

- **Nombre:** Ediberto Hernández García
- **Materia:** Metodología de investigación
- **Grado:** 2º cuatrimestre.
- **Tipo de trabajo:** Investigación.
- **Nombre del asesor:** Dr. José Luis Roque Popomeya.
- **Carrera:** Ingeniería en Sistemas Computacionales.



22/07/2012

Proyecto de Investigación para medir el Autoestima.

1. Planteamiento del problema

2. Marco teórico

3. Marco metodológico

4. Conclusiones.

CAPÍTULO I

La autoestima en cada persona se manifiesta de diferente forma.

Toda persona tiene en su interior sentimientos que, en función de su personalidad, pueden manifestarse de diferentes maneras. Muchas veces estas manifestaciones dependen de otros factores como la familia, la escuela, los maestros y los amigos.

Cuando una persona no logra ser “auténtica” y positiva puede convertirse presa de trastornos psicológicos como la depresión y la neurosis, o con ciertos rasgos de personalidad que en su mentalidad crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor: timidez incontrolable, sentido del ridículo excesivo, miedos, etc.

La autoestima es la manera de valorar y percibir la vida. Cuando una persona pierde la confianza en sí misma y en sus propias posibilidades, suele convertirse en experiencias que así se lo han hecho sentir, a mensajes de confirmación, de negación de ciertas ideas sobre sí misma que le son transmitidas por otros a quienes considera personas importantes. Por ello es vital para padres, educadores entre otras personas saber alentar y corregir, oportunamente.

Las personas se desvalorizan cuando son comparadas negativamente con otro. Se debe ser muy cuidadoso en las comparaciones de esta clase, que podrían ser convenientes cuando se realizara en el momento y lugar adecuado, pero absolutamente inconvenientes cuando se procede a ellas sin control y de forma indiscriminada. Sienten entonces que no llegan a los niveles de rendimiento que otros alcanzan; creen que su existencia no tiene sentido y se consideran incapaces de otorgárselo. No llegan a comprender que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás y, peor todavía, menos de lo que son.

La persona, crece y forma dentro de la familia, que es la principal socialización que le abre al mundo de los valores, reglas y costumbres. A veces esta socialización es incompleta, perversa y se convierte en factor contraproducente. Algunos de los aspectos mencionados son incorporados a la familia por el modelo de la sociedad que nos presenta, modelo que es similar ala sociedad o los grupos que lo conforma. Pero cada individuo no sólo se forma a través de la familia, sino también mediante las relaciones externas y lo que cree que los demás piensan de él, así mediante las ideas que elabora acerca de sí mismo durante el proceso de relaciones progresivas.

Dentro de la sociedad, La autoestima es una actitud que determina el comportamiento y el rendimiento del estudiante. El desarrollo de la autoestima esta relacionado con la consideración, valorización y crítica recibida por parte de las demás personas, cuando un estudiante fracasa en su rendimiento escolar su autoestima será amenazada, en cambio cuando el estudiante tiene éxito, se siente aprobado, aceptado y valorizado; los sentimientos asociados a esas situaciones de éxito van a ir modificando positivamente las percepciones que tiene de sí mismo.

Cultura la importancia que tiene la autoestima esla educación, porque tiene que ver con el rendimiento escolar, con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo del estudiante.

En los aspectos educativos, cada vez que se establece una relación, es aprobado o desaprobado y en esa misma medida, se van devolviendo o entregando características personales que pasan a integrar la autoimagen del estudiante. De este modo, la interacción con el profesor va teniendo repercusiones en el sentimiento de confianza de si mismo que va desarrollando la persona, es decir, se siente que lo hacen bien o mal.

Si el estudiante siente que el profesor es cercano, acogedor y valorativo con los alumnos, entonces toma formas de establecer relaciones, interiorizar en forma automática esta interacción.

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

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

Los profesores con una buena autoestima son más reforzadores, dan más seguridad a los estudiantes, están más satisfechos con su rendimiento escolar, desarrollan un clima emocional más positivo y sus alumnos se aprecian más contentos en clase.

Los profesores con baja autoestima tienen miedo de perder autoridad, por lo tanto son represivos y sus alumnos son menos creativos, no saben trabajar solos, son más tensos e irritables y dependen del control que el adulto ejerce sobre ellos.

- PROBLEMA

¿Afecta la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes en el centro de estudios del sur y sureste?

-OBJETIVO DE LA INVESTIGACION.

Determinar si la autoestima afecta directamente al rendimiento escolar de los estudiantes.

-OBJETIVOS ESPECÍFICOS·

Establecer el nivel de autoestima en los estudiantes del CEUSS.

Estudiar el rendimiento académico en los estudiantes del CEUSS.

Determinar si la autoestima influye en el rendimiento académico de los estudiantes del CEUSS.

-JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.

El propósito de la presente investigación es para afirmar de que el nivel de autoestima es elemento importante que determina el desarrollo intelectual y académico de los estudiantes del centro de estudios universitarios del sur y sureste ,para demostrar de esta manera que este es el motivo que llevan a los estudiantes a la abandono de los salones de clases.

Una variable significado para la adaptación social y el éxito en la vida es tener autoestima positiva, para saber y sentirse competente en diferentes aspectos.

La autoestima determina el comportamiento académico del alumno. El desarrollo de la autoestima está ligado con la consideración, valorización y crítica que reciben los estudiantes por parte de las personas que conforman su entorno de desarrollo social, ético y académico.

CAPÍTULO II

-MARCO TEÓRICO.

LEONARD GORDON (1979), refiere que los valores interpersonales constituyen aquellos medios que determinan lo que las personas hacen y cómo lo hace y que éstas son influidas conscientes o inconscientemente por el sistema de valores que ellos adopten. Asimismo los valores interpersonales constituyen la compatibilidad e

incompatibilidad entre valores individuales; que implica relaciones de un individuo con los demás.

VALORES:

SOPORTE: Ser tratado con comprensión, amabilidad y consideración. Recibir apoyo de aliento de otras personas.

CONFORMIDAD: Hacer lo que es socialmente correcto y aceptado, acatar las normas comunes de convivencia.

RECONOCIMIENTO: Ser respetado y admirado, ser considerado importante y se le reconozca lo que hacen.

INDEPENDENCIA: Tener el derecho de hacer lo que uno quiera. Ser libre para tomar decisiones por sí mismo y actuar sólo a favor del propio criterio.

BENEVOLENCIA: Hacer cosas por los demás, ayudar a los más necesitados.

LIDERAZGO: Estar encargado de otras personas, tener autoridad y poder.

AUTOESTIMA: la autoestima la parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos, constituida por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí mismos. La autoestimase expresa a través de las actitudes de aprobación y desaprobación, indicando el grado en que cada persona se considere capaz, significativa, competente y exitosa. Y no está sujeta a cambios transitorios, si no más bien es estable al tiempo aceptando que en cualquier momento se dan cambios significativos, expresado en las actitudes que toma sobre sí mismo. La salud mental y física del organismo. Es el concepto que tenemos de nuestras capacidades y nuestro potencial no se basa sólo en nuestra forma de ser, sino también en nuestras experiencias a lo largo de la vida, Lo que nos ha pasado, las relaciones que hemos tenido con los demás familia, amigos, maestros, las sensaciones que hemos experimentado, todo influye en nuestro carácter y por tanto en la imagen que tenemos de nosotros mismos. La percepción valorativa de mi manera de ser, de quien soy yo, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran mi personalidad. La autoestima se aprende, y la podemos mejorar. Es a partir de los 5-6 años cuando empezamos a formamos un concepto de cómo nos ven nuestros padres, maestros, compañeros y las experiencias que vamos adquiriendo. En fin la Autoestima es una actitud básica hacia uno mismo, es la forma habitual de pensar, amar y comportarse.

NIVELES DE AUTOESTIMA

AUTOESTIMA BAJA:

Este nivel de auto estima implica un sentimiento de insatisfacción y carencia de respeto por sí mismo. Presentan un cuadro de desánimo, depresión y aislamiento, incapacidad de expresión y de defensa propia. Se observa también debilidad para hacer frente y vencer las deficiencias. En situaciones grupales el individuo se siente temeroso a provocar el enfado de los demás, mostrándose pasivo y sensible a la crítica. Además se observa sentimientos de inferioridad e inseguridad, creando envidia y celos por lo que otros poseen manifestando en actitudes de rechazo a los demás, en defensa, renuncia, depresión o agresiva y no quiere tomar decisiones por miedo a equivocarse. Además necesita de la aprobación de los demás pues tiene muchos complejos. Suele tener una Imagen distorsionada de si mismo, tanto a lo que se refiere a rasgos físicos como de su valía personal o carácter. Les cuesta hacer amigos nuevos y está pendiente de qué dirán o pensarán sobre él, pues tiene un medio excesivo al rechazo, a ser juzgado mal a ser abandonado. Otro problema que ocasiona el tenernos infravalorados es la inhibición de la expresión de los sentimientos por miedo a no ser correspondidos. Si algo funciona mal en una relación de pareja o de amistad, la persona con falta de autoestima creerá que la culpa de esto es suya, malinterpretando en muchas ocasiones los hechos y la comunicación entre ambos. Se siente deprimido ante cualquier frustración, se hunde cuando fracasa en sus empeños y por eso evita hacer proyectos o los abandona a la primera dificultad importante o pequeño fracaso

AUTOESTIMA ALTA: Las personas con autoestima alta mantienen imágenes constantes de sus capacidades y/o habilidades, desempeñan un rol más activos en sus grupos sociales, expresan sus puntos de vista con frecuencia y afectividad. Tienen un gran sentido de amor propio, cometen errores pero están inclinados a aprender de ellos.

Persona con autoestima óptima, tiene las siguientes cualidades:

- Posee una visión de sí mismo y de sus capacidades, es realista y positiva.
- No necesita de la aprobación de los demás, no se cree ni mejor ni peor que nadie.
- Muestra sus sentimientos y emociones con libertad.
- Afronta los nuevos retos con optimismo, intentando superar el miedo y asumiendo responsabilidades.

- Se comunica con facilidad y le satisfacen las relaciones sociales, valora la amistad y tiene iniciativa para dirigirse hacia la gente.
- Sabe aceptar las frustraciones, aprende de los fracasos, es creativo e innovador, le gusta desarrollar los proyectos y persevera en sus metas.
- Mayor aceptación de ti mismo y de los demás.
- Menos tensiones y mejor posición para dominar el estrés.
- Una visión más positiva y optimista respecto a la vida.
- Buena aceptación de las responsabilidades y sensación de poseer un mejor control de las cosas.
- Mayor independencia.
- Mejor capacidad de escuchar a los demás.
- Mayor equilibrio emocional.

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

1ra Teoría:

El rendimiento académico es la resultante del complejo mundo que envuelve al estudiante, determinada por una serie de aspectos cotidianos (esfuerzo, capacidad de trabajo, intensidad de estudio, competencias, aptitud, personalidad, atención, motivación, memoria, medio relacional), que afectan directamente el desempeño académico de los individuos.

2da Teoría:

Otros factores adicionales que influyen pueden ser psicológicos o emocionales como ansiedad o depresión, manifestados como nerviosismo, falta o exceso de sueño, incapacidad para concentrarse, apatía y, en casos extremos, depresión profunda y la afectación de otros factores no cognitivos como las finanzas, la comodidad, el transporte, la cultura o la práctica de deporte.

3ra Teoría:

La infinidad de aspectos que afectan el desempeño académico de los estudiantes que ingresan a una institución de nivel superior, probablemente incluyen no solo influencias externas como entorno familiar, amistades, características socio-demográficas, entre otros, así como también el género de la persona, sus expectativas de realización personal, la aptitud o la motivación, a más de otros factores que son el resultado de la fusión de todos los anteriores o algunos de ellos, como lo es el nivel de autoestima.

POSICIONAMIENTO TEÓRICO

Este proyecto de investigación de la tercera teoría que se enfoca en que las influencias externas del entorno familiar, amistades, características sociales, género, realización personal, la aptitud o la motivación), entre otros factores que son el resultado de la fusión de algunos de ellos, como lo es el nivel de autoestima.

HIPÓTESIS

El nivel de autoestima afecta directamente al rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN

Se utilizará la TEST estandarizado investigado en web; los mismos que, miden el nivel de auto aceptación y auto concepto.

PROCEDIMIENTOS:

Objetivo 1:

Se aplicara un test con respuestas objetivas a los estudiantes del Centro de Estudios Universitarios del Sur y Sureste, donde se determinaran los niveles de autoestima que podrfa ser la variable en cada individuo.

Objetivo 2:

Mediante la interpretación de las respuestas obtenidas en el test se Identificara de qué manera influyen las carreras en el nivel de autoestima en cada estudiante.

Objetivo 3:

Utilizando las preguntas determinadas en el test para conocer a los alumnos con autoestimas bajas y como podemos solucionar el problema planteado al respeto para corregir algunos errores en la misma.

Este con este test lo podemos evaluar a muchas personas, para saber cuantos de los alumnos tienen baja autoestima y solucionar el problema planteado.

Indicaciones: Marque con una x tu, como persona estudiantil consideres que es lo que realmente piensas y sientes y al final cuenta los números de x, para que el maestro o compañero di que en los resultados finales o determine que la autoestima de cada uno de los estudiantes.

1.Cuando alguien te pide un favor que no tienes tiempo o ganas de hacer...

- Pese a todo lo hago, no sé decir que no.
- Doy una excusa por tonta que sea para no tener que hacer ese favor.

- Le digo la verdad, que no me apetece o no puedo hacer lo que me pide.

2. Viene alguien a interrumpirte cuando estás trabajando o haciendo algo que consideras importante ¿qué haces?

- Le atiendo, pero procuro cortar cuanto antes con educación.
- Le atiendo sin mostrar ninguna prisa en que se marche.
- No quiero interrupciones, así que procuro que no me vea y que otra persona diga que estoy muy ocupado.

3. ¿Cuándo estás en grupo te cuesta tomar decisiones?

- Depende de la confianza que tenga con la gente del grupo, me cuesta más o menos.
- Normalmente no me cuesta tomar decisiones, sea donde sea.
- Sí, me suele costar mucho tomar cualquier decisión cuando estoy en grupo.

4. Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta...

- Cambiaría bastantes cosas para así sentirme mucho mejor y estar más a gusto con la gente.
- Estaría bien, pero no creo que cambiara nada esencial de mi vida.
- No creo que necesite cambiar nada de mí.

5. ¿Has logrado éxitos en tu vida?

- Sí, unos cuantos.
- Sí, creo que todo lo que hago es ya un éxito.
- No.

6. En un grupo de personas que discuten ¿quién crees tiene razón?

- Normalmente la razón la tengo yo.
- No todos, sólo algunos. Generalmente la mayoría da versiones válidas de la realidad.

- Todas las personas aportan puntos de vista válidos.

7. Tu superior protesta o te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...

- Le escucho atentamente, procurando que la conversación se desvíe a una crítica constructiva y poder aprender de mis errores.
- Que eleve la voz no se justifica en ningún caso. No tiene ningún derecho a tratarme así, por lo que no puedo escuchar lo que me dice hasta que no baje su tono de voz.
- Me molesta que me regañe y lo paso mal.

8. Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no...

- Mucho, no soporto que alguien me tenga mal considerado.
- No siempre, sólo cuando me interesa especialmente la amistad de la otra persona.
- Lo que los demás piensen de mí no influirá en mi forma de ser.

9. ¿Preguntas, indagas, averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?

- Sí, aunque me llevo algunos disgustos.
- Sí y disfruto conociéndome a mí mismo a través de los otros.
- No pregunto nada, por si acaso me encuentro con respuestas que hubiera preferido no escuchar.

10. ¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?

- Sólo algunas cosas de las que pienso son posibles.
- Me cuesta conseguir lo que quiero, no creo que pudiera.
- Con trabajo, suerte y confianza, seguro que sí.

11. ¿Estás convencido de que tu trabajo tiene valor?

- No estoy convencido, pero hago lo que puedo porque tenga un valor.

- No, más bien pienso que muchas veces no tiene valor ninguno.
- Estoy convencido de que tiene mucho valor.

12. Me considero una persona tímida...

- Depende del ambiente en que me mueva puedo ser más o menos tímido/a.
- No me cuesta hacer amigos ni relacionarme en cualquier situación.
- Creo que soy una persona especialmente tímida.

13. ¿Qué sientes cuando alguien recién conocido descubre por primera vez algún defecto que estabas ocultando?

- Esta pregunta presupone que oculto mis defectos, en cualquier caso mi respuesta es que no me importa y que prefiero que los conozca cuanto antes.
- Me siento muy mal y desde ese momento mi relación con esa persona ya no es la misma.
- Me resulta incómodo, pero procuro no darle mayor importancia.

14. ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?

- Sí, me he sentido herido muchas veces.
- No hay nada que puedan decir que pueda herirme.
- Sí, pero sólo por palabras dichas por personas muy queridas.

15. Si pudieras cambiar algo de tu carácter, ¿qué cambiarías?

- Nada.
- No lo sé, son muchas cosas.
- Alguna cosa.

16. Cuando has tenido algún fracaso amoroso, ¿de quién has pensado que era la culpa?

- Mía, normalmente.
- Del otro, normalmente.

- Cada fracaso es distinto, a veces uno a veces otro.

17. Si realizas un gran trabajo, ¿no es tan gran trabajo si nadie lo reconoce?

- Efectivamente, si nadie reconoce el valor de mi trabajo no merece tanto la pena.
- El valor de cualquier trabajo es independiente del juicio de quien sea.
- El valor de mi trabajo soy yo el único que puede juzgarlo.

18. ¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?

- No es que lo sienta, es que es verdad que nadie me quiere.
- Si, a veces siento que nadie me quiere.
- Nunca me siento así, las personas que me rodean me aprecian.

19. Si repetidamente en reuniones de trabajo o grupos de estudio tus ideas no se tienen en cuenta...

- Pienso que no merece la pena el esfuerzo porque mis ideas no son tan buenas como creía y procuro atender a las ideas de los otros, dejando en adelante de ofrecer más ideas.
- Lo considero una estadística desfavorable, pero continúo aportando mis ideas si se me ocurre alguna interesante.
- Abandono el grupo, ya que mis ideas no son tenidas en cuenta y procuro formar otro en el que soy el líder o ir en solitario.

20. ¿A dónde crees que te lleva tu forma de ser?

- Hacia una mejora constante.
- Al desastre.
- A la normalidad.

Test de autoestima

En este test lo que se evalúa es la **autoestima**: valoración que hacemos sobre nosotros mismos, respondiendo a la pregunta *¿cómo soy yo?*, incluyendo el carácter, la personalidad y las características físicas. Dependiendo de como nos valoremos, el

éxito o el fracaso de nuestras empresas acabará de una manera u otra. Si no estás seguro de lo que quieres, cómo y cuando lo quieres, puede que los contratiempos de la vida te hagan más daño que a alguien que sea muy seguro de sí mismo.

VALORACIÓN:

De 0 a 24 puntos, BAJA AUTOESTIMA:

Aquellas personas que tienen una baja autoestima suelen ser personas que aunque no se creen inferiores al resto si consideran a los demás en una posición más elevada a la suya. Esto supone que, inconscientemente, se sientan en una posición retrasada en relación a los que le rodean a la hora de iniciar o realizar alguna acción. Las personas con poca autoestima carecen de confianza sobre sus propios actos considerando como un fracaso cualquier pequeño bache que tengan. Al sentirse de ésta manera están creándose un efecto de derrota que no les ayudará a conseguir sus metas. Por otro lado, son inconformistas puesto que siempre desean conseguir una perfección en todos sus trabajos debido a esa situación de relativa derrota en la que se ven sumidos. Quizás por ello, el éxito en cualquier tarea les complace de tal forma que les puede ayudar a olvidar los posibles errores cometidos en el pasado.

De 25 a 71 puntos, AUTOESTIMA MEDIA:

Este tipo de personas tienen una buena confianza en sí mismas, pero en ocasiones ésta puede llegar a ceder. Son personas que intentan mantenerse fuertes con respecto a los demás aunque en su interior están sufriendo. Aquellos que posean ésta forma de ser viven de una forma relativamente dependientes de los demás, es decir, si ven que el resto les apoyan en alguna acción su autoestima crecerá pero, por el contrario, cualquier error que alguien le eche en cara servirá para que su confianza caiga un poco. Estos vaivenes no muy acusados en los que se ven este tipo de personas pueden controlarse con un poco de racionalidad a la hora de enfrentarse a los retos, sobretodo los retos profesionales. En cuanto al amor, lo mejor es no exagerar los fracasos y acordarse y disfrutar de los éxitos.

De 72 a 100 puntos, ALTA AUTOESTIMA:

Las personas de gran autoestima han nacido para triunfar en todos los aspectos de su vida. Se creen seres poderosos y en posesión de la verdad en todo momento. Son personas a las que resulta muy difícil hacerlas venir en razón y también hundirlas. Su fortaleza mental les convierte en auténticos tanques de difícil destrucción. Todos sus movimientos están calculados previamente con un único objetivo: el éxito. Quizás por ello, el fracaso no supone ninguna alteración de sus planes puesto que es una oportunidad única para aprender y no volver a equivocarse. Pero, por otro lado, esta forma de actuar no les ayuda en sus relaciones sociales puesto que dan una imagen

de superioridad que producirá en algunas personas un sentimiento de rechazo. También hay otras personas a las que las atrae como el imán este tipo de personas de alta autoestima, eso sí, la pareja que tengas, tendrá que ser también fuerte, porque sino la podrás hundir.

GRACIAS PROFE JOSE LUIS.