollar el sentido de identidad e individualidad del estudiante y ayudarlo a tomar conciencia de su imagen corporal.

SESIÓN 3: “Conozco mi identidad personal”

- Identificar fortalezas y enriquecer su propia identidad.

SESIÓN 4: “Aprende a aceptar su identidad personal”

- El estudiante logre comprender cómo aplicar el conocimiento adquirido del tema de autoconocimiento en su vida personal y social.

SESIÓN 5: “Aprende a descubrir sus cualidades”

- El estudiante logre comprender cómo aplicar el conocimiento adquirido del tema de autoconcepto en su vida personal y social.

SESIÓN 6: “Conozco el valor de mi autoestima”

- Lograr que los estudiantes conozcan su nivel de autoestima, a través de una autoevaluación.

SESIÓN 7: “Aprende a valorarse”

- Lograr que los estudiantes reconozcan si la mayoría de sus pensamientos son positivos o negativos

SESIÓN 8: “Lo que más me agrada y lo que menos me agrada”

- Identifican las actividades que brindan placer al estudiante.
- Proponen actividades en donde puedan sobresalir y propiciar experiencias de éxito.

SESIÓN 9: “El buen trato en la escuela, la familia y la comunidad”

- Comprendan la importancia del buen trato que deben dar y recibir en la escuela, familia y comunidad.

SESIÓN 10: “Pensando en nuestro futuro”

- Reflexionan sobre la importancia de construir desde hoy el futuro que desean para sí mismos.

V. FUNDAMENTACIÓN

- **Fundamento Psicopedagógico**

En la vida todos tenemos la necesidad de encontrarnos bien. Tanto física como psicológicamente, estar bien es algo que todos deseamos. Sin embargo, por el camino nos encontramos con contrariedades que nos impiden disfrutar al máximo de nuestras posibilidades y esto se convierte en verdaderos retos para nuestra autoestima y el estado en el que ésta se encuentra. A razón de ello, son muchos autores los que han hablado de la autoestima. Uno de ellos es Abraham Maslow a través de su teoría de la pirámide y la motivación, porque describe nuestra autoestima como una necesidad absoluta y real. Maslow indagaba en cómo conseguía el hombre ser feliz y el camino hasta la autorrealización. Esto mismo fue lo que le impulsó a construir su pirámide. Así, Maslow hablaba de las necesidades que tenía que satisfacer el ser humano, y de este modo comenzó la pirámide. Entre las primeras necesidades el autor colocó las fisiológicas, y es que, no cabe duda de que respirar, descansar o alimentarse son necesidades básicas. Subiendo la pirámide, encontramos las necesidades de seguridad.

Esto nos recuerda a la escala de autoestima de Rosenberg y en este caso sería por ejemplo sentirse seguro en casa, tener una propiedad, un trabajo y una estabilidad forman parte del segundo escalón de Maslow. Las necesidades de afiliación son las siguientes. Necesitamos tener amigos, pareja, amor... en definitiva, el afecto es fundamental. Más arriba estaría el reconocimiento. La necesidad de sentirnos reconocidos, de tener confianza y éxito. Por último, la autorrealización estaría en la cima de esta pirámide. Maslow defiende que, conforme vamos cubriendo las necesidades más básicas, vamos creando otras nuevas. La autorrealización y el reconocimiento son las necesidades más altas, aquellas últimas que pueden conseguir que nos sintamos realmente bien con nosotros mismos. Estos dos tipos de necesidades son los que están en consonancia con la autoestima.

Sentir aprecio por ti mismo, tener prestigio y respeto, son todo hechos que conciernen a la autoestima. Y es que, a lo largo de nuestra vida podemos experimentar los distintos tipos de autoestima pero es importante que consigamos una autoestima sólida para cubrir las últimas necesidades de la pirámide de Maslow. Aceptar las circunstancias que pasan en la vida será de vital importancia para fraguar una sana autoestima. En nuestra vida, pueden darse circunstancias que hagan que nuestra autoestima flaquee. Es importante saber aceptar las limitaciones que se nos presenten y compensarlas de la mejor forma posible. Lograr la autorrealización es importante para sentirnos felices en nuestra vida. Para mejorar la misma podemos seguir una serie de pasos, que harán que nos sintamos más seguros de nosotros mismos y alcancemos un mayor bienestar. Cosas como pensar en tus necesidades por encima de la de los demás, aceptar tus defectos, reconocer tus virtudes o dedicarte tiempo, serán fundamentales para conseguir tener una autoestima alta. En definitiva todo es cuestión de saber gestionar tus necesidades y trabajar en ellas para vivir de forma plena.

VI. Contenidos

- Autoestima. Definición. Niveles y dimensiones.
- Cualidades personales. Identidad individual. Imagen corporal. Identificación de fortalezas.
- Autoconocimiento. Aceptación de su identidad personal.
- Autoconcepto en su vida personal y social.

- Autoevaluación de la autoestima.
- Reconocimiento de pensamientos positivos y negativos.
- Reconocimiento de actividades agradables y desagradables.
- Buen trato en la familia y comunidad.
- Proyección hacia su futuro de vida.

VII. Estrategias

Se utilizaron las siguientes estrategias:

- Ponencia de temas a través de la exposición.
- Promoción del diálogo a partir de la temática expuesta.
- Demostración de aprendizajes a través de exposiciones de trabajos.
- Fortalecimiento del aprendizaje a través del desarrollo de fichas de trabajo.
- Comprensión de temas y contenidos a través de dramatizaciones.

VIII. Técnicas

Las técnicas utilizadas con mayor relevancia fueron:

- Trabajo individual.
- Trabajo en equipo.
- Análisis y reflexión de lecturas.
- Elaboración de consensos para exposiciones.
- Autoevaluaciones.

IX. Evaluación

En el desarrollo del Programa “Somos diamantes” se aplicó una evaluación continua, formativa y sistemática, por lo que en cada sesión que se llevó a cabo se utilizaron instrumentos de evaluación diversos para evidenciar los aprendizajes de los estudiantes. Se utilizaron fichas de evaluación donde los estudiantes plasmaron lo aprendido de acuerdo a la temática desarrollada. Por otro lado se aplicaron fichas de trabajo para profundizar los contenidos desarrollados en las sesiones. Las fichas de autoevaluación que trabajaron los adolescentes les permitieron brindar apreciaciones de su trabajo en las diferentes actividades, identificando actitudes y habilidades que promovían su aprendizaje autónomo. El acompañamiento individual y grupal durante

el desarrollo de las sesiones, también permitió evaluar el desempeño de los estudiantes, a través de la observación de sus participaciones individual y grupal.

Como parte del desarrollo del trabajo de investigación en el cual se realizó el Programa “Somos diamantes” se aplicó un pre test y pos test a los estudiantes con la finalidad de conocer los niveles de autoestima antes y después de la aplicación del programa.

X. DESARROLLO

Para el desarrollo de las actividades y lograr los objetivos propuestos nuestro programa contó con 10 sesiones de aprendizaje las mismas que se desarrollaron en 6 semanas.

| SESIÓN | NOMBRE | FECHA |
|---------------|--|--------------|
| 1 | Autoestima | |
| 2 | Cualidades personales | |
| 3 | Conozco mi identidad personal | |
| 4 | Aprende a aceptar su identidad personal | |
| 5 | Aprende a descubrir sus cualidades | |
| 6 | Conozco el valor de mi autoestima | |
| 7 | Aprende a valorarse | |
| 8 | Lo que más me agrada y lo que menos me agrada | |
| 9 | El buen trato en la escuela, la familia y la comunidad | |
| 10 | Pensando en nuestro futuro | |

SESIÓN N° 01

I.- DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.
 1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.
 1.3.- DURACIÓN: 60 minutos
 1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos
 1.5.- FECHA: Miércoles, 29 de mayo del 2019

II.- DENOMINACIÓN: “Autoestima”

III.- OBJETIVO: Conocer aspectos sobre Autoestima: Definición, niveles y dimensiones.

IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|---|---|------------|
| Inicio | <p>El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión.</p> <p>Les invita a ver el video: La Autoestima https://www.youtube.com/watch?v=38GAikDaxq4</p> <p>A través de lluvia de ideas se recogen ideas de los estudiantes en relación a lo observado.</p> | Laptop, Proyector USB | 15 min. |
| Proceso | <p>El facilitador organiza a los estudiantes en grupos y les entrega ficha informativa sobre aspectos del Autoestima para que den lectura.</p> <p>Los grupos luego de analizar la información recibida, plasman sus ideas en organizadores visuales.</p> <p>Un estudiante socializa la información trabajada en cada grupo, a través de un papelote.</p> <p>En plenaria, observando cada papelote, se identifican ideas principales que han coincidido en cada uno de los grupos. El facilitador promueve el diálogo con las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Por qué es importante el Autoestima en nuestras vidas? | Papelotes Plumones Cinta makistape Ficha informativ a | 40 min. |

| | | | |
|--------|--|---------------------|--------|
| | - ¿Cómo se refleja el Autoestima en nuestras actividades cotidianas? | | |
| Salida | En forma individual, cada estudiante resuelve una ficha de evaluación. | Ficha de evaluación | 5 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|---|--|---------------------------|
| Conocer aspectos sobre Autoestima: Definición, niveles y dimensiones. | Dialoga expresando ideas principales sobre Autoestima. | Ficha evaluativa |

FICHA INFORMATIVA

AUTOESTIMA

¿Qué es la autoestima?

Un aspecto muy importante de la personalidad, del logro de la identidad y de la adaptación a la sociedad, es la autoestima; es decir el grado en que los individuos tienen sentimientos positivos o negativos acerca de sí mismos y de su propio valor.

Daremos una serie de definiciones de la autoestima:

- La capacidad que tiene la persona de valorarse, amarse, apreciarse y aceptarse a sí mismo.
- El conjunto de las actitudes del individuo hacia mismo.
- Es la percepción evaluativa de uno mismo.
- Conozco una sola definición de la felicidad: ser un buen amigo de sí mismo.
- Es el amor que cada persona tiene de sí mismo.

La autoestima está relacionada con muchas formas de conducta. Las personas con una autoestima elevada suelen reportar menos emociones agresivas, negativas y menos depresión que las personas con una autoestima baja.

De modo similar, las personas con una autoestima elevada pueden manejar mejor el estrés y cuando son expuestas al mismo, experimentan menos efectos negativos en la salud.

La época importante para el desarrollo de la autoestima es la infancia intermedia. El niño, aquí, compara su yo real con su yo ideal y se juzga a sí mismo por la manera en que alcanza los patrones sociales y las expectativas que se ha formado de sí mismo y de qué tan bien se desempeña.

Las opiniones de los niños acerca de sí mismos tienen un gran impacto en el desarrollo de la personalidad, en especial en su estado de ánimo habitual.

Por todo lo anterior, es importante el estudio de la autoestima, así como la presentación de patrones de conducta que lleven al individuo a establecer una autoestima elevada, que le permita un mejor desarrollo de sí mismo.

Por tanto, la autoestima, es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida; creemos que somos listos o tontos, nos gustamos o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias así reunidos se juntan en un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o, por el contrario, en un incómodo sentimiento de no ser lo que esperábamos.

Niveles de Autoestima

Autoestima alta. Corresponde a las personas expresivas, asertivas, con éxito académico y social. Tienen amor propio.

La autoestima alta afecta cada área de la vida del ser humano, desde sus relaciones, decisiones sobre su carrera, hasta la manera en que se desenvuelven, la manera en que hablan en público, la manera en que reaccionan y resuelven sus errores y problemas.

Autoestima media. La autoestima media es como un punto medio del continuo de calidades que oscilan entre la autoestima baja y alta. La autoestima más alta implica tener más de esto (más seguridad, autonomía, espontaneidad, etc.) y es siempre mejor.

Autoestima baja. Este nivel corresponde a las personas que tienen inconvenientes consigo mismo, no son auténticas. Cargan con este problema en su interior, padeciendo sufrimientos.

Dimensiones de Autoestima

Cognitiva. El componente cognoscitivo es el autoconcepto y el autoconocimiento, es decir, el conocimiento de sí mismo, que es la base de la autoestima porque no se puede amar lo que no se conoce: esta es la ley indiscutible en relaciones humanas. Por qué conocerse a sí mismo es la base del bienestar y la satisfacción de cada persona, así como del potencial humano, y a la vez de la capacidad de amar a otro, debido a que tampoco se puede amar a otra persona si no se ama en primera instancia a uno mismo.

- **Autoconocimiento:** El autoconocimiento es resultado de un el proceso reflexivo mediante el cual la persona adquiere noción de su persona, de sus cualidades y características. El autoconocimiento está basado en aprender a querernos y a conocernos a nosotros mismos. Es el conocimiento propio; supone la madurez de conocer cualidades y defectos y apoyarse en los primeros y luchar contra los segundos.

El autoconocimiento es el paso previo y fundamental para lograr la autoestima, el autorrespeto y el autocontrol. No se puede amar, respetar ni controlar lo que no se conoce. No puede haber, autoestima sin autoconocimiento. El autoconocimiento es el propio conocimiento, profundo y sincero, sin disculpas. Es conocer tanto los aspectos positivos como negativos. Es un proceso lento que lleva a una persona a ser consciente de sus necesidades, limitaciones, temores, alegrías. Cuando se avanza en el proceso del propio conocimiento, se puede también lograr mayor respeto, control y estima.

- **Autoconcepto.** El término autoconcepto hace referencia a la descripción que una persona realiza de sí misma a través del uso de adjetivos y reflexiones que remiten a sus capacidades, sus virtudes, su talento, sus habilidades, los rasgos del modo de ser, las cualidades propias... Es decir, en el autoconcepto es posible englobar todos aquellos matices que una persona identifica como propios cuando se describe a sí misma a nivel teórico.

El autoconcepto se alimenta de las propias vivencias que forman parte de la experiencia de un ser humano puesto que a partir de ellas también se conoce mejor a sí mismo en el ejercicio del vivir. Eso significa que aunque existen rasgos del autoconcepto que permanecen a lo largo del tiempo porque la persona es la misma en esencia, este elemento también puede variar desde la dimensión de las nuevas vivencias de cada etapa vital.

Afectiva. Esta dimensión con lleva la valoración de lo que en nosotros hay de positivo y negativo implica un sentimiento de la favorable o de la desfavorable, de la agradable o desagradable que vemos en nosotros. En sentirse a gusto o disgusto consigo mismo. Es un juicio de valor sobre nuestras cualidades personales.

Está muy relacionada con la autoestima social, pero se refiere a la autopercepción de las características de la personalidad, como sentirse básicamente una persona capaz de conectarse con las propias emociones y poder expresarlas. Asimismo, alude a la capacidad de autorregular los impulsos y de adecuarse a las situaciones sociales.

Para tener una autoestima afectiva positiva, es necesario sentirse explícitamente querido y querible en forma frecuente por las personas que nos rodean. Es importante que los padres puedan expresar a sus hijos valoraciones que reconozcan las capacidades afectivas de los niños, así como enseñarles a través de su propia forma de expresar sus emociones un modelo fluido y cálido de expresar afecto.

Conductual. Conjunto de habilidades y competencias que posee cada persona (conducta). Se refiere a la autorrealización y autoafirmación dirigida hacia llevar a la practica un comportamiento consecuente lógico racional.

Esta dimensión implica la actuación de la persona y que se traduce en su comportamiento de manera coherente y consecuente. Esa autoafirmación del propio yo se refleja en la busca de reconocimiento de quienes lo rodean. El esfuerzo por alcanzar una fama, honor y respeto ante los demás y ante nosotros mismos.

DEMOSTRANDO LO QUE APRENDÍ

¿Qué es el Autoestima?

.....
.....

¿Cuáles son sus niveles?

.....
.....
.....

¿Cuáles son sus dimensiones?

.....
.....
.....

SESIÓN N° 02

I.- DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.
 1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.
 1.3.- DURACIÓN: 60 minutos
 1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos
 1.5.- FECHA: 30 de mayo del 2019

II.- DENOMINACIÓN: “Cualidades personales”

III.- OBJETIVO: Desarrollar el sentido de identidad e individualidad del estudiante y ayudarlo a tomar conciencia de su imagen corporal.

IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

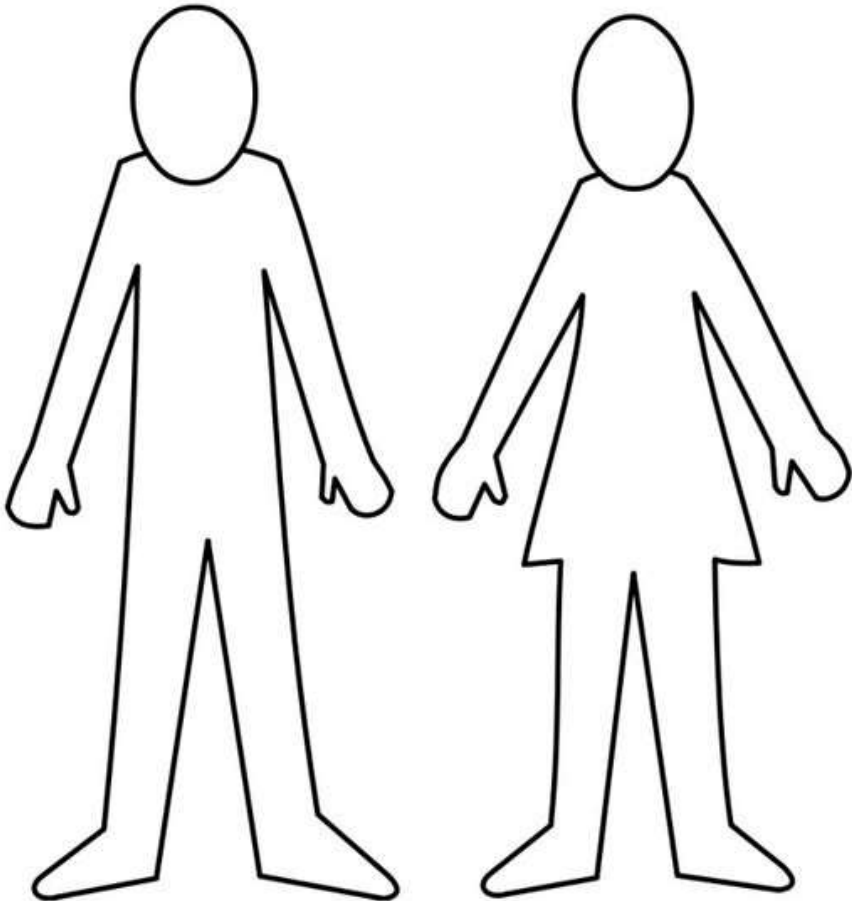
| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|---|---|---------|
| Inicio | <p>El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión.</p> <p>El facilitador solicita participación voluntaria de los estudiantes para que expresen lo que se aprendió en la sesión anterior.</p> | Papelotes | 15 min. |
| Proceso | <p>El facilitador motiva a los estudiantes para que piensen en sus atributos físicos:</p> <p>¿De qué color son sus ojos y qué forma tienen? ¿Cómo es su nariz? ¿Cómo son sus orejas? ¿Cómo es su pelo y de qué color es? ¿Cuántos lunares tiene? ¿De qué color es su piel? ¿Cómo es su boca? ¿Cómo es su cuerpo? ¿Qué ropa tienen puesta? ¿Qué zapatos?</p> <p>El facilitador pide a los participantes que teniendo en cuenta sus características personales dibujen un autorretrato, usando para ello la silueta de la hoja de trabajo, indicándoles que deben ponerle todos los detalles posibles y motívelos a utilizar colores.</p> <p>El facilitador recuerda a los estudiantes que no es</p> | <p>Plumones</p> <p>Cinta makistape</p> <p>Colores</p> <p>Hoja con silueta</p> | 40 min. |

| | | | |
|--------|---|--|--------|
| | <p>importante que sepan dibujar y que lo importante es que tomen conciencia de los detalles que los hacen únicos y especiales.</p> <p>Al final de la actividad, el facilitador solicita a los estudiantes que deben elegir qué es lo que más les gusta de ellos mismos.</p> | | |
| Salida | Se finaliza la actividad preguntando a los participantes cómo se sintieron haciendo su auto-retrato. Recuerde que no deben compartir su auto-retrato, sino sus sentimientos al hacerlo. | | 5 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|--|--|---------------------------|
| Desarrollar el sentido de identidad e individualidad del estudiante y ayudarlo a tomar conciencia de su imagen corporal. | Reconocer las cualidades que lo hacen único y valioso. | Lista de cotejo |

SILUETA SEGÚN GÉNERO



Lista de cotejo

| N° | Estudiantes | Criterios | | | |
|----|-------------|---|----|---|----|
| | | Consideran detalles de su imagen corporal | | Eligen lo que más les gusta de ellos mismos | |
| | | Si | No | Si | No |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |
| 21 | | | | | |
| 22 | | | | | |
| 23 | | | | | |
| 24 | | | | | |
| 25 | | | | | |
| 26 | | | | | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | | | |
| 29 | | | | | |
| 30 | | | | | |

SESIÓN N° 03

I.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.

1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.

1.3.- DURACIÓN: 60 minutos

1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos

1.5.- FECHA: Jueves, 06 de junio del 2019

II.- DENOMINACIÓN: “Conozco mi identidad personal”

III.- OBJETIVO: Identificar fortalezas y enriquecer su propia identidad.

IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|--|---|---------|
| Inicio | <p>El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión.</p> <p>El facilitador solicita participación voluntaria de los estudiantes para que expresen lo que se aprendió en la sesión anterior.</p> | | 15 min. |
| Proceso | <p>El facilitador orienta a los estudiantes para que realicen la siguiente actividad: “Mi tarjeta de presentación”, cuyo objetivo es lograr que reconozca y comparta sus habilidades y cualidades que lo hacen único y valioso.</p> <p>El facilitador recomienda que copien en una hoja el cuadro de instrucciones para el llenado de la tarjeta de presentación.</p> <p>El facilitador lee lo siguiente a los participantes: “Imagínese que está frente a personas que no lo conocen y quieren conocerlo, por lo que usted quiere mostrarse tal como es y presentarse”.</p> <p>El facilitador indica a los estudiantes que deben llenar el cuadro de “Mi tarjeta de presentación”. Después de que todos terminen su tarjeta de presentación, se les solicita que respondan por escrito a las siguientes preguntas en forma individual:</p> <p>¿Ha sido fácil escribir sobre usted?, ¿Cómo se sintió</p> | <p>Papelotes</p> <p>Plumones</p> <p>Cinta</p> <p>makistape</p> <p>Cuadro de Instrucciones para el llenado de la tarjeta de presentación</p> | 40 min. |

| | | | |
|--------|---|-------------------------|--------|
| | <p>haciendo su tarjeta de presentación? ¿por qué?</p> <p>e. Finalice la actividad motivando a los participantes a compartir con el grupo cómo se sintieron haciendo esta actividad. Recuerde que no deben compartir su tarjeta de presentación, sino sus sentimientos al hacerla.</p> | | |
| Salida | El facilitador motiva a los estudiantes a compartir con el grupo cómo se sintieron haciendo esta actividad, poniendo énfasis en que no deben compartir su tarjeta de presentación, sino sus sentimientos al hacerla. | Tarjeta de presentación | 5 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|--|--|---------------------------|
| Identificar fortalezas y enriquecer su propia identidad. | Elaboran una tarjeta de presentación de acuerdo a instrucciones. | Lista de cotejo |

CUADRO

Instrucciones para el llenado de la tarjeta de presentación

| | |
|---------------------------------|--|
| Nombre | Su nombre y apellido. |
| Edad | Su edad en años. |
| Mis cualidades son | Es decir, las características que lo distinguen, por ejemplo: alto, delgado, moreno, atento, respetuoso, puntual, sonriente, inteligente, etc. |
| Mis habilidades son | Es decir, las cosas que sabe hacer y las hace bien, por ejemplo: dibujar, manejar bicicleta, jugar fútbol, hacer manualidades, bailar, nadar, tener buena ortografía, etc. |
| Mis mayores defectos son | Es decir, las cosas que sabe que debe mejorar, como por ejemplo ser: impuntual, enojado/a, desordenado, chismoso, exagerado, etc. |
| Las cosas que más me gustan son | Listar las cosas que le gustan hacer |
| Mis mayores sueños son | Listar todos los sueños que tenga aun cuando no los crea posibles. |

Lista de cotejo

| N° | Estudiantes | Criterios | | | |
|----|-------------|--|----|---|----|
| | | La tarjeta cumple con las instrucciones de llenado | | Comparte la tarjeta expresando sentimientos | |
| | | Si | No | Si | No |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |
| 21 | | | | | |
| 22 | | | | | |
| 23 | | | | | |
| 24 | | | | | |
| 25 | | | | | |
| 26 | | | | | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | | | |
| 30 | | | | | |

SESIÓN N° 04

I.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.

1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.

1.3.- DURACIÓN: 60 minutos

1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos

1.5.- FECHA: Viernes, 7 de junio del 2019

II.- DENOMINACIÓN: “Aprende a aceptar su identidad personal”

III.- OBJETIVO: El estudiante logre comprender cómo aplicar el conocimiento adquirido del tema de autoconocimiento en su vida personal y social.

IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|---|---|---------|
| Inicio | El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión. El facilitador solicita participación voluntaria de los estudiantes para que expresen lo que se aprendió en la sesión anterior. | | 12 min. |
| Proceso | El facilitador promueve el análisis de los estudiantes para evaluar lo que aprendieron sobre el tema de autoestima trabajado en la sesión anterior. Indica a que en esta sesión van a compartir algunas de las experiencias que descubrieron en estos días sobre el autoconocimiento. Revisan la ficha informativa de la primera sesión, dando lectura al aspecto de autoconocimiento. El facilitador pide a los estudiantes que coloquen las sillas en círculo y sigan las siguientes instrucciones motivando a la reflexión en cada una de ellas. El facilitador motiva a los estudiantes a reflexionar sobre lo siguiente: ¿De qué manera se puede aplicar lo aprendido con sus compañeros de aula y colegio? El facilitador promueve la participación de todos, y va anotando las respuestas en la pizarra o papelote. Luego analizan las respuestas y se resaltan en consenso aquellas que son más factibles de implementar. | Papelotes Plumones Cinta makistape Ficha informativa (primera sesión) | 40 min. |
| Salida | El facilitador pide a los estudiantes que copien en un papelote, la lista de las respuestas que son más factibles de implementar y que además se comprometen en hacerlo con sus compañeros | Lista de respuestas | 8 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|--|--|---------------------------|
| El estudiante logre comprender cómo aplicar el conocimiento adquirido del tema de autoconocimiento en su vida personal y social. | Redacta una lista de acciones, las cuales pueden aplicar con sus compañeros. | Lista de cotejo |

Lista de cotejo

| N° | Estudiantes | Criterios | | | |
|----|-------------|---|----|--|----|
| | | Las acciones propuestas son factibles de realizar | | Los estudiantes asumen compromiso de aplicarlas. | |
| | | Si | No | Si | No |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |
| 21 | | | | | |
| 22 | | | | | |
| 23 | | | | | |
| 24 | | | | | |
| 25 | | | | | |
| 26 | | | | | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | | | |
| 29 | | | | | |
| 30 | | | | | |

SESIÓN N° 05

I.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.

1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.

1.3.- DURACIÓN: 60 minutos

1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos

1.5.- FECHA: Miércoles, 12 de junio del 2019

DENOMINACIÓN: “Aprende a descubrir sus cualidades”

III.- OBJETIVO: El estudiante logre comprender cómo aplicar el conocimiento adquirido del tema de autoconcepto en su vida personal y social.

IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|--|---|---------|
| Inicio | El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión. El facilitador solicita participación voluntaria de los estudiantes para que expresen lo que se aprendió en la sesión anterior. | | 12 min. |
| Proceso | El facilitador promueve el análisis de los estudiantes para evaluar lo que aprendieron sobre el tema de autoestima trabajado en las sesiones anteriores. Indica a que en esta sesión van a compartir algunas de las experiencias que descubrieron en estos días sobre el autoconcepto. Revisan la ficha informativa de la primera sesión, dando lectura al aspecto de Autoconcepto. El facilitador pide a los estudiantes que coloquen las sillas en círculo y sigan las siguientes instrucciones motivando a la reflexión en cada una de ellas. El facilitador motiva a los estudiantes a reflexionar sobre lo siguiente: ¿De qué manera se puede aplicar lo aprendido con sus compañeros de aula y colegio? El facilitador promueve la participación de todos, y va anotando las respuestas en la pizarra o papelote. Luego analizan las respuestas y se resaltan en consenso aquellas que son más factibles de implementar. | Papelotes Plumones Cinta makistape Ficha informativa (primera sesión) | 40 min. |
| Salida | El facilitador pide a los estudiantes que copien en un papelote, la lista de las respuestas que son más factibles de implementar y que además se comprometen en hacerlo con sus compañeros | Lista de respuestas | 8 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|--|--|---------------------------|
| El estudiante logre comprender cómo aplicar el conocimiento adquirido del tema de autoconcepto en su vida social y personal. | Redacta una lista de acciones, las cuales pueden aplicar con sus compañeros. | Lista de cotejo |

Lista de cotejo

| N° | Estudiantes | Criterios | | | |
|----|-------------|---|----|--|----|
| | | Las acciones propuestas son factibles de realizar | | Los estudiantes asumen compromiso de aplicarlas. | |
| | | Si | No | Si | No |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |
| 21 | | | | | |
| 22 | | | | | |
| 23 | | | | | |
| 24 | | | | | |
| 25 | | | | | |
| 26 | | | | | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | | | |
| 29 | | | | | |
| 30 | | | | | |

SESIÓN N° 06

I.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.

1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.

1.3.- DURACIÓN: 60 minutos

1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos

1.5.- FECHA: Jueves, 13 de junio del 2019

II.- DENOMINACIÓN: “Conozco el valor de mi autoestima”

III.- OBJETIVO: Lograr que los estudiantes conozcan su nivel de autoestima, a través de una autoevaluación.

IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|--|--|---------|
| Inicio | El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión. Pide a los estudiantes de manera voluntaria que expresen en qué nivel creen que esta su autoestima y porque, anotando en la pizarra las participaciones. | Laptop, | 10 min. |
| Proceso | El facilitador indica a los estudiantes que tendrán la oportunidad de medir su nivel de autoestima, por medio de una autoevaluación. Se les explica que no deben tomar esta autoevaluación como un examen, sino como una aproximación que los va a ayudar a pensar en cosas que tal vez no han pensado antes. El facilitador menciona que no tendrán que compartir los resultados con sus compañeros, y que únicamente compartirán cómo se sintieron haciendo el ejercicio. El facilitador invita a los estudiantes a analizar la ficha de autoevaluación de autoestima. Luego lee en voz alta las instrucciones y pide que la completen. Una vez hayan completado la autoevaluación el facilitador explica cómo asignar el puntaje correspondiente a la respuesta de cada afirmación, primero las positivas (1, 2, 4, 6 y 7) (cuadro 1) Cuando los estudiantes hayan finalizado de asignar el puntaje a las respuestas de las afirmaciones positivas se explique el procedimiento para las afirmaciones negativas (3, 5, 8, 9 y 10) (cuadro 2). | Proyector USB Papelotes Plumones Cinta makistape Ficha de auto evaluación de la autoestima Cuadros 1,2 y 3. | 40 min. |

| | | | |
|--------|--|--|---------|
| | <p>Una vez los estudiantes hayan asignado el puntaje correspondiente a las respuestas, el facilitador pide que hagan la suma total de puntos obtenidos.</p> <p>Se anota en la pizarra o papelote únicamente las columnas de puntuación e interpretación que se presentan sombreadas en el Cuadro 3.</p> <p>El facilitador explica la interpretación de los resultados y lee las sugerencias del Cuadro 3 sobre qué hacer de acuerdo a la puntuación de Autoestima</p> | | |
| Salida | <p>Se finaliza la actividad preguntando a los estudiantes cómo se sienten con el resultado. Se les recuerda que no deben compartir su resultado en la autoevaluación sino sus sentimientos.</p> <p>Se solicita a los estudiantes que levanten la mano ¿Quiénes salieron como esperaban?, ¿Quiénes se sorprendieron con el resultado?</p> <p>Se recuerda a los estudiantes que los resultados son una aproximación, y que hay días que se van a sentir mejor que otros y que el propósito del ejercicio es reflexionar y valorar la percepción que tienen de ellos mismos</p> | | 10 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|---|--|---------------------------|
| Lograr que los estudiantes conozcan su nivel de autoestima, a través de una autoevaluación. | Desarrollan la ficha de auto evaluación de la autoestima | Lista de cotejo |

CLAVE PARA EVALUAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA

Cuadro 1
Afirmaciones positivas

| Número de afirmación | Puntaje según categoría | | | |
|----------------------|-------------------------|------------|---------------|-------------------|
| | Muy de acuerdo | De acuerdo | En desacuerdo | Muy en desacuerdo |
| 1-2-4-6 y 7 | 4 | 3 | 2 | 1 |

Para corregir las afirmaciones positivas, tome como ejemplo la afirmación 1, asigne los puntos de acuerdo a la respuesta:

- “Muy de Acuerdo”, se asignan 4 puntos.
- “De acuerdo”, se asignan 3 puntos.
- “En desacuerdo”, se asignan 2 puntos.
- “Muy en desacuerdo”, se asigna 1 punto.

Pida a los estudiantes que realicen el mismo procedimiento con las afirmaciones 2, 4, 6 y 7. Esté atento para resolver cualquier duda de los participantes.

Cuadro 2
Afirmaciones negativas

| Número de afirmación | Puntaje según categoría | | | |
|----------------------|-------------------------|------------|---------------|-------------------|
| | Muy de acuerdo | De acuerdo | En desacuerdo | Muy en desacuerdo |
| 3-5-8-9 y 10 | 1 | 2 | 3 | 4 |

Para corregir las afirmaciones negativas, tome como ejemplo la afirmación 3, asigne los puntos de acuerdo a la respuesta:

- “Muy de acuerdo”, se asigna 1 punto.
- “De acuerdo”, se asignan 2 puntos.
- “En desacuerdo”, se asignan 3 puntos.
- “Muy en desacuerdo”, se asignan 4 puntos.

Pida a los estudiantes que realicen el mismo procedimiento con las afirmaciones 3, 5, 8, 9 y 10. Esté atento para resolver cualquier duda de los participantes.

Interpretación del nivel de autoestima
Cuadro 3
Interpretación de resultados

| Puntuación | Interpretación | Sugerencias |
|------------|------------------------------------|---|
| 10 | Autoestima significativamente baja | Vale la pena revisar si entendieron cómo completar la autoevaluación. Si fue bien completado quizá esta persona necesita apoyo profesional para mejorar su autoestima. |
| 11-19 | Autoestima media baja | Identificar elementos en los que debe trabajar, si fuera posible buscar apoyo profesional, si no, ayudarse con los ejercicios y las lecturas que se dan en el texto y otras lecturas de auto- superación. |
| 20-29 | Autoestima media | Identificar los elementos en los que debe trabajar. Es importante ayudarse con los ejercicios y las lecturas que se dan en el texto y otras lecturas de autosuperación. |
| 30-39 | Autoestima media alta | Seguir trabajando para mejorar su autoestima, repasar las lecturas y ejercicios que se ofrecen en el texto y buscar otras lecturas de auto-superación. |
| 40 | Autoestima significativamente alta | Seguir trabajando para mantener una autoestima alta. |

Lista de cotejo

| N° | Estudiantes | Criterios | | | |
|----|-------------|---|----|---|----|
| | | Considera afirmaciones positivas en la ficha de autoevaluación de la autoestima | | Considera afirmaciones negativas en la ficha de autoevaluación de la autoestima | |
| | | Si | No | Si | No |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |
| 21 | | | | | |
| 22 | | | | | |
| 23 | | | | | |
| 24 | | | | | |
| 25 | | | | | |
| 26 | | | | | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | | | |
| 29 | | | | | |
| 30 | | | | | |

SESIÓN N° 07

I.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.

1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.

1.3.- DURACIÓN: 60 minutos

1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos

1.5.- FECHA: Viernes, 14 de junio del 2019

II.- DENOMINACIÓN: “Aprende a valorarse”

III.- OBJETIVO: Lograr que los estudiantes reconozcan si la mayoría de sus pensamientos son positivos o negativos

IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|---|--|---------|
| Inicio | <p>El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión.</p> <p>El facilitador solicita participación voluntaria de los estudiantes para que expresen lo que se trabajó en la sesión anterior.</p> | Laptop, | 15 min. |
| Proceso | <p>Para el desarrollo de esta sesión necesitará un limón.</p> <p>El facilitador solicita a los estudiantes que copien en una hoja el Cuadro 5 de las orientaciones específicas para la Sesión.</p> <p>El facilitador pone el limón frente a los estudiantes y lo parte por la mitad, exprime un poco de jugo y pide a los participantes que se imaginen que están chupando el limón. Les pregunta qué sintieron y escuche sus reacciones.</p> <p>El facilitador lee y explica a los estudiantes lo siguiente: “El poder de la mente puede transportarlo a cualquier lugar, a cualquier sentimiento o emoción, y puede llevarlo a sentir sabores, olores, colores y texturas. La mente tiene poder de imaginar cosas buenas y malas sobre uno mismo. El problema es que la mente no diferencia entre lo que es verdadero y lo que es imaginario, si usted cree que es tonto, entonces actúa como tonto, si cree que es</p> | Proyector USB Papelotes Plumones Cinta makistape Limón Cuadro 5 | 40 min. |

| | | | |
|--------|--|--|--------|
| | <p>agradable, entonces actúa de esa manera. Todos manejan un discurso interno que se forma de lo que se dice en casa, en la escuela, en el trabajo, pero sobre todo de lo que a cada instante se repite.</p> <p>El facilitador pide a los estudiantes que completen el cuadro. Poniendo énfasis en que es algo personal que no van a compartir. Una vez que hayan completado el cuadro, le pide a los estudiantes que subrayen con lápiz de un color los pensamientos positivos y de otro color los pensamientos negativos. Finalice pidiendo que revisen cuántos pensamientos negativos y positivos tienen y cuáles son los que tienen en mayor cantidad.</p> | | |
| Salida | El facilitador motiva a los estudiantes a compartir con el grupo cómo se sintieron haciendo esta actividad. Recuerde que no deben compartir su autoevaluación, sino sus sentimientos al hacerla. | | 5 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|---|---|---------------------------|
| Lograr que los estudiantes reconozcan si la mayoría de sus pensamientos son positivos o negativos | Desarrollan la ficha de pensamientos positivos y/o negativos. | Lista de cotejo |

Cuadro 5 Ejemplos para el llenado de la ficha de autoevaluación de pensamientos positivos y negativos

| Aspectos | Así pienso que soy |
|----------------------------------|--|
| Físico | Ejemplo: Soy guapo, soy feo, soy gorda, soy chaparrita pero muy bonita, etc. |
| Personalidad | Ejemplo: Le calgo bien a todos, soy buena onda, soy aburrido, etc. |
| Relaciones | Ejemplo: Tengo muchos amigos, a mi pareja no le importo, etc. |
| Habilidades y cualidades | Ejemplo: Soy trabajador, soy hábil en matemáticas, soy un inútil con la computadora. |
| ¿Cómo creo que me ven los demás? | Ejemplo: Con envidia, como una persona alegre, etc. |

Lista de cotejo

| N° | Estudiantes | Criterios | | | |
|----|-------------|---|----|---|----|
| | | Considera pensamientos positivos y negativos. | | Comparte la ficha a través de sus emociones | |
| | | Si | No | Si | No |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |
| 21 | | | | | |
| 22 | | | | | |
| 23 | | | | | |
| 24 | | | | | |
| 25 | | | | | |
| 26 | | | | | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | | | |
| 29 | | | | | |
| 30 | | | | | |

SESIÓN N° 08

I.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.

1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.

1.3.- DURACIÓN: 60 minutos

1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos

1.5.- FECHA: Miércoles, 19 de junio del 2019

II.- DENOMINACIÓN: “Lo que más me agrada y lo que menos me agrada”

III.- OBJETIVO:

- Identifican las actividades que brindan placer al estudiante.
- Proponen actividades en donde puedan sobresalir y propiciar experiencias de éxito.

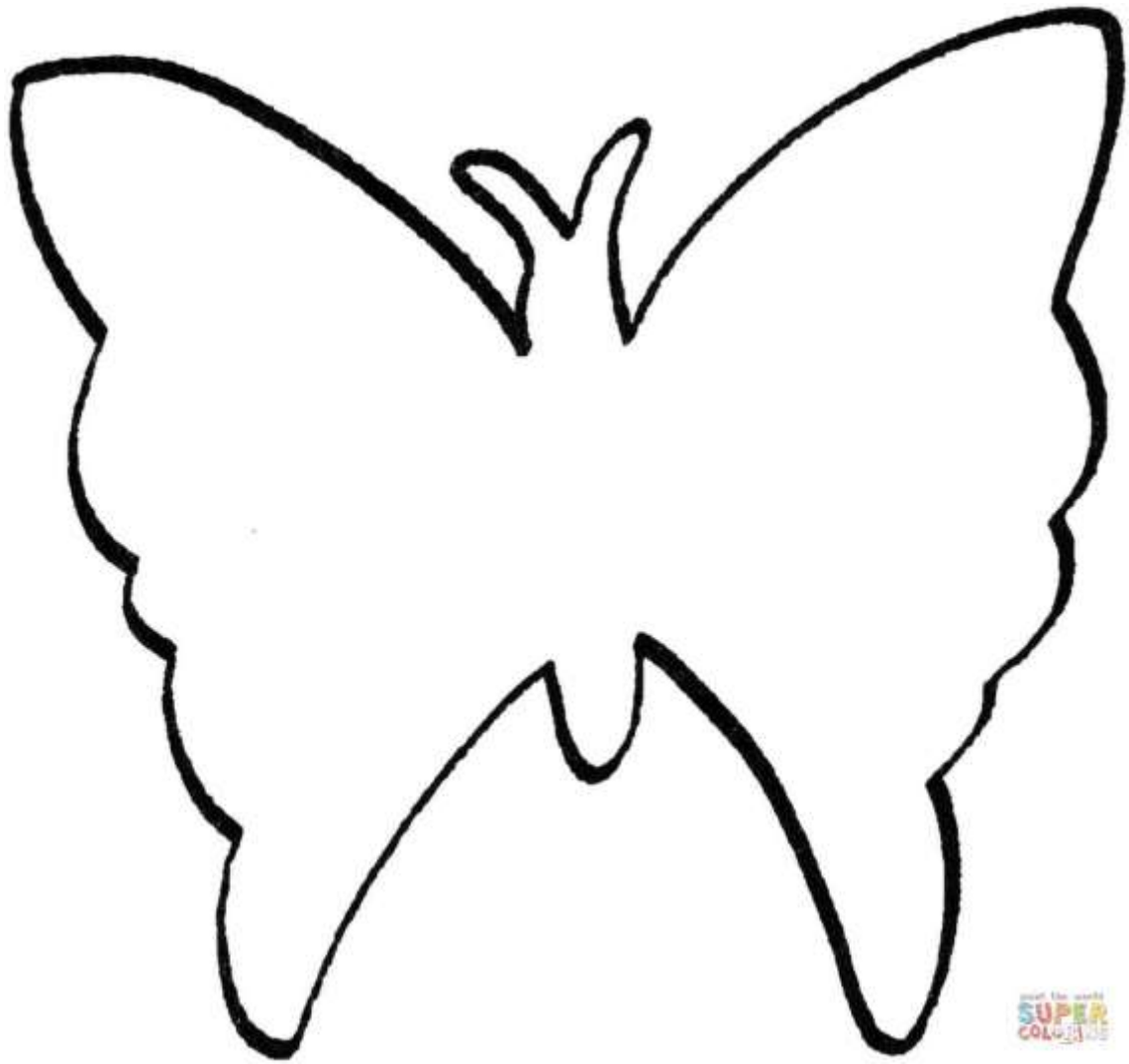
IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|--|---|------------|
| Inicio | <p>El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión.</p> <p>El facilitador solicita participación voluntaria de los estudiantes para que expresen lo que se trabajó en la sesión anterior.</p> | Laptop, Proyector | 15 min. |
| Proceso | <p>El facilitador comenta con los estudiantes sobre el proceso de transformación de la Oruga a Mariposa y ello lo utiliza para realizar una analogía sobre la transformación de los pensamientos.</p> <p>El facilitador promueve el diálogo entre los estudiantes para que participen comentando acerca de las cosas que se le dificulta y en las cuales se cree malo (pensamientos oruga), así también ira expresando que lo hacen sentir estos pensamientos.</p> <p>Luego el facilitador pide a los estudiantes que escriban en unas mariposas de papel que han recortado, como creen que los pensamientos oruga pueden modificarse y mejorar.</p> <p>Cuando terminen de escribir e las mariposas, utilizando un ventilador se pondrán a volar las mariposas, como signo de que en el momento en que el decida empezar a</p> | USB Papelotes Plumones Cinta makistape Siluetas de mariposas Ventilador Papeles de | 40 min. |

| | | | | |
|--------|---|---------|----------|--------|
| | <p>modificar sus pensamientos oruga estos podrán cambiar en mariposas y cambiar su conducta.</p> <p>El facilitador comunica que utilizando papeles de colores y una botella transparente, los estudiantes deben pensar en mínimo 10 aspectos en los que él se considere bueno. Cada color significara una cualidad. Ejemplo: <i>“Amarillo= Soy bueno para cocinar y disfruto cuando lo hago. Al hacerlo me siento feliz porque todos pueden comer lo que yo preparo”</i>.</p> <p>El facilitador aclara que por cada ficha de color que se vaya metiendo se ira nombrando algo que le brinde placer pero que no realiza a menudo por creerse que no merece realizarlo. Ejemplo: Comer chocolate, dormir una siesta, tomar un jugo.</p> <p>Los estudiantes socializan acerca de los pensamientos y emociones que provoca en el darse un gusto personal.</p> <p>El facilitador y los estudiantes hacen un contrato en donde el niño se compromete a buscar más cualidades positivas que posee, a leer su botella de cualidades y a darse un gusto por lo menos por semana.</p> | colores | Botellas | |
| Salida | El facilitador motiva a los estudiantes para que participen comentando que cosas le gustaron de la sesión y que cosas no le agradaron. | | | 5 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|---|--|---------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> - Identifican las actividades que brindan placer al estudiante. - propone actividades en donde puedan sobresalir y propiciar experiencias de éxito | <ul style="list-style-type: none"> - Describen actividades que les brindan placer en su vida. - Redactan una relación de actividades exitosas que pueden hacer | Lista de cotejo |



Lista de cotejo

| N° | Estudiantes | Criterios | | | |
|----|-------------|--|----|---|----|
| | | Describen actividades que les brindan placer en su vida. | | Redactan una relación de actividades exitosas que pueden hacer. | |
| | | Si | No | Si | No |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |
| 21 | | | | | |
| 22 | | | | | |
| 23 | | | | | |
| 24 | | | | | |
| 25 | | | | | |
| 26 | | | | | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | | | |
| 29 | | | | | |
| 30 | | | | | |

SESIÓN N° 09

I.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.

1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.

1.3.- DURACIÓN: 60 minutos

1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos

1.5.- FECHA: Jueves, 20 de junio del 2019

II.- DENOMINACIÓN: “El buen trato en la escuela, la familia y la comunidad”

III.- OBJETIVO:

- Comprendan la importancia del buen trato que deben dar y recibir en la escuela, familia y comunidad.

IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|--|---|------------|
| Inicio | <p>El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión.</p> <p>El facilitador pide a los estudiantes que conformen un círculo de tal manera que puedan verse los rostros entre ellos y apreciar sus expresiones faciales, emociones etc.</p> <p>Luego el facilitador indica a los estudiantes que conversarán sobre un tema muy importante: el buen trato en la escuela, la familia y la comunidad.</p> | Laptop, Proyector USB Papelotes | 10 min. |
| Proceso | <p>El facilitador pide a los estudiantes que deberán mencionar ejemplos de situaciones de maltrato en la familia, la escuela y la comunidad.</p> <p>El facilitador registra en la pizarra o papelote los ejemplos de situaciones de maltrato que mencionan los estudiantes y los organiza según se realicen en la escuela, la familia y la comunidad (ver el cuadro en anexo)</p> <p>Luego explica que así como han expresado situaciones de maltrato, deberán expresar situaciones de buen trato.</p> <p>Cuando los estudiantes terminan de enunciar las situaciones de buen trato, el tutor las organiza en función a dónde se desarrollan (familia, escuela, comunidad – ver cuadro).</p> | Plumones Cinta makistape Cuadro anexo | 40 min. |

| | | | |
|--------|---|--|---------|
| | <p>El facilitador pide a los estudiantes que a través de una lluvia de ideas expresen ¿qué podemos hacer? para superar las situaciones de maltrato que han presentado.</p> <p>El tutor recoge las opiniones y destaca la importancia de tomar conciencia sobre nuestro comportamiento y el efecto que puede tener en los demás. Resalta que el maltrato físico y psicológico hace daño, especialmente a los niños, niñas y adolescentes y el buen trato es un derecho y deber de todos.</p> <p>El facilitador organiza a los estudiantes en grupos de 5 ó 6. Cada grupo responderá en función a los ejemplos de situaciones de maltrato en la familia, la escuela y la comunidad: ¿Cómo nos afectan? ¿En qué nos afectan? Escribirán sus respuestas en un papelote.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un representante de cada grupo expone su trabajo al pleno. • En forma conjunta el facilitador y los estudiantes organizarán lo planteado en función al efecto físico, psicológico y sexual que ocasiona el maltrato. | | |
| Salida | <p>El facilitador sintetiza las ideas expuestas por los grupos, destacando que todos tenemos derecho al buen trato, que se expresa en acciones como las descritas.</p> <p>Finalmente, comenta que siempre debemos poner en práctica acciones que permitan promover el buen trato en el aula y escuela, así como en nuestra familia y la comunidad.</p> | | 10 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|--|--|---------------------------|
| Comprendan la importancia del buen trato que deben dar y recibir en la escuela, familia y comunidad. | - Describen acciones que evidencien cómo y en que les afecta las acciones de maltrato en la escuela, familia y comunidad | Lista de cotejo |

CUADRO

TENGO DERECHO AL BUEN TRATO

| ESPACIOS | EJEMPLOS DE MALTRATO | EJEMPLOS DE BUEN TRATO | ACCIONES PARA ELIMINAR EL MAL TRATO |
|------------------|---|---|--|
| ESCUELA | Los estudiantes son castigados dejándolos parados en el patio por llegar tarde. | Se habilitan ambientes en la IIEE donde los estudiantes que llegan tarde puedan desarrollar actividades académicas. | Dialogar con los estudiantes con respecto a las alternativas para evitar llegar tarde a clases. Damos ejemplo de puntualidad. |
| | No se toman en cuenta las opiniones de los estudiantes en asuntos relevantes para ellos (normas de convivencia). | Implementar y apoyar la formación de consejos estudiantiles, municipios escolares y otras formas de organización estudiantil. | Los estudiantes participan democráticamente en las decisiones que les competen. |
| | Se obliga a los estudiantes a practicar marchas o desfiles bajo el sol o la lluvia. | Dosificar el tiempo dedicado a los ensayos y actividades. | Implementar formas alternativas de expresar el amor a la patria (pasacalles, festivales de danza). |
| AULA | El profesor califica a los estudiantes con palabras o frases como "burro", "inútil", "irresponsable", "bueno para nada" | Corregir el comportamiento del estudiante distinguiendo la situación de la persona. | Los profesores son capacitados en estrategias para fomentar el desarrollo de la autoestima en los estudiantes. |
| | El profesor grita a los estudiantes como forma de mantener la disciplina. | Dialogar con los estudiantes y hacerlos reflexionar sobre la importancia de respetar las normas de convivencia. | Tutores y profesores son capacitados en estrategias que promueven la convivencia escolar democrática. |
| | Ante una pregunta o duda de un estudiante, el profesor lo descalifica (dice "¿Cómo se te ocurre preguntar eso?") | Valorar las dudas e interrogantes de los estudiantes. | Compartir espacios de reflexión e interaprendizaje respecto a formas de promover la expresión de inquietudes y dudas de los estudiantes. |
| HOGAR | Los padres castigan físicamente a sus hijos. | Que los padres conversen con sus hijos. | Los docentes tutores realizan reuniones periódicas con los padres de familia de su sección. |
| | Los padres no valoran las opiniones de sus hijos por ser menores. | Que los padres escuchen y dialoguen con sus hijos valorando sus opiniones. | Las IIEE promueven el desarrollo de Escuelas de Padres. |
| | Los padres dan un trato preferencial a sus hijos varones. | Los padres tratan a sus hijos de acuerdo a sus necesidades, sin dejarse llevar por estereotipos de género. | |
| COMUNIDAD | El servicio de transporte público no recoge a los estudiantes, porque no pagan pasaje completo. | El servicio de transporte público respeta los derechos de los estudiantes. | Campañas para sensibilizar a los transportistas con respecto a los derechos de los estudiantes. |

Lista de cotejo

| N° | Estudiantes | Criterios | | | |
|----|-------------|---|----|---|----|
| | | Describen acciones de cómo les afecta el maltrato | | Describen acciones en que les afecta el maltrato. | |
| | | Si | No | Si | No |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |
| 21 | | | | | |
| 22 | | | | | |
| 23 | | | | | |
| 24 | | | | | |
| 25 | | | | | |
| 26 | | | | | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | | | |
| 29 | | | | | |
| 30 | | | | | |

SESIÓN N° 10

I.- DATOS INFORMATIVOS

1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Federico Villarreal – Cura Mori.

1.2.- DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E.

1.3.- DURACIÓN: 60 minutos

1.4.- RESPONSABLE: Br. Gregorio Maza Ramos

1.5.- FECHA: Viernes, 21 de junio del 2019

II.- DENOMINACIÓN: “Pensando en nuestro futuro”

III.- OBJETIVO:

- Reflexionan sobre la importancia de construir desde hoy el futuro que desean para sí mismos.

IV.- DESARROLLO DE LA SESIÓN

| Momento | Estrategias Metodológicas | Recursos Materiales | Tiempo |
|---------|--|---|------------|
| Inicio | <p>El facilitador saluda a los estudiantes y da a conocer el objetivo de la sesión.</p> <p>El facilitador lleva fotografías de sí mismo cuando tenía una edad similar a la de sus estudiantes. Luego, les comenta cómo pensaba en esa época de su vida, cuáles eran sus temores, sueños, inquietudes y manifestarles los cambios que ha tenido en estos años. (Si así lo prefiere, puede comentar los cambios observados en la localidad o la escuela durante un periodo de tiempo similar).</p> | Laptop, Proyector USB Papelotes | 10 min. |
| Proceso | <p>El facilitador propone un ejercicio de visualización. Puede poner música relajante o tranquila para acompañar este ejercicio. Pedirá a los estudiantes que cierren los ojos y que cada uno se proyecte al futuro. Para facilitar esto irá diciendo pausadamente algunas preguntas como:</p> <p>¿Cómo se imaginan físicamente? ¿Están casados? ¿Están solteros? ¿Tienen hijos?, ¿A qué se dedican? ¿Dónde viven?, ¿Cuáles serán sus logros más importantes para ese tiempo? ¿Qué acontecimientos importantes han pasado? etc.</p> | Plumones Cinta makistape Fotografías personales Música | 40 min. |

| | | | |
|--------|---|--|---------|
| | <p>El facilitador organiza a los estudiantes en grupos de 5 o 6. Les plantea a los estudiantes una situación imaginaria. Deben imaginar que se reúnen después de varios años de haber terminado la secundaria (10, 15, 20 años, etc.), por ejemplo con motivo de un reencuentro de ex-alumnos en el colegio, o espontáneamente en algún otro lugar. Cada uno de ellos debe contar qué ha sido de su vida, tomando en cuenta los distintos aspectos visualizados en la parte anterior. Sus compañeros les harán preguntas, como si estuvieran en la reunión de ex-alumnos.</p> <p>El facilitador invita al diálogo en el conjunto del salón y plantea las siguientes interrogantes: ¿Qué acciones deben tomar hoy para conseguir las metas que tienen para el futuro? ¿Qué riesgos es preciso evitar?, etc.</p> <p>Se puede tomar nota en la pizarra de los aspectos más significativos.</p> | | |
| Salida | <p>El facilitador subraya la importancia que tiene en nuestra vida plantearse metas y objetivos a lograr. Destacando la importancia de elaborar un proyecto de vida, en el cual estén presentes los aspectos ocupacionales, familiares, de pareja, etc. (por ejemplo, es importante prepararnos para ejercer una ocupación que nos permita realizarnos como personas y construir una familia). Estos aspectos deben formar parte de nuestro PROYECTO DE VIDA. Las decisiones que tomamos hoy construyen nuestro presente y nuestro futuro.</p> | | 10 min. |

V.- EVALUACIÓN

| Objetivo | Indicador | Instrumento de evaluación |
|--|---|---------------------------|
| Reflexionan sobre la importancia de construir desde hoy el futuro que desean para sí mismos. | <ul style="list-style-type: none"> - Redactan acciones que deben tomar hoy para conseguir las metas que tienen para el futuro. - Describen los riesgos que es preciso evitar para poder lograr sus metas. | Lista de cotejo |

Lista de cotejo

| N° | Estudiantes | Criterios | | | |
|----|-------------|---|----|--|----|
| | | Redactan acciones que deben tomar hoy para conseguir las metas que tienen para el futuro. | | Describen los riesgos que es preciso evitar para poder lograr sus metas. | |
| | | Si | No | Si | No |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |
| 21 | | | | | |
| 22 | | | | | |
| 23 | | | | | |
| 24 | | | | | |
| 25 | | | | | |
| 26 | | | | | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | | | |
| 29 | | | | | |
| 30 | | | | | |

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Martín, A. (2017). Taller de autoestima. Asociación Valenciana de afectados de fibromialgia. Madrid España

MINEDU (2014) Tutoría y Orientación Educativa. San Borja Lima Perú.

Rivera, Y. (2019). Principios básicos de la Teoría de Abraham Maslow. Recuperado de <https://prezi.com/9eihunm8p3vs/principios-basicos-de-la-teoria-de-maslow/>

Samaniego, J. (2018) Autoestima según Abraham Maslow. Recuperado de <https://refugiodelalma.com/lo-que-abraham-maslow-nos-enseno-sobre-la-autoestima.html>

Sánchez, F. (2018) Autoestima. Recuperado de <http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/21700368/helvia/sitio/upload/autoestima1.pdf>

USAID (2015). Guía de Autoestima. Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "FEDERICO VILLARREAL"

R.D. N° 0290 del 18 de Noviembre de 1981

ALMA MATER DEL DISTRITO DE CURA MORI

"AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN Y LA IMPUNIDAD"

AUTORIZACION

EL DIRECTOR DE LA I.E. "FEDERICO VILLARREAL" DE CURA MORI, AUTORIZA AL PROFESOR GREGORIO MAZA RAMOS, PARA DESARROLLAR EL TALLER "SOMOS DIAMANTES" PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA.

CURA MORI, 27 DE MAYO DE 2019.



Eduardo M. Tineo Pérez
Lic/ Eduardo M. Tineo Pérez
DIRECTOR

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Los abajo firmantes padre de familia/apoderado, manifestamos a través del presente que hemos sido informados de la realización de un estudio y autorizamos para que nuestro/a hijo/a participe en el desarrollo de la investigación titulada Taller "Somos Diamantes para Fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria"
J.E Federico Villarreal - Cura Mori - 2019

que tiene como objetivo Fortalecer la autoestima de estudiantes del tercer grado de secundaria J.E Federico Villarreal de Cura Mori-2019.

Asimismo, nos comprometemos a apoyar para el cumplimiento de las actividades que se desarrollen en el marco de la realización del mencionado estudio.

| Nº | NOMBRE DEL ESTUDIANTE | NOMBRE DEL PADRE/MADRE/APODERADO | DOC. IDENTIDAD | FIRMA |
|----|-----------------------------------|----------------------------------|----------------|---------|
| 01 | Diego Sanie Yarleque J. | MARIELA SUAREZ SANDOVAL | 44912942 | [Firma] |
| 02 | Jesús David Vilchez Zapata | ROSA SAPATA MORALES | 02834549 | [Firma] |
| 03 | Jorge Alexander More Pasache | GLADIS PASACHE YARLEQUE | 02793987 | [Firma] |
| 04 | Manuel FRANCISCA YANIRA ZAPATA | MARCELO ZAPATA MAZA | 41924662 | [Firma] |
| 05 | Andalucía Noemi Chiroque Sandoval | Edmundo Sandoval Juximán | 02793935 | [Firma] |
| 06 | Jose David Maza Correa | Maria Maritza Correa Aquino | 44072332 | [Firma] |
| 07 | Luz del Carmen Espinoza | Marcia Clara Quispe Morante | 02834452 | [Firma] |
| 08 | Marcelo Rafael Chiroque Cerezo | Diana Rosalio Cerezo Morales | 42950819 | [Firma] |
| 09 | Jesús David Ramos Castillo | Maria Noelia Castillo Ramos | 42329740 | [Firma] |
| 10 | ANTHONY E. Chapa Inga | Fany Inga Vilchez | 80261436 | [Firma] |
| 11 | Jane Y. Ramos Ramos | Santos Ramos Maza | 02879696 | [Firma] |
| 12 | Juanpablo Vilchez Zapata | Maria Inma Zapata Chiriqua | 02701615 | [Firma] |
| 13 | Jherson Velazquez BURGO | Jose S. Velazquez Ipanaque | 41928817 | [Firma] |
| 14 | Anthony Castillo Sillupis | Felix Castillo Ipanaque | 05643091 | [Firma] |
| 15 | Luis Angel Sillupis Sosa. | PAULINA SOSA ZAPATA. | 02713697 | [Firma] |
| 16 | Luz Marina Chiroque Elias | Jaysson Vilchez Chiroque | 44707817 | [Firma] |
| 17 | Cristhian Joel Castillo Ramos | Marta Margoth Ramos Vilchez | 40936163 | [Firma] |
| 20 | Jesús J. Calderon Valverde | Maria Tempora Valverde Ch. | 02826477 | [Firma] |
| 21 | Diego Aquino Chiroque | Paulina Chiroque Morante | 02713895 | [Firma] |
| 22 | Marleny del Rocío Vilchez Ch. | Pilar Chiroque Elias | 02893823 | [Firma] |
| 23 | Kevin Joel Espinoza Zapata | Dersi Zapata Sandoval | 40801958 | [Firma] |
| 24 | Sandy Gisela Castillo | Amelia Castillo Zapata | 02712076 | [Firma] |
| 25 | Mariana Quintana Valverde | Cecilia Valverde Chavez | 02855227 | [Firma] |
| 26 | FRANCISCO W. SUAREZ F. | Lisbeth Penonza N. | 2882288 | [Firma] |
| 27 | Chiroque Vilchez Deyvi | Rosa Vilchez Zapata | 02826514 | [Firma] |
| 28 | Esposito Chiroque Benj | Maura Chiroque More | | [Firma] |
| 29 | Vilchez Vilchez Gladys J. | Vilma Vilchez Espinoza | 40458205 | [Firma] |
| 30 | | | | |
| 31 | | | | |
| 32 | | | | |
| 33 | | | | |
| 34 | | | | |