

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

El autoconcepto en estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa
N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en Cercado de Lima, periodo 2019

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bachiller Elizabeth Aída Mendoza Vargas

Lima – Perú

2019

Dedicatoria

Este trabajo va dedicado a Dios quien me mantiene con vida día a día y me da la fortaleza de seguir adelante frente a los retos que la vida impone.

A mi querida madre por su apoyo incondicional; quien sola ha sabido sacarme adelante con amor y dedicación; y quien es mi modelo de esfuerzo y fortaleza.

Agradecimiento

A mi madre querida quien me apoyado económicamente para ser posible mi presencia como estudiante en la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

A mi asesora Anabel Rojas quien me oriento y apoyo en la elaboración del presente trabajo.

A la sub directora de la I.E Héroes del Cenepa por darme la oportunidad de desarrollar mi investigación en dicha casa de estudios, y a los alumnos por su cooperación para la realización de esta investigación.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N°003-FPs y TS-2018, me es grato poder presentar mi trabajo de investigación titulado *“El autoconcepto en estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en Cercado de Lima, periodo 2019”*, bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea adecuadamente evaluado y aprobado.

Atentamente.

Elizabeth Aída Mendoza Vargas

ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de tablas	viii
Índice de figuras	ix
Resumen	x
Abstract	xi
Introducción	xii

CAPÍTULO I: Planteamiento del problema

1.1.	Descripción de la realidad problemática	13
1.2.	Formulación del problema	15
1.2.1.	Problema general	15
1.2.2.	Problemas específicos	16
1.3.	Objetivos	17
1.3.1.	Objetivo general	17
1.3.2.	Objetivos específicos	17
1.4.	Justificación e importancia	18

CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual

2.1.	Antecedentes	
2.1.1.	Antecedentes internacionales	21
2.1.2.	Antecedentes nacionales	24
2.2.	Base teórica	26
2.2.1.	Conceptualización de Autoconcepto	26
2.2.2.	Características de las personas con Autoconcepto	28
2.2.3.	Modelos Teóricos del Autoconcepto	29
2.2.3.1.	Teoría de William James	29
2.2.3.2.	La teoría del autoconcepto de los interaccionistas	32

2.2.3.3.	El autoconcepto en la Psicología Fenomenológica y Humanista de la personalidad	35
2.2.4.	Dimensiones del Autoconcepto	40
2.2.5.	Importancia de la Autoconcepto	40
2.3.	Definiciones conceptuales	42

CAPÍTULO III: Metodología

3.1.	Tipo de investigación	44
3.2.	Diseño de investigación	44
3.3.	Población y muestra	
3.3.1.	Población	45
3.3.2.	Muestra	45
3.3.3.	Criterios de inclusión y exclusión	46
3.4.	Identificación de las variables y Operacionalización	46
3.5.	Técnicas e instrumentos de evaluación	49

CAPÍTULO IV: Presentación, procesamiento y análisis de resultados

4.1.	Presentación de resultados generales	51
4.2.	Presentación de resultados específicos	54
4.3.	Procesamiento de los resultados	61
4.4.	Discusión de los resultados	61
4.5.	Conclusiones	63
4.6.	Recomendaciones	65

CAPÍTULO V: Programa de intervención

	Introducción	67
5.1.	Descripción del problema	68
5.2.	Objetivos	69
5.2.1	Objetivo general	69
5.2.2	Objetivos específicos	69
5.3.	Justificación	70
5.4.	Alcance	70

5.5.	Metodología	71
5.6.	Recursos	71
5.6.1.	Humanos	71
5.6.2.	Materiales	71
5.6.3.	Financieros	72
5.7.	Cronograma de actividades	73
5.8.	Desarrollo de sesiones	73

Referencias bibliográficas

Anexos

Anexo 1. Sesión 1: Aprendo a conocerme. Actividad grupal: ¿Cómo soy?, ¿Cómo me ven?	100
Anexo 2. Sesión 2: Reconociendo las emociones. Técnica: ABC de las emociones	100
Anexo 3. Sesión 3: Controlando mis emociones. Dinámica: Los refranes	101
Anexo 4. Sesión 3: Controlando mis emociones. Técnica: El semáforo	102
Anexo 5. Sesión 6: Aprendo a comunicarme asertivamente: Técnica: Psicodrama	102
Anexo 6. Sesión 7: Soy empático. Actividad de cierre: Completando frases	102
Anexo 7 sesión 8: Valoro mi imagen corporal. Dinámica: La charada	103
Anexo 8. Sesión 9: Cuido mi cuerpo. Técnica: Autorregistro	104
Anexo 9. Sesión 10. Comunicación en familia. Técnica: Resolución de problemas de D´Zurilla y Goldfried	104
Anexo 10. Matriz de consistencia	105
Anexo 11. Carta de aceptación	106
Anexo 12. Cuestionario de Autoconcepto	107

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Matriz de Operacionalización</i>	48
Tabla 2. <i>Escala de Calificación del Cuestionario</i>	49
Tabla 3. <i>Baremo de interpretación de Autoconcepto</i>	50
Tabla 4. <i>Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según el sexo</i>	51
Tabla 5. <i>Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la edad</i>	52
Tabla 6. <i>Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la sección</i>	53
Tabla 7. <i>Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundario de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa</i>	54
Tabla 8. <i>Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión físico</i>	55
Tabla 9. <i>Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión social</i>	56
Tabla 10. <i>Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión familiar</i>	57
Tabla 11. <i>Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión intelectual</i>	58
Tabla 12. <i>Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión personal</i>	59
Tabla 13. <i>Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión sensación de control</i>	60

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ciclo del Autoconcepto por Kinch	35
Figura 2. Los elementos del campo perceptual según Combs	36
Figura 3. Diseño de la investigación	45
Figura 4. Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según el sexo	51
Figura 5. Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la edad	52
Figura 6. Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la sección	53
Figura 7. Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundario de la Institución Educativa N° 1168 Héroes del Cenepa	54
Figura 8. Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión físico	55
Figura 9. Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión social	56
Figura 10. Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión familiar	57
Figura 11. Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión intelectual	58
Figura 12. Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión personal	59
Figura 13. Nivel de de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión sensación de control	60

RESUMEN

La presente investigación tiene por objetivo determinar el nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019. La presente investigación es de tipo descriptiva y con un enfoque cuantitativo de acuerdo al manejo de los datos. El diseño de la investigación es no experimental, de corte transversal.

El universo de la población se conforma por 107 estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa. La muestra viene a ser de tipo intencional y no probabilística. La técnica empleada para la recolección de la información fue la encuesta y el instrumento utilizado fue el Cuestionario de autoconcepto de Garley.

Se establece como conclusión que el autoconcepto que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, es de nivel promedio en un 59%, y el 40% presenta un nivel alto; determinándose en líneas generales que es adecuado la autovaloración que tienen de sí mismos.

Palabras Claves: autoconcepto, autoconocimiento, autovaloración, percepción, estudiantes.

ABSTRACT

The objective of this research is to determine the level of self-concept of the students of the 3rd year of secondary School of the educational institution N ° 1168 Heroes of the Cenepa, period 2019. The study corresponds to a descriptive investigation and with a quantitative approach according to the management of the data. The design of the research is non-experimental, cross-cutting.

The universe of the population is formed by 107 students of the third year of secondary of the educational institution N ° 1168 Heroes of the Cenepa. The sample becomes intentional and not probabilistic. The technique used for the collection of information was the survey and the instrument used was the self-concept questionnaire of Garley.

It is established as a conclusion that the self-concept presented by students of the 3rd year of secondary of the educational institution N ° 1168 heroes of the Cenepa, it is average in 59%, 40% has a high level; Determining in general lines that it is appropriate the self-valuation that they have of themselves.

Keywords: self-concept, self-knowledge, self-assessment, perception, students.

INTRODUCCIÓN

Es sabido que el Perú no se ubica en una buena posición en cuanto a Educación y en cuanto al índice de seguridad, esto iniciado en jóvenes que lejos de estudiar y forjarse un buen futuro optan por el camino más sencillo para obtener dinero y también para escapar de los problemas ya que no solo se meten en los caminos de la delincuencia sino también en el de los vicios.

Se sabe que en la vida la etapa más difícil es la adolescencia, ya que en esta etapa sucede muchos problemas y dificultades produciendo confusión, dudas e impotencia por salir rápido de una situación, y es de suma importancia una buena toma de decisiones para afrontarlos y superarlos. Así mismo es una etapa muy especial, pues es donde se forma la identidad, el carácter y personalidad.

En una institución educativa que junto a la familia y sociedad es un pilar importante para la formación personal, es indispensable hacer un seguimiento a los alumnos sobre su salud mental ya que es importante que gocen de un buen estado de salud mental para el desempeño académico. Así mismo no solo un buen desempeño académico sino también para la resolución de problemas que suceden en cada etapa de la vida, por ello es importante que los alumnos posean un buen autoconcepto.

El autoconcepto es la imagen que una persona tiene de sí misma, esto encierra ideas, valoraciones, sentimientos que se forma del propio yo. Es reconocer las características, capacidades y habilidades que uno posee y como uno le impondrá un valor ya sea positivo o negativo, esto será determinante para la forma de actuar en diferentes situaciones

posteriormente.

El autoconcepto se va construyendo a lo largo de la vida a través de las experiencias vividas y a través de las opiniones de los demás y de las valoraciones que se da de las mismas. Y es en la etapa de la adolescencia que tienen que ser reforzado, para un posterior desarrollo exitoso del ser humano.

Nuestro deber como psicólogos es velar y ser un soporte para el bienestar personal del ser humano, es entonces donde considerando la importancia que el autoconcepto tiene para el éxito académico y personal de los estudiantes la presente investigación se centra en estudiar “El autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019”; esperando contribuir al fortalecimiento y mejora de la institución educativa.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

Un estudio de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), basado en los datos de los 64 países participantes en el Programa para la Evaluación Internacional de los Alumnos (PISA, por sus siglas en inglés), señala que la región está por debajo de los estándares globales de rendimiento escolar. Los países que están mencionados son: Perú, Colombia, Brasil y Argentina se encuentran entre las diez cuyos estudiantes tienen un nivel más bajo en áreas como las matemáticas, la ciencia y la lectura (Citado por BBC Mundo, 2016). Probablemente esto debido, a la falta de seguridad en sus capacidades que presentan los estudiantes y que hace que no las demuestre frente a una evaluación, denotando inseguridad, temor y otros problemas subjetivos personales.

Por otro lado se ubica en el segundo lugar del ránking de los países con la tasa más alta de víctimas de la delincuencia, superando solo a Venezuela donde hoy se vive una grave crisis social. (Citado por Contreras, 2018).

Como podemos observar en mencionadas estadísticas el Perú se muestra con un gran índice de casos de delincuencia, y es sabido que también hay un gran índice de problemas de drogadicción, mayormente en adolescentes, también existe un déficit en la educación, la salida más fácil por la que se opta es atrapar a estos adolescentes e imponerles castigos, o en otros casos dejarlos libres a su suerte y que su situación siga

empeorando. En la educación hay una clara discriminación donde el más adinerado puede ser mejor educado.

En la vida la etapa más difícil es la adolescencia, pues es en esta etapa donde acarrea muchos problemas y dificultades produciendo confusión, dudas e impotencia por salir rápido de dicha situación, y es de suma importancia una buena toma de decisiones para la afrontarlos y superarlos. Así mismo es una etapa muy especial pues es donde se forma la identidad, el carácter y personalidad.

Los factores principales para una buena formación, son la familia, el colegio y los amigos, que si bien es cierto en esta etapa es donde la opinión de los demás importa más, la solución es una buena educación que parte de casa y se refuerza en el colegio.

Si preguntamos a un adolescente ¿Quién es?, ¿Cuáles son sus virtudes y defectos?, la mayoría no lo responde, no se conoce a sí mismo, no sabe cuáles son sus virtudes y defectos, sus debilidades y fortalezas, y lo que es peor muchos no tienen un proyecto de vida.

Por tanto, las instituciones educativas no solo se deben preocupar por que un alumno se grabe una clase, o aprenda de la cultura del país, que claro es importante para el intelecto humano, pero también es importante estar pendiente del aspecto personal, emocional y sentimental, pues esto sirve de gran motivación para superar no solo los problemas personales, sino también para el deseo de estudiar.

El autoconcepto engloba las opiniones, ideas, valoraciones y sentimientos sobre el

propio yo. No es innato, cada persona lo va construyendo a lo largo de su vida, debido a experiencias que vive; depende de la valoración y de la propia forma de percibir que tenga, además de la opinión y valoración de otros.

La salud mental es fundamental para un adecuado desarrollo del menor, siendo la adolescencia la etapa clave para la formación de la personalidad, es importante potenciar un buen autoconocimiento ya que ello dará paso a una buena autoestima, imagen corporal, resiliencia y toma de decisiones adecuada. Ayudando esto a la disminución de los problemas que vemos hoy en día, y potenciando la motivación de estudiar, y de conseguir metas en la vida.

Frente a la problemática citada se propone como tema de investigación a estudiar *“El autoconcepto en estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héros del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019”*, a fin de enriquecer el conocimiento de los interesados, y contribuir a la mejora personal de los adolescentes, ya que es una edad propicia para moldear la personalidad.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel de autoconcepto en estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héros del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión físico, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en mercado de Lima, periodo 2019?

- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión social, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en mercado de Lima, periodo 2019?

- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión familiar, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en mercado de Lima, periodo 2019?

- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión intelectual, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en mercado de Lima, periodo 2019?

- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión personal, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en mercado de Lima, periodo 2019?

- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión sensación de control, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en mercado de Lima, periodo 2019?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar el nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar según la dimensión físico, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.

- Identificar según la dimensión social, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.

- Identificar según la dimensión familiar, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.

- Identificar según la dimensión intelectual, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.

- Identificar según la dimensión personal, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.
- Identificar según la dimensión sensación de control, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.

1.4. Justificación e importancia

El autoconcepto juega un rol importante en la vida de una persona ya que es la base para formar una buena autoimagen, autoestima, y por ende una buena personalidad, esto decisivo para el afrontamiento de problemas en diferentes ámbitos de su vida sea familiar, académica, social y/o amoroso. Así mismo contribuye a la sociedad para la disminución de la preocupación de problemas que cada vez va en aumento. Razón por la cual los psicólogos se enfocan para la búsqueda de solución de problemas que puedan aquejar a los adolescentes.

Ahora, llevando esta temática a adolescentes es importante conocer su nivel de autoconcepto en las diferentes dimensiones ya que de esto dependerá para el afrontamiento de problemas.

Velando por el bienestar de los adolescentes, el presente estudio se enfoca en analizar el autoconcepto que presentan, por lo cual será de suma importancia para la formación de su personalidad y buena toma de decisiones futuras. Esperando contribuir con la realidad encontrada, mediante diversas estrategias de la carrera de Psicología.

Los resultados y conclusiones de esta investigación serán de gran utilidad para la mejora de estrategias en la educación de los adolescentes, así mismo para la superación personal y posteriormente puedan seguir con su vida tomando buenas decisiones y teniendo un proyecto de vida adecuado para su vida futura.

Además, la presente investigación se justifica de manera específica de acuerdo a los siguientes criterios:

En el aspecto teórico, la investigación realizada reúne diversas teorías, enfoques y modelos sobre el autoconcepto, que sirve como fuente de información a otros investigadores interesados en el tema. Así mismo la recopilación de información e interpretación, aporta al vacío de conocimiento sobre el tema. Además, los aportes personales representan un aporte científico para el conocimiento humano.

Desde el aspecto práctico, la investigación contribuirá para la toma de decisiones que sean favorables para el abordaje del problema encontrado, así mismo esto se concretará con la propuesta de intervención con la finalidad de hacer frente al nivel de autoconcepto encontrado y contribuir con la educación no solo intelectual sino personal de los adolescentes.

Desde el aspecto metodológico, la investigación realizada contribuye a un aporte para futuras investigaciones, ya que las técnicas, procedimientos estadísticos e instrumentos cuentan con una validez y confiabilidad; que constituyen un eje orientador para aplicarlo en otras investigaciones.

Desde el punto de vista social, la investigación al dar información sobre cómo está el nivel de autoconcepto en los alumnos del 3er año de secundaria, aporta a que en el ámbito educativo se pueda tomar conciencia de las principales causas para evitar problemas que atraviesa el Perú, y así posteriormente tomar acciones sobre el caso prestando más atención en la salud mental de los adolescentes.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del Problema

Existen trabajos de investigación relacionados al tema del Autoconcepto, en diferentes centros de formación educativa tanto en el extranjero como dentro de nuestro país.

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Aranda (2017) en su investigación titulada *“Relación entre autoeficacia, autoconcepto y desempeño en la asignatura de matemáticas”*, tenía como objetivo lograr brindar una relación existente entre autoeficacia, autoconcepto y desempeño en matemática y analizar el rol moderador de la autoeficacia en el efecto del autoconcepto sobre el desempeño en la asignatura de matemática. La investigación fue correlacional. Se pudo aplicar la Escala de Autoeficacia lógico-matemática (EALM) y también se pudo aplicar una adaptación del Self-Description Questionnaire II (versión corta) (SDQII-S). La muestra fue probabilística, donde participaron 669 estudiantes entre 14 y 18 años de edad pertenecientes a liceos de administración municipal de las siete comunas de la Provincia de Arauco, Chile. En sus resultados descriptivos con respecto al autoconcepto presenta una simetría positiva.

Álvaro (2015) en su investigación titulada *“Análisis del autoconcepto en relación con factores educativos, familiares, físicos y psicosociales en adolescentes de la provincia de granada”*. Tuvo como objetivo determinar y establecer las relaciones entre

parámetros sociodemográficos, de autoconcepto, físico-deportivas, de ingesta de sustancias nocivas, familiares y académicas de los adolescentes de Granada y Provincia (España) y realizar un análisis del autoconcepto en adolescentes españoles en función de variables personales, físico-deportivas y familiares mediante el empleo de ecuaciones estructurales. La investigación fue descriptivo, explicativo y de tipo comparativo. Su muestra fue de 2.134 adolescentes de 13 a 17 años. Los instrumentos que utilizó fueron Autoconcepto (AF-5), Funcionamiento Familiar (APGAR), Consumo de Alcohol (AUDIT), y Datos Sociodemográficos y Físico-Deportivos Consumo de Tabaco (FTND). Concluyó en sus resultados descriptivos que la dimensión de tipo familiar es la más valorada, mientras que el tipo emocional es el menor puntuado por los adolescentes.

Léverman (2015) en su investigación titulada *"Autoconcepto en la adolescente causa de conductas suicidas (estudio realizado en el instituto de educación básica por cooperativa cabecera municipal de Pajapita, departamento de San Marcos)"*, su objetivo fué determinar el autoconcepto de los adolescentes que manifiestan conductas suicidas. El tipo de investigación fue descriptiva. La muestra fue de 80 estudiantes comprendidos entre las edades de 14 a 18 años de sexo masculino y femenino del nivel básico del Instituto de Educación Básico por Cooperativa originario de diferentes sectores del municipio de Pajapita, departamento de San Marcos, quienes representan el 100% de la población. Utilizó la prueba AF5 que evalúa autoconcepto y una boleta para determinar el nivel de conductas suicidas. Las conclusiones fueron que en la dimensión académico/ laboral se refleja que el sexo femenino se sitúa en un autoconcepto más alto; en la dimensión social, se observa que las mujeres tienen menor autoconcepto social que los varones y en la dimensión emocional demuestran que las mujeres cuentan con un

autoconcepto alto al presentar control de las situaciones y emociones.

Padilla (2015) en su investigación titulada "*Autoconcepto en adolescentes de 13 a 15 años de educación general básica*", del Centro Educativo "Juan Peñafiel, Ecuador tuvo como objetivo detectar el nivel de Autoconcepto que tienen las y los adolescentes del Centro Educativo. La investigación fue de tipo cuantitativo; se basa en el estudio del Autoconcepto con sus diferentes niveles, con un alcance de investigación exploratorio descriptiva. Su muestra fue de 60 estudiantes del Centro Educativo, cuyas edades oscilan entre los trece y quince años. Utilizó el test de Autoconcepto Forma 5 (AF5) de Fernando García y & Gonzalo Musitu (2005). Concluyendo que los estudiantes investigados coincidieron en tener un nivel de autoconcepto bajo que representa el 88,33%, careciendo de una autovaloración personal. El Autoconcepto académico indica que el 73,33% poseen un autoconcepto bajo, en el autoconcepto social equivale al 88,33%, demostrando un autoconcepto bajo; y en el autoconcepto emocional se observa que el porcentaje equivale al 71,66% con un autoconcepto bajo.

López (2015) en su investigación titulada "Autoconcepto y Fracaso escolar en adolescentes (Estudio Realizado En El Instituto Nacional Experimental "Gabriel Arriola Porres" E Instituto Nacional De Educación Básica De La Colonia Molina De Quetzaltenango)", tenía el objetivo de lograr definir el nivel de autoconcepto en adolescentes que han sufrido fracaso escolar. La investigación fue de tipo descriptiva. Su muestra fue de 46 alumnos, de ambos sexos, entre las edades de 14 a 17 años. Utilizó como instrumento la prueba AUTOPB-96, que mide el nivel de autoconcepto en 4 escalas: académico, social, emocional y familiar. Concluyendo que los estudiantes se encuentran el 63% en un nivel alto de autoconcepto global, y respecto a sus dimensiones

el autoconcepto académico se encuentra en un 61% de nivel alto, en el autoconcepto social se encuentra en un 98% de nivel alto, en el autoconcepto emocional en un 61% de nivel bajo y en el autoconcepto familiar en un 96% de nivel alto.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Zúñiga (2018), en su investigación titulada “Autoconcepto y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima-Este”, tuvo como objetivo general determinar si existe relación significativa entre autoconcepto y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Lima Este. El tipo de investigación fue de tipo cuantitativa, con un diseño experimental. Asimismo, fue de corte transversal, y correlacional. Su muestra estuvo conformada por estudiantes universitarios de diversas carreras profesionales de 1º a 5º Año de estudios, de ambos sexos, cuyas edades oscilan entre los 18 y 24 años de una universidad privada de Lima Este. Utilizó la escala de bienestar psicológico de Ryff y el cuestionario de autoconcepto forma 5 (AF5) de García y Musitu. En su conclusión se resalta resultados interesantes pues en lo que respecta a las cinco dimensiones de autoconcepto, los hombres puntuaron más alto en relación a las mujeres y, de manera más específica y remarcable, en la dimensión de autoconcepto familiar, en la que los varones puntuaron sobresalientemente más alto que las mujeres.

Grimaldo (2018) en su investigación titulada “Nivel de autoconcepto en estudiantes de quinto grado de primaria de una Institución Educativa de Lima” tuvo como principal objetivo el poder definir el nivel de autoconcepto de los estudiantes de quinto grado de primaria del colegio 6041 “Alfonso Ugarte” de Pamplona Alta, Lima, Perú. La investigación fue de tipo descriptivo, enfoque cuantitativo, con diseño no experimental. La población de estudio estuvo conformada por todos estudiantes de quinto grado de

primaria, del turno tarde de la Institución Educativa No.6041 “Alfonso Ugarte”. Por otro lado, la muestra estuvo conformada por 52 estudiantes, entre niños y niñas de quinto grado de primaria de entre 10 y 12 años de edad. Utilizó el Cuestionario de autoconcepto de GARLEY. Concluyendo que en relación al nivel de autoconcepto en los estudiantes investigados, se presenta en 63% para el nivel medio, este nivel medio es influenciado por las dimensiones social, familiar, personal y de sensación de control, es importante mencionar que en la dimensión social está presente el nivel medio muy cercano al nivel bajo; un 31% para el nivel bajo marcado por las dimensiones física e intelectual; y el 6% para el nivel alto.

Vargas (2017), en su investigación titulada “Evaluación de las dimensiones del autoconcepto en estudiantes del III ciclo de educación primaria”, tuvo como objetivo principal definir cuáles son las dimensiones que va a tener predominancia en la formación del autoconcepto en los estudiantes del III ciclo de un colegio particular, bilingüe, mixto y laico del distrito de Surco. El diseño de la investigación fue de tipo descriptiva, de diseño no experimental. La muestra de investigación fue un grupo de 86 estudiantes entre niños y niñas, cuyas edades oscilan entre los 7 y 8 años, que cursaban el segundo grado de un colegio particular mixto y laico del distrito de Surco. El instrumento utilizado para la recolección de datos fue la escala de Autoconcepto de Piers – Harris para niños de 7 a 12 años. Se concluyó que el mayor autoconcepto positivo de los estudiantes se encuentra en la dimensión conductual con un nivel alto ya que el autoconcepto positivo es del 91 %, destacando que se consideran buenas personas.

Sambuceti (2015) en su investigación titulada “Perfil de autoconcepto académico de los alumnos de 1° a 4° grado de primaria de un colegio especializado en problemas

de aprendizaje”, tuvo como objetivo principal identificar y describir el perfil de autoconcepto académico que presentan los alumnos de 1° a 4° grado de primaria un colegio especializado en problemas de aprendizaje. La metodología que usó fue de tipo cuantitativa. La muestra fueron los alumnos de ambos sexos que cursan del 1° a 4° grado de primaria de un colegio privado en el distrito de Santiago de Surco cuyos estudiantes presentan dificultades de aprendizaje y con un porcentaje alto de alumno con comorbilidad con el TDHA. Utilizó la escala de autoconcepto académico para escolares (1° a 4° grado) estandarización chilena de la Escala de Autoconcepto Académico Florida Key por Violeta Arancibia C., Sergio Maltes G., M. Inés Álvarez H. (1990). Concluyo que los estudiantes con dificultades de aprendizaje obtienen un bajo perfil de autoconcepto académico a excepción del 3° grado A.

Medina (2010) en su investigación titulada “Estudio sobre el autoconcepto de los alumnos del 1.ero de secundaria de una I.E. del distrito de ventanilla”, tuvo como objetivo describir el autoconcepto de alumnos del 1er. Año de Secundaria de una I.E. del distrito de Ventanilla. El tipo de investigación fue de tipo descriptiva simple. Utilizó una muestra de 150 sujetos, 75 varones y 95 mujeres, cuyas edades fluctuaron entre los 11 y 15 años. Utilizó como instrumento el test “Autoconcepto en el medio escolar” de García (1995) validado por Fung (2003). Concluyó que el autoconcepto que presentan los estudiantes es del 44% de nivel promedio.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Conceptualización del Autoconcepto

(Rosenberg, 1979) “El autoconcepto suele definirse, en sentido genérico, como el conjunto de imágenes, pensamientos y sentimientos que el individuo tiene de sí mismo.

Pensamientos y sentimientos que, consecuentemente, permiten diferenciar dos componentes o dimensiones de los mismos: los cognitivos y los evaluativos” (Citado por Salvarezza, 1998).

Para Rosenberg el autoconcepto no solo es el conocimiento de las cualidades, pensamientos y sentimientos de uno mismo; sino también es la evaluación de estos aspectos.

Purkey (1970) nos brinda la definición de lo que es el autoconcepto como «un sistema complejo y dinámico de creencias que un individuo considera verdaderas respecto a sí mismo teniendo cada creencia un valor correspondiente».

Linch (1981), define el autoconcepto como un grupo de normas para hacer el procesamiento de información que nos ayudarán a regir a la conducta. Plantea que existen varios temas relacionados con lo evolutivo en su desarrollo y dirige su atención a las consecuencias afectivas negativas para el niño cuando las normas en cuanto a sí mismo no son consideradas como que valen. Podrían ligarse al autoconcepto a la frustración, ansiedad, agresión, y apatía. (Citado por Gonzales, 2006)

Burns (1990) expresa acerca del autoconcepto que viene a ser un juicio personal de valor que se expresa en las actitudes que tiene la persona en relación a él mismo. Entonces viene a ser un evento de tipo subjetivo que la persona hace conocer a otros a través de informes verbales y de otras conductas expresivas patentes. Cuando hablamos del auto concepto es que estamos hablando de la conducta del individuo no sólo a través de la perspectiva de personas externas, sino también y desde la perspectiva interna y de

tipo subjetiva de la persona, la forma que se comporta. En la forma cómo va a construir el lugar donde vive y desenvuelve y del cual su autoconcepto constituye el punto central en una construcción significativa y única en el individuo. (Citado por Gonzales, 2006).

En resumen, el autoconcepto es la imagen que el individuo tiene de sí mismo, influenciado por las experiencias vividas, incluye en ello la percepción de sus capacidades. No es permanente puesto que va evolucionando con el tiempo a medida que pasa por más situaciones que quedan como experiencia de vida. Por otro lado, es importante trabajar en ello desde temprana edad para así saber diferencias sus cualidades y defectos y con ello analizar y tomar decisiones para la resolución de problemas que se presentaran en cada etapa de su vida.

2.2.2. Características de las personas con Autoconcepto

Partiendo de las múltiples definiciones del autoconcepto, Shavelson y col. (1976) señalaron las que consideraban las principales características de éste (González y Tourón, 1992):

- **Está organizado:** El individuo adopta un sistema de categorización de manera personal o que nos dará un significado y organiza las experiencias de la persona; las categorías representan una forma de organizar las experiencias propias y de atribuirles un significado.
- **Es multifacético:** Las varias categorías vienen a incluir áreas tales como la escuela, la aceptación social, el atractivo físico y las habilidades sociales y físicas.

- **Es jerárquico:** Sus dimensiones tienen diferentes significados e importancia en función de los valores de la edad de los sujetos.
- **El Autoconcepto global:** Es relativamente estable. Su variabilidad depende de su ubicación en la jerarquía, de manera que las posiciones inferiores son más variables.
- **Es experimental:** Se va creando y obteniendo diferencias en todo el ciclo vital del individuo.
- **Tiene un carácter evaluativo:** Existe una dimensión que nos ayudará a evaluar la importancia y significado dependiendo de los individuos y las situaciones, Esta valoración diferencial depende, probablemente de la experiencia pasada del individuo en una cultura y sociedad particular, en una familia, etc.
- **Es diferenciable:** Ya que se distingue de otros constructos con los cuales está teóricamente relacionado (ej. habilidades académicas, autocontrol, habilidades sociales, etc.).

2.2.3. Modelos Teóricos del Autoconcepto

Diversos teóricos e investigadores han propuesto modelos distintos sobre el autoconcepto:

2.2.3.1. Teoría de William James

W. James (1842-1910), en su obra, Principios de Psicología, publicada en 1890, dedicó un amplio capítulo a la "Conciencia de sí mismo". Para el investigador W. James, el self o la persona viene a ser al mismo tiempo un Yo y un Mí que, aunque aspectos distintos de una misma realidad. No son cosas separadas. El Yo también llamado puro ego, sostén del mí consciente, se refiere al yo sujeto: pensador y agente de la conducta, a lo que en la

filosofía se ha denominado ego trascendental o espíritu. El Mí o ego empírico, es el yo como conocido. "la suma total de cuanto un hombre puede llamar suyo" (James, W., 1890, 1892). Cada uno de estos aspectos no puede existir sin el otro, ya que el proceso de autoconsciencia es imposible sin ambos elementos. En uno mismo, la consciencia viene a ser siempre la consciencia de algo. James, en su obra, se ocupa particularmente de explorar las particularidades del yo como conocido (Mí o autoconcepto), puesto que lo considera el ámbito del que debe ocuparse la investigación psicológica.

Este ego empírico o Mí, engloba, según James, tres aspectos:

a) Sus elementos constituyentes:

- Mí material
- Mí social.
- Mí espiritual.

b) Los sentimientos y emociones que suscitan:

- Auto apreciación
- Auto decepción.

c) Los actos a que conducen:

- Cuidado
- Conservación del yo.

Con respecto al primero. James identificó como principales regiones o componentes del autoconcepto los siguientes:

- *El Mí material*, donde se refiere a las posesiones materiales y personales (cualidades, virtudes, habilidades, etc.) que el individuo considera que forma para de sí mismo.
- *El Mí social* se refiere a la percepción de la sociedad para con el individuo.
- *El Mí espiritual* referido a las aspiraciones tanto intelectuales como morales y religiosas del individuo. Es además la fuente de donde fluyen el interés, deseo, atención y elección.

James, reconoció que cada persona tiene la libertad de escoger estar a favor de un yo empírico más que a otros, puesto que, aunque queramos no podemos maximizarlos todos. Esto quiere decir que las diferentes clases de percepciones que un individuo tiene acerca de sí mismo no poseen el mismo nivel de importancia: algunas son más vitales e importantes y otras más secundarias o menos importantes en la configuración de su autoconcepto.

En el segundo aspecto, el autor nos da a entender que con lo anterior expuesto es decir el mi material, social y espiritual el individuo genera emociones y sentimientos que pueden ser de auto-apreciación o de auto-descontento. Postuló que sólo las autoevaluaciones en dominios altamente valorados por el sujeto influirían en su autoestima general, y que la evaluación que uno hace de sí mismo depende de sus aspiraciones.

Con respecto al tercer aspecto, nos indica que dependiendo del primer aspecto mencionado se va generar la conducta. Así, opina que “nada alcanza a estimular la actividad humana mientras no afecte a alguno de sus yos potenciales o actuales”. Todos los hombres tratan con su conducta, con objeto de mejorar su autoestima, de preservar y

mejorar las imágenes que tienen de sí mismos en diferentes dominios, sobre todo, en aquellos que consideran más importantes o centrales.

2.2.3.2. La teoría del autoconcepto de los interaccionistas

a) Teoría interaccionista de Cooley

Cooley (1902) expresa: «Una idea acerca del sí mismo parece tener tres componentes principales: la imaginación de lo que parecemos a otras personas; la imaginación de su juicio de esta apariencia y alguna clase de sentimiento acerca del sí mismo».

En su teoría nos habla de la influencia de la sociedad para con el individuo, es decir la autoimagen va ser el reflejo de la percepción que la sociedad tiene del individuo.

Cooley postuló, como James, la necesidad de auto aprecio que, en su opinión, se fundamenta en gran medida en las valoraciones positivas que uno recibe de los demás. Percibir que los demás nos valoran es una condición para auto valorarnos.

Para él, la opinión y valoración de su entorno más cercano (padres, amigos, compañeros), serán significativamente importantes para la formación de su autoconcepto.

Desde la primera infancia nuestros autoconcepto se desarrollan viendo como los otros significativos nos responden.

b) Teoría interaccionista de Mead (1934)

Según Mead (1934), el individuo puede salir fuera de sí “experiencialmente”, convertirse en objeto para sí mismo, sólo indirectamente, mediante la adopción de las actitudes que los otros miembros del grupo social tienen hacia él. Así dice: “el que logre tener conciencia de sí se debe a la capacidad del individuo para adoptar las actitudes de esos otros (...). La adopción de todas esas series de actitudes organizadas le proporcionan su "mí"; esa es la persona de la cual tiene conciencia”.

En síntesis, para Mead la fuente de formación del autoconcepto y la base de su autoestima es la valoración reflejada de los demás -reflected appraisal- tanto de los otros significativos como del otro generalizado.

Con respecto a Mead nos da a entender con su teoría que el individuo no solo adopta actitudes de su entorno más cercano sino también de la sociedad en general. Siendo así adopta diferentes roles como hijo, padre, esposo o profesional, desarrollando la imagen de cómo se conduce mencionados roles.

Por otro lado, Mead destaca el aspecto creativo de la persona, la indeterminación de la conducta humana y la capacidad del hombre de cambiar la sociedad y no meramente adaptarse a ella. Esto es posible para él, a pesar de que el "mi" está determinado por la sociedad, porque el yo es la conducta impulsiva, no controlada, que reacciona ante el mí. Según Mead de la conversación interna entre el yo y el mí surge la conducta y es la reacción del yo frente al mí la que posibilita la indeterminación de la misma.

c) Teoría interaccionista de Kinch

Kinch (1963) ha sistematizado en un modelo sintético la teoría del autoconcepto desarrollada por los interaccionistas. Según él esta teoría, derivada de los escritos de Cooley y Mead se asienta en los siguientes postulados:

- El autoconcepto es la organización de cualidades, atributos y roles, que el individuo se atribuye a sí mismo.
- El autoconcepto del individuo emerge de la interacción social y guía e influye en la conducta futura del individuo.
- El autoconcepto del individuo está basado en su percepción de la forma en que los otros reaccionan ante él.
- La percepción del individuo de las respuestas de los otros hacia él refleja las respuestas reales de estos otros hacia él.

Como veremos, lo que postula Kinch el autoconcepto se da como un ciclo donde primero encontramos las respuestas reales de los otros (Rr) estas respuestas determinarán cómo el individuo se percibe a sí mismo (P), estas percepciones de las respuestas de los otros influyen en su autoconcepto (AC) y éste, a su vez, producirá la conducta (C), la cual producirá, nuevamente, las respuestas por parte de los demás que pondrán en marcha todo el proceso.

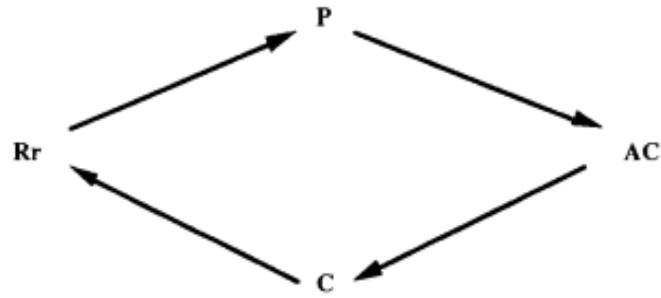


Figura 1. Ciclo del Autoconcepto por Kinch

2.2.3.3 El autoconcepto en la Psicología Fenomenológica y Humanista de la personalidad

a). La teoría del autoconcepto de Combs (1949)

Combs analiza la conducta humana desde el marco de la psicología perceptiva. La psicología perceptual sostiene que la conducta de una persona es el resultado directo de su campo de percepciones en el momento del comportamiento; de modo que éste es siempre producto de cómo se ve a sí misma la persona, de cómo ve las situaciones en que está inmersa y de las interrelaciones entre ambas percepciones (citado por Combs, A. W.; Blume, R. A.; Newman, A. J.; Wass, H. L., 1974). El campo fenoménico, al que alude Combs, y desde el que se proyecta la conducta, está formado por tres componentes:

1. La totalidad del campo perceptual, que incluye todas las percepciones del individuo.
2. El sí mismo fenoménico, porción más diferenciada de este campo y centro del mismo, que incluye todas las percepciones que una persona tiene acerca de sí misma sin tener en cuenta su importancia y claridad.

3. El concepto de sí mismo que es el núcleo del sí mismo fenoménico, formado por las percepciones más centrales, vitales e importantes del sí mismo.

El Autoconcepto es el centro de la teorización de Combs por el papel, que, según él, ejerce en la determinación de la conducta (citado por Combs, A. W.; Blume, R. A.; Newman, A. J.; Wass, H. L., 1974). Combs afirma que «de todas las percepciones que existen en un individuo, ninguna es tan importante como las que tiene de sí mismo (...). El sí mismo de un individuo es el centro de su mundo el punto de origen de toda conducta. Lo que él crea acerca de sí mismo afecta todos los aspectos de su vida».

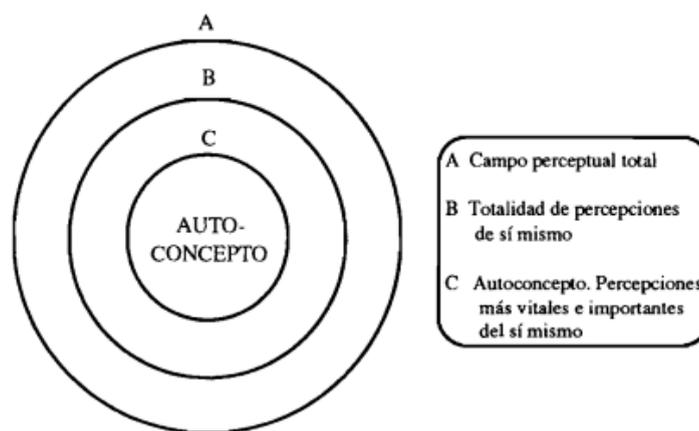


Figura 2. Los elementos del campo perceptual según Combs (Tomado de Snygg y Combs. 1949)

El autoconcepto, que es la organización de maneras de verse a sí mismo, incluye, como expresa Combs (Snygg, D.; Combs, A. W. (1949). *Individual Behaviour: A New Frame of Reference for Psychology*. New York: Harper), «todos los aspectos del campo perceptual a los que nos referimos cuando decimos yo o mí. Esta organización se compone de miles de percepciones que varían en claridad, precisión e importancia respecto de la economía particular de la persona. Tomada en su conjunto esta organización se denomina autoconcepto»

Por otra parte, Combs resalta que en la organización del autoconcepto unos elementos son más centrales, que otros para la definición del sí mismo. Nos da a entender también que pese a ser susceptible de cambio (ya que se aprende como consecuencia de la experiencia); se caracteriza por su estabilidad y consistencia.

Nos define que es el auto concepto el que actúa en forma de filtro selectivo de todo lo que la persona percibe, de modo que se tiende a seleccionar la información que apoya y corrobora las convicciones ya existentes acerca del yo, las cuales de esta manera se mantienen y refuerzan. Por otra parte, la persona tiende a conducirse de modo congruente con sus creencias. Este efecto circular crea una clase de espiral por la que, con palabras de Combs "el rico se enriquece y el pobre se empobrece".

El cambio del autoconcepto es posible, pero, como asegura Combs, lleva mucho tiempo aceptar nuevas definiciones del yo. Sólo los aspectos más periféricos del autoconcepto pueden adquirirse y cambiarse con cierta facilidad. Sin embargo, cambios importantes referidos a valores, creencias o actitudes básicas ocurren muy lentamente y como resultado de experiencias producidas a través de períodos prolongados de tiempo.

Como los interaccionistas para Combs el autoconcepto se adquiere como consecuencia de experiencias de las diversas etapas de la vida y como humanista reconoce que existe la autorrealización en el individuo, lo que conlleva al esfuerzo de mejorar y ser más eficiente para conseguir este sentimiento de satisfacción propia y así sentirse querido, aceptado y valioso.

b). La teoría del autoconcepto de C. Rogers (1951)

Rogers (1951) desarrolla su teoría del autoconcepto como una parte de su teoría fenomenológica de la personalidad. Los postulados centrales de esa teoría similares a los de Combs, son los siguientes:

- Para Rogers el autoconcepto o yo fenoménico lo define que esto parte de la interacción de la persona con su medio que lo rodea para convertirse en sí mismo y dirigir y regular su conducta.
- Rogers en 1951 define al autoconcepto como un conjunto de observaciones de sí mismo concretados en la conciencia, integrada por las propias observaciones, características y capacidades, los principios y conceptos de sí mismo en relación con los demás y su medio ambiente al igual que las cualidades asociadas con experiencias y con objetos, y los proyectos y modelos positivos o negativos.
- Afirma, al igual que Combs, que el Autoconcepto es una Gesta/t. «una pauta conceptual organizada, fluida, pero congruente de percepciones de las características del yo o del mí con los valores ligados a estos conceptos».

Rogers señala que el individuo trata en lo posible de salvaguardar su sistema de creencias, por ello cuando las experiencias son incongruentes con el autoconcepto, se tienden a rechazar o a interpretarlas de manera que resulten congruentes. Los mecanismos de defensa se alzan cuando pelagra la organización de lo que el individuo considera su sí mismo. Tal como lo expresa Rogers (1951), «cualquier experiencia

incompatible con la organización o estructura de la persona puede ser percibida como una amenaza y cuanto más numerosas sean estas percepciones, más rígidamente se organizará la estructura de la persona para preservarse». (Citado por Mifflin, H. 1980).

Para Rogers, esa oposición e incongruencia, a la que nos hemos estamos refiriendo, es el origen de la desadaptación ya que el individuo al tratar de preservar su autoconcepto, con objeto de mantener su autoestima, se aleja de la realidad, lo que le llena de tensiones.

Roger propone “La terapia centrada en el cliente” que es una técnica para modificar el autoconcepto y reorganizarlo facilitando de este modo la congruencia entre las experiencias y el autoconcepto, y con ello lograr el ajuste psicológico. Así este autor dice (Rogers. 1951): «Hay adaptación psicológica cuando el concepto de sí mismo es al menos en líneas generales, congruente con todas las experiencias del organismo».

La terapia implica la reorganización de valores en torno a los cuales configura el autoconcepto y facilita un clima de seguridad no evaluativo la persona examina los valores recibidos desde los que juzga y guía su experiencia y aprende a desarrollar un sistema de valores ubicados dentro de sí mismo, en otras palabras, llega a dar forma a los valores de cada persona. De esta manera cuando el individuo se rige por sus propios valores se acepta a sí mismo y su autoestima se hace menos dependiente de las evaluaciones de los demás.

2.2.4. Dimensiones del Autoconcepto

Las dimensiones según las concibe García (2001), y que se consideraron son las siguientes:

- **Física:** Hace referencia al grado de aceptación o satisfacción del propio aspecto o apariencia.
- **Social:** Se refiere a la percepción de habilidad propia, para ser y tener amigos.
- **Intelectual:** Se refiere a como se evalúa el sujeto respecto a sus capacidades intelectuales y a su rendimiento académico.
- **Familiar:** Se refiere a la relación y grado de satisfacción del sujeto con la situación familiar propia.
- **Sensación de control:** Se refiere a la valoración del grado de control de la realidad, de los objetos, de las personas y del propio pensamiento.
- **Personal:** Se refiere a la valoración del sujeto como ser humano.

2.2.5. Importancia del Autoconcepto

Desde pequeños las personas van creando ideas sobre sí mismos, a medida que pasan los años se van presentando una serie de situaciones las cuales evalúan nuestro raciocinio y la capacidad de dar una solución.

La etapa de la adolescencia es la etapa más difícil puesto que entra a tallar no solo los cambios físicos sino también los cambios hormonales, presentando muchas dudas, e impotencias al momento de presentársele una situación difícil. Aparecen los primeros

problemas y la pregunta: ¿Ahora qué hago? Es aquí, en esta etapa donde se debe entrenar por decirlo así a los adolescentes para la vida.

Para la formación de un adecuado afrontamiento de problemas, y toma de decisiones es importante formar el Autoconcepto. Esto significa que hay que primero enseñar al adolescente a identificarse, es decir a saber quién es, y que posee como cualidades, virtudes; y también saber cuáles son sus debilidades y defectos; una vez identificado esto es importante potenciar la valoración de todas estas cualidades y como utilizarlo planteándole ejemplos de problemas.

Un buen autoconcepto ayudara a una buena autoconfianza por ende esto ayudara al adolescente no solo a la resolución de problemas a lo largo de su vida, sino también a que decisión tomar en cuanto a su futuro, planteándose un buen proyecto de vida.

Cabe destacar también que al promover la importancia del autoconcepto, se aportaría a muchas instituciones a plantear este tema en la curricular, ya que si bien es cierto es importantes enseñar al adolescente sobre la cultura y otras áreas; también es importante potenciar su formación personal puesto que la estabilidad emocional y mental de un adolescente es la base para el deseo aprender y de estudiar.

Junto a ello es importante resaltar la importancia de la participación de los padres también ya que muchos dejan en mano de los profesores la formación de sus hijos sin darse cuenta que tanto en el colegio como en casa ellos aprenden tanto de los consejos dados como de los ejemplos que observan.

2.3. Definiciones conceptuales

- **Autoestima:** Es el valor que la persona da a sí mismo, a lo que posee como cualidades y capacidades, puede ser positiva o negativamente.
- **Autoimagen:** Es el reconocimiento de sí mismo, físicamente independientemente del termino belleza. Es una consideración subjetiva influida por la comparación social.
- **Capacidades:** Son las aptitudes, potencialidades y/o habilidades para poder mejorar uno o más aspectos de su vida, así como para afrontar situaciones que se presenten en el camino.
- **Conciencia:** Se refiere al reconocimiento que la persona hace sobre sus pensamientos, sentimientos y sus actos.
- **Empírico:** Es un resultado inmediato de la experiencia, que solo se funda en la observación de los hechos.
- **Experiencias:** Se refiere al conjunto de conocimientos que se adquieren con en la vida con diversos acontecimientos que suceden.
- **Incongruencia:** Se refiere a la incoherencia entre lo las ideas o dicho y las acciones que lleva a cabo una persona.
- **Percepción:** El término percepción hace alusión a las impresiones que puede percibir

un individuo de un objeto a través de los sentidos (vista, olfato tacto, auditivo y gusto).

Por otro lado, percepción es el conocimiento o la comprensión de una idea.

- **Personalidad:** La personalidad es el conjunto de características físicas, genéticas y sociales que reúne un individuo, y que lo hacen diferente y único respecto del resto.

- **Postulado:** Se refiere a una proposición no demostrada, pero si aceptada, ya que no existe otro principio al que pueda ser referida.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION

3.1. Tipo de la investigación

El presente estudio basa su método en la investigación descriptiva, ya que se puntualiza en las características de la población estudiada, tomando relevancia en el “que” en lugar del “por qué”.

Tamayo y Tamayo (1997), nos dice que “la investigación descriptiva trabaja sobre realidades de hechos y su característica fundamental es la de presentarnos una interpretación correcta”. (Citado por Franco, Y. 2014)

El enfoque de la investigación es cuantitativo. Según Domínguez (2007) hace referencia a la investigación cuantitativa donde nos refiere que “es aquella que utiliza predominantemente información de tipo cuantitativo directo. Recoge información empírica (de cosas o aspectos que se puedan contar, pesar o medir) objetiva y que por su naturaleza siempre arroja números como resultado” (citado por Moreno, J. y Zambrano, L. 2012). Así mismo la investigación cuantitativa utiliza herramientas informáticas, estadísticas y matemáticas para obtener los resultados.

3.2. Diseño de la investigación

La investigación es de diseño no experimental y de corte transversal ya que recolecta los datos en un solo momento y tiempo.

Así mismo es no experimental ya que no se manipula la variable independiente. Según Grajales, (2000) “Cuando el investigador se limita a observar los acontecimientos sin intervenir en los mismos entonces se desarrolla una investigación no experimental”

De acuerdo a los autores se infiere que el investigador utiliza el diseño no experimental solo utilizando la observación de forma pasiva es decir sin intervenir en la problemática y recolectando datos tal cual se da en el contexto donde se va investigar.



Figura 3. Diseño de la investigación

Dónde:

O = Observación de la muestra

G = Grupo de estudio o muestra (estudiantes de secundaria)

3.3. Población y muestra

3.3.1. Población

La población de estudio está comprendida por 131 estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, durante el periodo 2019

3.3.2. Muestra

La muestra de estudio es intencional y no probabilística, dado que está

constituida por la totalidad de la población, es decir los estudiantes de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, que cursan el 3er año de secundaria, sección A, B, C, D y E. Sin embargo, al momento de la aplicación del instrumento solo se encontraron presentes 107 estudiantes, siendo esta la muestra real.

3.3.3. Criterios de inclusión y exclusión

a) Criterios de inclusión de los participantes

- Estudiantes de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa
- Estudiantes que cursan el 3er año “A, B, C, D y E” de Secundaria
- Estudiantes de ambos sexos
- Estudiantes que asisten regularmente a clases

b) Criterios de exclusión de los participantes

- Estudiantes que no pertenezcan al nivel primario
- Estudiantes de años diferentes al 3er año de Secundaria
- Estudiantes que no asisten regularmente a clases

3.4. Identificación de la variable y su Operacionalización

La variable de estudio es el Autoconcepto, la cual se enfoca en el reconocimiento de las características personales, capacidades, habilidades, etc. y de la valoración que se le otorga; esto importante ya que es la base para el afrontamiento de problemas que se presentan a lo largo de la vida; siendo la adolescencia la etapa clave para el desarrollo de un buen autoconcepto.

En la presente investigación se analiza ciertos factores sociodemográficos que sirven para caracterizar a la muestra como: sexo, edad y sección de donde provienen cada alumno

La variable autoconcepto, presenta dimensiones de las cuales se derivan los indicadores, y de estos se deriva los ítems que se formulan para el cuestionario. A continuación, se presenta la estructura detallada en la matriz de Operacionalización.

Tabla 1. *Matriz de Operacionalización de la variable*

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Índice	Instrumento
AUTOCONCEPTO	Linch (1981), define el autoconcepto como un conjunto de reglas para procesar información que rige la conducta. Manifiesta que existen aspectos evolutivos en su desarrollo y dirige su atención a las consecuencias afectivas negativas para el niño cuando las reglas acerca de sí mismo no son válidas. La frustración, ansiedad, agresión, y apatía pueden ligarse al autoconcepto	García (2001) refiere que al autoconcepto como “la valoración subjetiva del propio individuo desde el interior”. Ha señalado que el autoconcepto está formado por las siguientes dimensiones: física, social, familiar, intelectual, personal y sensación de control	Físico	-Aceptación -Autovaloración -Autorespeto -Autoconfianza	1,7,13,19, 25, 31, 37, 43	Nunca Pocas veces No sabría decir Muchas veces Siempre	Cuestionario de autoconcepto de Garley
			Social	-Habilidades Sociales -Comunicación -Relación de Pares	2, 8, 14,20,26, 32, 38, 44		
			Familiar	-Ajuste Personal -Relación Familiar -Tiempo en Familia -Comunicación	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45		
			Intelectual	-Identidad -Desempeño -Eficiencia -Eficacia -Autoconocimiento	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40,46		
			Personal	-Valoración -Competencia personal -Autonomía	5, 11, 17, 23, 29, 35 41,47		
			Sensación de Control	-Control de Impulsos -Manejo de estrés -Perseverancia	6, 12, 18, 24, 30,36, 42,48		

3.5. Técnicas e instrumentos de evaluación

La técnica de recolección de la información que se utilizó fue la encuesta y el instrumento empleado para la recolección de datos fue el Cuestionario de autoconcepto de Garley.

A continuación, pasamos a detallar el instrumento aplicado:

FICHA TÉCNICA: Cuestionario de autoconcepto de Garley

- **Autores:** Belén García Torres (2001)
- **Adaptación peruana:** Dra. María Matalinares Calvet (2011)
- **Forma de Administración:** Individual o colectiva.
- **Ámbito de Aplicación:** Adolescentes de 13 a 16 años del 3er año de Secundaria
- **Duración:** 15 minutos
- **Descripción del cuestionario:** El instrumento mide el autoconcepto en general así mismo sus dimensiones sociales, académicas, personal, familiares, físicas y sensación de control, constituidas por 8 ítems por cada dimensión, lo que hace un total de 48 ítems.
- **Calificación:** Las respuestas se califican en escala de Likert, que van desde los valores 1 al 5, que se detallan a continuación.

Tabla 2. *Escala de Calificación del cuestionario*

1	2	3	4	5
5	4	3	2	1
Nunca	Pocas veces	No sabría decir	Muchas veces	Siempre

- **Baremo:** La Baremación sirve para efectos de interpretación de los resultados de la variable de investigación, se encuentra ordenado por rangos y contempla todos los valores desde el mínimo hasta el máximo que se puede obtener como puntaje de evaluación de las dimensiones y del cuestionario en general.

Tabla 3. *Baremo de interpretación de la variable*

NIVEL	DIMENSIONES I - VI	TOTAL
BAJO	8 - 18	48 - 113
PROMEDIO	19 - 30	114 - 179
ALTO	31 - 40	180 - 240

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. Presentación de resultados de datos generales

Tabla 4.

Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según el sexo.

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	53	50
Masculino	54	50
Total	107	100

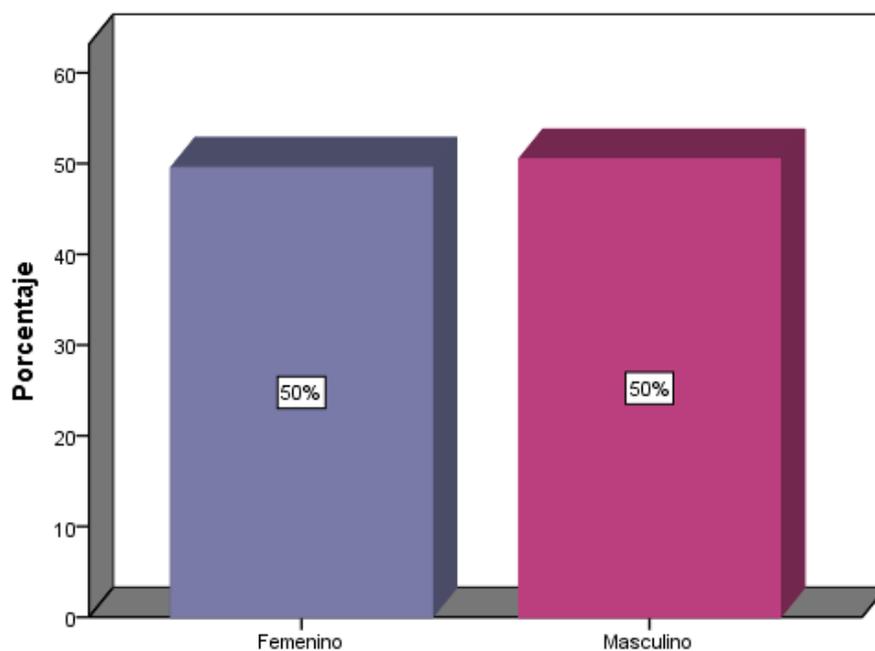


Figura 4. Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según el sexo.

Interpretación: Los resultados obtenidos en la investigación determinan que los estudiantes que participaron son el 50% de sexo femenino al igual que el otro 50% del sexo masculino.

Tabla 5.

Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la edad.

Edad	Frecuencia	Porcentaje
13 años	12	11
14 años	60	56
15 años	33	31
16 años	2	2
Total	107	100

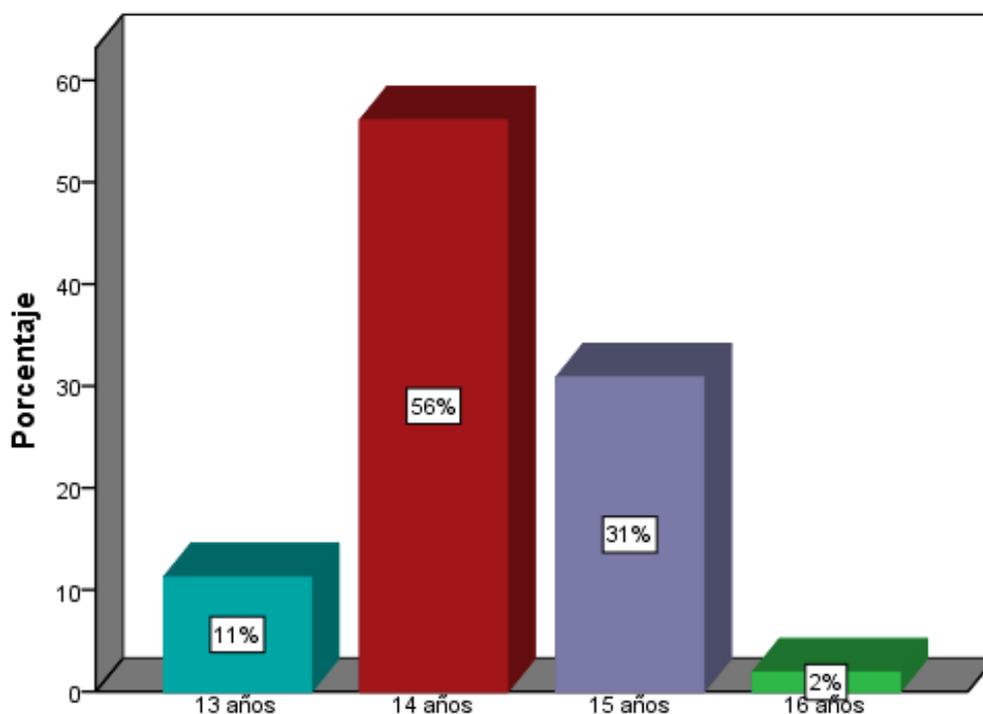


Figura 5. Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la edad

Interpretación: Los resultados obtenidos muestran que la mayor proporción de estudiantes igual al 56% tienen 14 años de edad, seguido del 31% que tienen entre 15 años, el 11% que tienen 13 años y en menor proporción igual al 2% tienen 16 años.

Tabla 6.

Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la sección.

Secciones	Frecuencia	Porcentaje
3ero A	22	21
3ero B	18	17
3ero C	24	22
3ero D	25	23
3ero E	18	17
Total	107	100

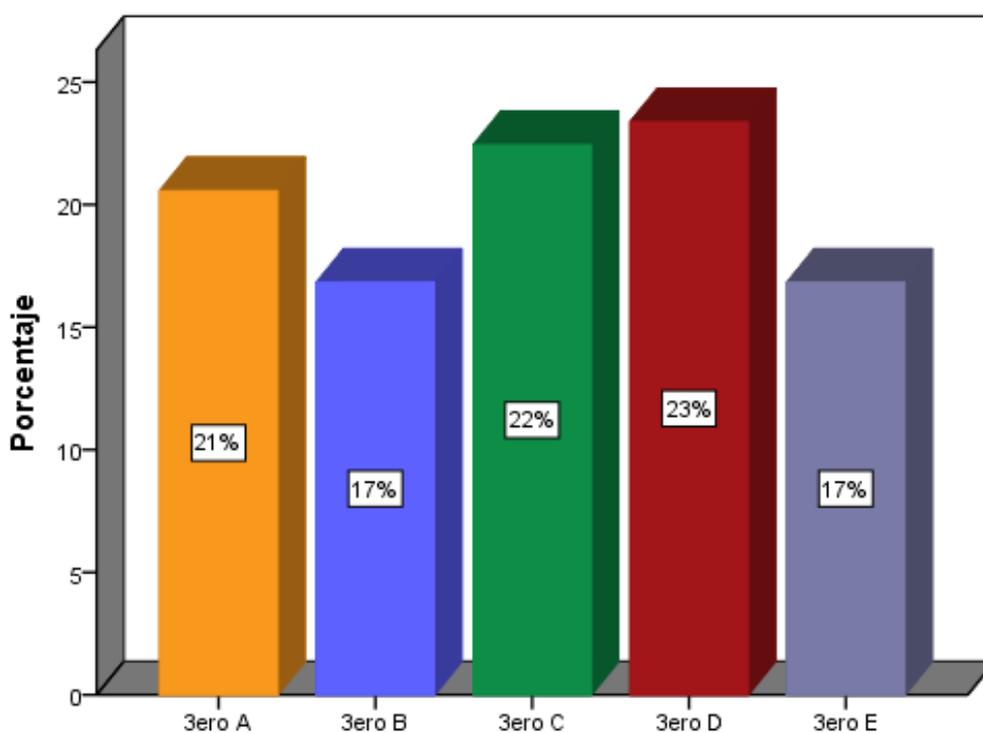


Figura 6. Datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la sección.

Interpretación: Los resultados obtenidos muestran que la mayor proporción de estudiantes igual al 23% pertenecen al 3ero D, seguido del 22% que pertenecen al 3ero C, el 21% que pertenecen al 3ero A y en menor proporción igual al 17% que pertenecen al 3ero B y E.

4.2. Presentación de resultados de datos específicos

Tabla 7.

Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundario de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	1
Promedio	63	59
Alto	43	40
Total	107	100

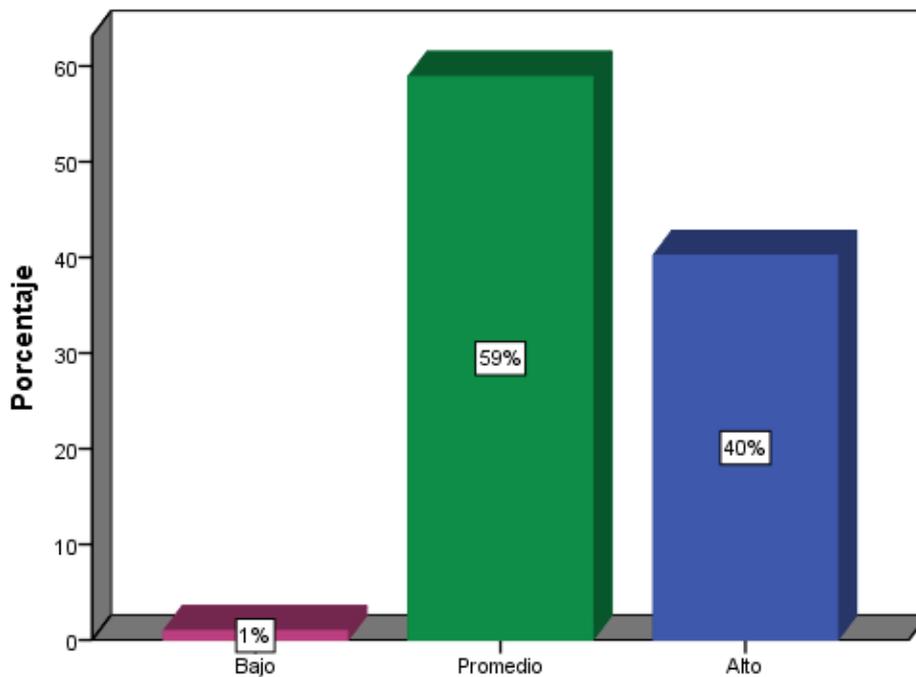


Figura 7. Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundario de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que el nivel de autoconcepto que presentan los estudiantes es de nivel promedio en un 59%, el 40% presenta un nivel alto y solo el 1 % tienen un nivel bajo.

Tabla 8.

Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión físico.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	4	4
Promedio	57	53
Alto	46	43
Total	107	100

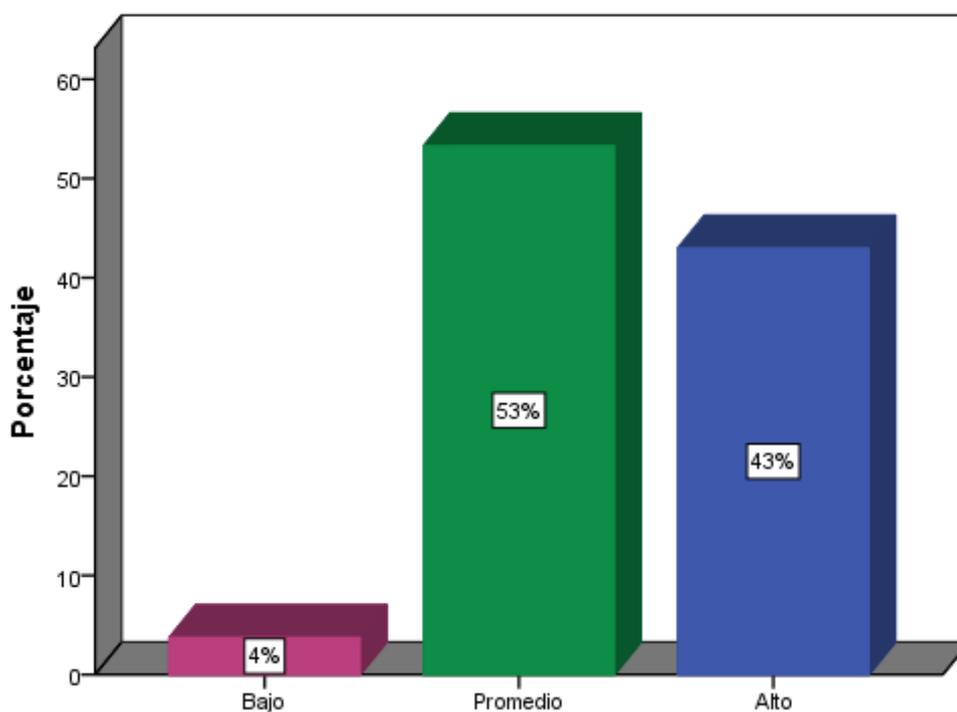


Figura 8. Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión físico.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que el autoconcepto presente en los estudiantes, en la dimensión físico es en mayor proporción igual a 53% de nivel promedio, seguido del 43% que presenta un nivel alto y solo el 4% presenta un nivel bajo.

Tabla 9.

Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión social.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	4	4
Promedio	67	63
Alto	36	34
Total	107	100

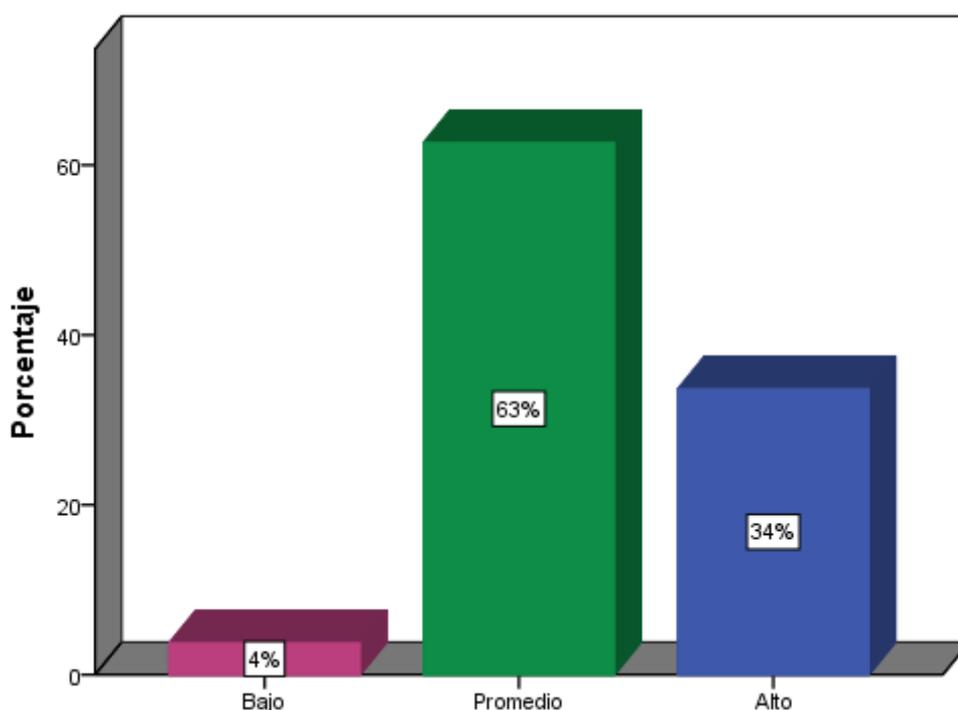


Figura 9. Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión social.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que el autoconcepto presente en los estudiantes, en la dimensión social es en mayor proporción igual a 63% de nivel promedio, el 34% presenta un nivel alto y solo el 4% presenta un nivel bajo.

Tabla 10.

Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión familiar.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	3	3
Promedio	49	46
Alto	55	51
Total	107	100

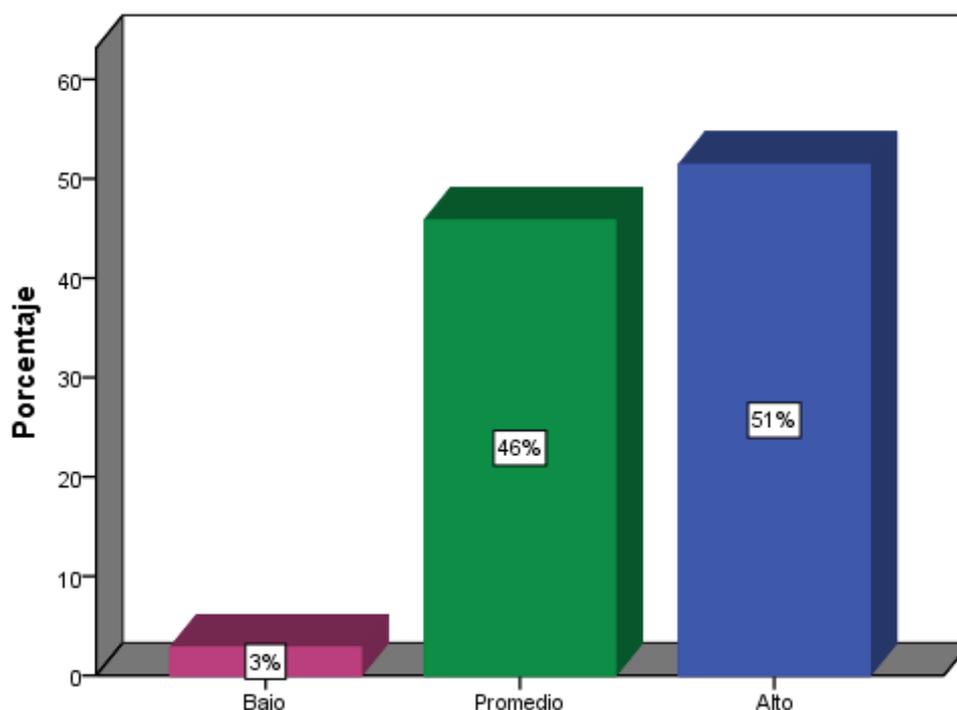


Figura 10. Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión familiar.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos que el autoconcepto presente en los estudiantes se determina, en la dimensión familiar es en mayor proporción igual a 51% de nivel alto, seguido del 46% que presenta un nivel promedio y solo el 3% presenta un nivel bajo.

Tabla 11.

Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión intelectual.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	5	5
Promedio	73	68
Alto	29	27
Total	107	100

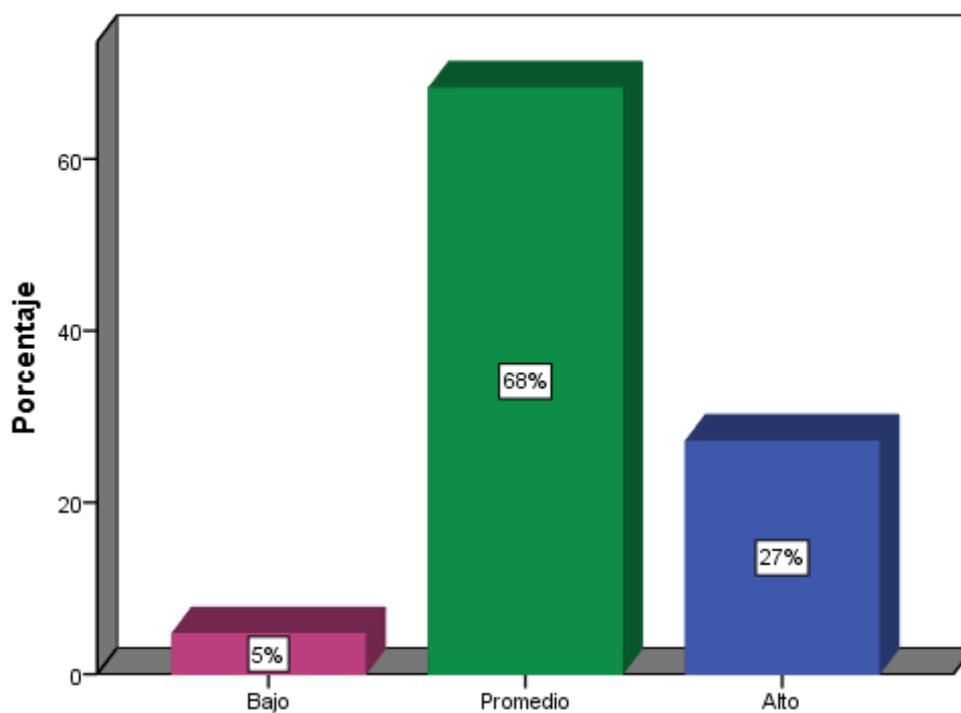


Figura 11. Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión intelectual.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que el autoconcepto presente en los estudiantes, en la dimensión intelectual es en mayor proporción igual al 68% de nivel promedio seguido por el 27% que presentan un nivel alto y solo el 5% presentan un nivel bajo.

Tabla 12.

Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión personal.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	1
Promedio	37	35
Alto	69	64
Total	107	100

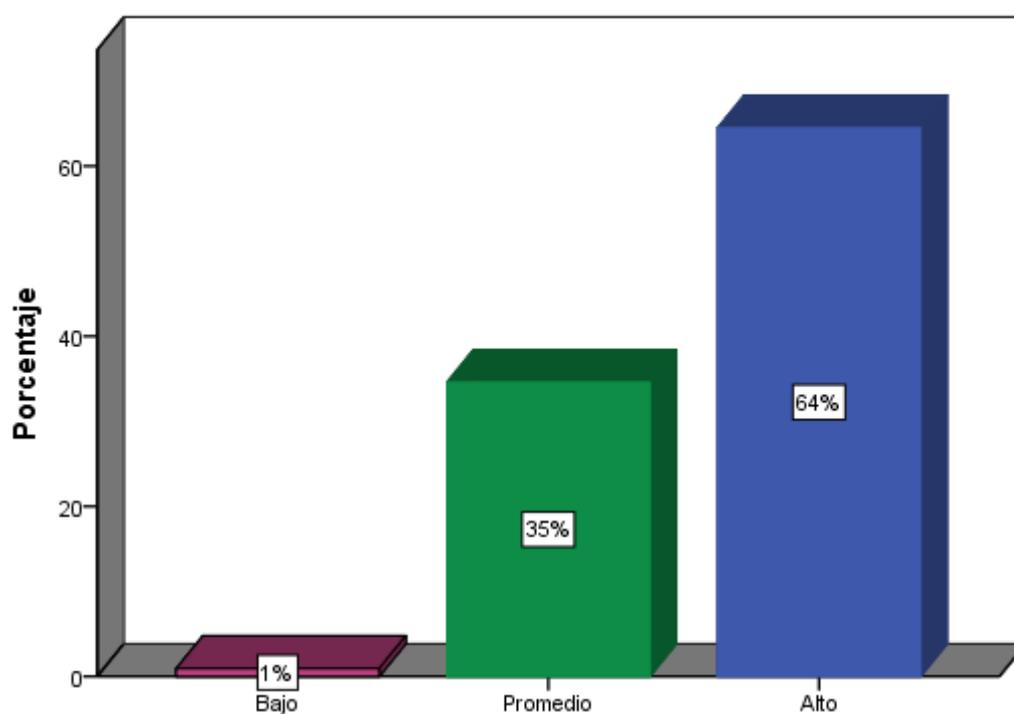


Figura 12. Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión personal.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que el autoconcepto presente en los estudiantes, en la dimensión personal es en mayor proporción de un nivel alto con el 64%, seguido por el 35% que presentan un nivel promedio y solo el 1% presenta un nivel bajo.

Tabla 13.

Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión sensación de control.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	6	6
Promedio	75	70
Alto	26	24
Total	107	100

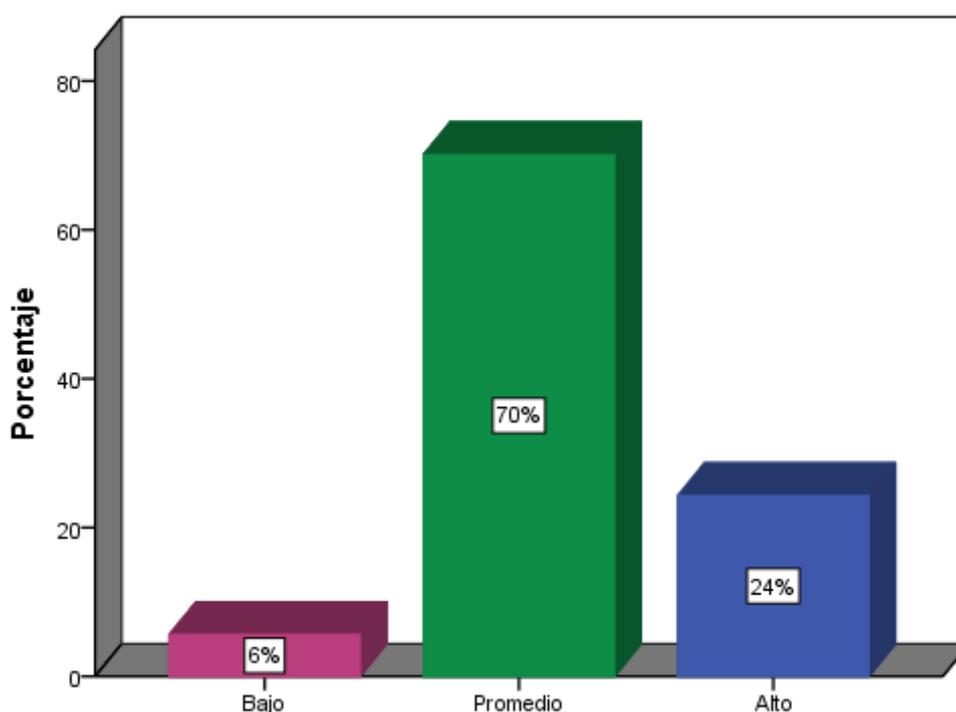


Figura 13. Nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria, según la dimensión sensación de control.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que el autoconcepto presente en los estudiantes, en la dimensión sensación de control es en mayor proporción de nivel promedio con el 70%, seguido por el 24% que presentan un nivel alto y el 6% presentan un nivel bajo.

4.3. Procesamiento de los resultados

Para el procesamiento de la información recogida, se elaboró primero una base de datos en una tabla del programa Excel, ordenado por dimensiones con sus respectivos ítems; a los cuales se le asignó el valor de la respuesta elegida.

Luego como segundo paso se realizó la sumatoria de los ítems correspondientes a cada dimensión y de la variable en general, para ubicar en el rango del baremo al que pertenece.

Y por último se seleccionó la escala del baremo correspondiente por cada dimensión y por la variable general, para traspasar dichos valores al Programa SPSS 22, donde a través de la función análisis de los estadísticos descriptivos se obtuvieron finalmente las tablas y figuras, que resumen los resultados encontrados.

En las tablas y figuras se aprecian las frecuencias y porcentajes hallados por cada nivel o escala del baremo. Permitiendo un mejor análisis y comprensión de la realidad encontrada.

4.4. Discusión de los resultados

En este apartado, se analiza los resultados encontrados en la muestra de estudio, estableciendo la coincidencia o diferencia con las teorías y determinaciones brindadas por otros autores sobre la misma temática de investigación.

Los resultados obtenidos sobre la variable de la presente investigación, determina que

el nivel de autoconcepto que presentan los estudiantes es de nivel promedio en un 59%, y el 40% presenta un nivel alto, afianzando el índice positivo al respecto. Este resultado coincide parcialmente con lo establecido por Grimaldo (2018) que estudio los niveles de autoconcepto de los estudiantes de quinto grado de primaria del colegio 6041 “Alfonso Ugarte” de Pamplona Alta, Lima, Perú, concluyendo que nivel de autoconcepto en los estudiantes investigados es del 63% de nivel medio. En dicho sentido, se halla relación directa en ambas investigaciones, solo en el nivel general de los estudiantes en torno al autoconcepto que presentan, deduciéndose que en algunos casos requieren mayor reforzamiento para identificar y valorar en un nivel más alto su autoconcepto.

Por otro lado, se encontró resultados contrarios en relación al autoconcepto promedio percibido en este estudio, tal es el caso de Padilla (2015) que estudio el nivel de Autoconcepto de adolescentes de 13 a 15 años de educación general básica del Centro Educativo Juan Peñafiel, Ecuador, concluyendo que el 88,33 % de estudiantes posee un nivel bajo de autoconcepto. De esta oposición de resultados se asume que en la institución educativa estudiada se maneja un poco mejor el nivel de autoconcepto debido a una mayor tendencia a la valoración positiva de la percepción de sí mismo, mientras que en el otro caso existe una gran falta de valoración de acuerdo a la percepción de sí mismo de los estudiantes.

De acuerdo a los resultados obtenidos que el autoconcepto presente en los estudiantes se determina, en la dimensión familiar es en mayor proporción igual a 51% de nivel alto, este resultado coincidente a López (2015) que estudio el “Autoconcepto y Fracaso escolar en adolescentes (Estudio Realizado En El Instituto Nacional Experimental Gabriel Arriola Porres” E Instituto Nacional De Educación Básica De La Colonia Molina De

Quetzaltenango)", donde concluyó que en el autoconcepto familiar en el 96% posee un nivel alto. En este sentido se encuentra una relación directa debido a que las relaciones familiares son positivas, así como la comunicación y la adaptación familiar.

Así mismo, en la dimensión social de acuerdo a los resultados obtenidos se determinó que el autoconcepto presente en los estudiantes, es en mayor proporción igual a 63% de nivel promedio, este resultado difiere con el estudio realizado por Padilla (2015) que estudio el nivel de Autoconcepto de adolescentes de 13 a 15 años de educación general básica del Centro Educativo Juan Peñafiel, Ecuador, donde determina que la dimensión social de los estudiantes equivalente al 88,33% presenta un autoconcepto bajo. De esta oposición de resultados se asume que en la institución educativa estudiada se maneja mejor el nivel de autoconcepto social debido a una mayor tendencia a la valoración positiva sobre las habilidades blandas, esto importante para la capacidad de hacer nuevas amistades, mientras que en el otro caso existe una gran falta de valoración de acuerdo a la percepción de sus habilidades blandas de los estudiantes.

En general, habiendo establecido coincidencia en investigaciones de otros autores, se fortalece la necesidad de mantener fortalecido y en algunos casos mejorar el nivel de autoconcepto ya que esto será de gran ayuda para su vida futura.

4.5. Conclusiones

De acuerdo a los resultados obtenidos en la presente investigación, se establece las siguientes conclusiones:

- El autoconcepto que presentan los estudiantes del 3er año de secundario de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, responde a un nivel promedio en un 59% y en un 40% responde a un nivel alto, determinándose en líneas generales mayormente una tendencia a la valoración que tienen de sí mismos.
- Los estudiantes presentan en la dimensión físico, un nivel promedio igual al 53%, y el 43% presentan un nivel alto; indicando tendencia a la aceptación y satisfacción del propio aspecto o apariencia.
- Se determina que los estudiantes en la dimensión social, presentan un nivel promedio igual al 63% y el 34% presenta un nivel alto, destacando usualmente valoración sobre la percepción de habilidades blandas para hacer amistades nuevas.
- Los estudiantes presentan en la dimensión familiar, un nivel alto igual al 51%, seguido del 46% que presenta un nivel promedio; determinándose que poseen una gran satisfacción de la percepción de la situación que en la que se encuentra su hogar.
- Se determina que los estudiantes presentan en la dimensión intelectual, un nivel promedio en un 68% y en un 27% presentan nivel alto, demostrando que presentan mayormente valoración sobre sus capacidades intelectuales y su rendimiento académico.
- Los estudiantes presentan en la dimensión personal, un nivel alto en un 64% y el 35% presenta nivel promedio; evidenciándose que presentan un elevado grado de satisfacción y valoración consigo mismo como ser humano.

- Los estudiantes presentan en la dimensión sensación de control, un nivel promedio en un 70% y el 24% presenta nivel alto; evidenciándose tendencia hacia la valoración del dominio de su entorno, de los objetos, de las personas y del propio pensamiento

4.6. Recomendaciones

- La dirección de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, debe ejecutar un plan de intervención social para fortalecer el nivel de autoconcepto que presentan los estudiantes.
- Los estudiantes de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, deben trabajar para fortalecer el buen grado de aceptación y satisfacción del aspecto o apariencia que poseen, para gozar de un buen autoconcepto y por consiguiente una buena aceptación de sí mismo en el aspecto físico.
- Los estudiantes de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, deben continuar trabajando en aumentar en nivel de grado de valoración de percepción de sus habilidades para hacer y mantener amistades, favorable para cada etapa y ámbito de su vida.
- La dirección de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, debe inculcar en la Escuela de Padres estrategias para con el trabajo y mantener el buen grado de satisfacción que los estudiantes sienten en su entorno familiar, para continuar con la armonía y estabilidad en el hogar.
- Los docentes de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, deben realizar un seguimiento continuo a los estudiantes y seguir trabajando en la mejora del aumento de

valoración de la percepción de sus capacidades intelectuales y rendimiento académico, esto favorable para mantener un buen desempeño escolar.

- Los estudiantes de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, deben seguir trabajando para mantener el buen grado de satisfacción y valoración consigo mismo como ser humano así mismo seguir aprendiendo como reconocer sus emociones y como ello puede favorecer en la resolución de conflictos propios de la vida cotidiana.
- Los estudiantes de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, con orientación de sus tutores deben establecer estrategias para el mejoramiento y aumento del nivel de valoración del grado de control de la realidad, de los objetos, de las personas y del propio pensamiento, esto favorable para el control de sus emociones ante alguna situación futura que se le presente.

CAPÍTULO V

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN “MEJORANDO MI AUTOCONCEPTO”

INTRODUCCIÓN

Según los resultados encontrados en los anteriores capítulos, se vio por conveniente realizar un programa de intervención, ya que esto será de gran importancia para aumentar el porcentaje de estudiantes con un buen nivel de autoconcepto, que como podemos observar en el los resultados concierne a casi la mitad del total del aula de 3er año de secundaria.

En el programa se tocará en primera instancia todo lo que engloba el autoconcepto, es decir cuál es su importancia, y qué dimensiones se encuentran dentro. Así mismo por orden de resultados, se programará las sesiones.

En primer lugar veremos la dimensión sensación de control, donde con las técnicas del ABC de Ellis y el semáforo, no solo aprenderán a reconocer sus emociones sino se le brindara una herramienta para el control de ellas, que podrán aplicar en diferentes situaciones que la vida les presentará. Así mismo luego veremos la dimensión intelectual donde con las técnicas de psicodrama y el modelado los estudiantes aprenderán a valorar sus esfuerzos académicos, y así podrán tener tolerancia a la frustración y seguir perseverando para el logro de sus metas futuras. Luego trabajaremos en la dimensión social, aquí los estudiantes aprenderán con las técnicas del psicodrama y autoinstrucciones, ha poder ponerse en el lugar de los demás y a comunicarse asertivamente; así podrán hacer lazos de amistad más fuertes y duradero, y con el

tiempo aprender a relacionarse interpersonalmente. De igual modo se trabajará en la dimensión físico con técnicas de afirmaciones positivas y el autoregistro, esto ayudando al autocuidado físico y también a la valoración de su imagen corporal

Cabe resaltar que los estudiantes se encuentran en un buen nivel en las dimensiones de familia y personal, sin embargo es importantes trabajar para mantener ese nivel que poseen, es así que acá se trabajará una sola sesión de reforzamiento con las técnicas de resolución de problemas y afirmaciones positivas respectivamente.

Con estas diversas técnicas que se darán a conocer a los estudiantes, se busca trabajar en cada dimensión que implica el autoconcepto, recalcando la búsqueda de elevar el nivel que poseen, tomando en cuenta la gran importancia de esta variable en la vida de los estudiantes, ya que están a puertas de salir de la secundaria y enrumbarse en nuevos retos que implica los siguientes pasos de las etapas de la vida que están por experimentar; y que es de suma importancia que sepan cómo afrontar las situaciones, cómo controlar sus emociones para ello, y cómo estar en armonía en los diferentes aspectos de su vida.

5.1. Descripción del problema

En la investigación sobre el autoconcepto, refleja que el 59% de estudiantes posee un nivel promedio. En cuanto a la dimensión sensación de control el 70% se ubica en un nivel promedio denotando tendencia hacia la valoración del dominio de su entorno, de los objetos, de las personas y del propio pensamiento; así mismo en la dimensión intelectual el 68% se ubica en un nivel promedio refiriendo que presentan mayormente valoración sobre la percepción sobre sus capacidades intelectuales y su rendimiento académico; del mismo modo en la dimensión

social el 63% se ubica en un nivel promedio destacando usualmente valoración sobre la percepción de habilidades blandas para hacer amistades nuevas; y al igual que en la dimensión físico el 53% se ubica en un nivel promedio indicando tendencia a la aceptación y satisfacción del propio aspecto o apariencia. Por otro lado en la dimensión familiar el 51% se ubica en un nivel alto determinándose que poseen gran satisfacción de la percepción de la situación que en la que se encuentra su hogar; de igual forma que en la dimensión personal donde el 64% se ubica en un nivel alto evidenciándose que presentan un elevado grado de satisfacción y valoración consigo mismo como ser humano. Es por ello que se empezará abordando el área con mayor problema a menor problema.

5.2.Objetivos

5.2.1. Objetivo general

Promover el autoconcepto en los alumnos del 3er año de nivel secundario a través de un programa de intervención para mejorar la valoración sobre la imagen que tienen de sí mismo.

5.2.2. Objetivos específicos

- Potenciar en la dimensión sensación de control de los estudiantes a través de la técnica del ABC de Albert Ellis y el semáforo.
- Reforzar en la dimensión intelectual de los estudiantes mediante las técnicas de las del psicodrama y modelado.
- Mejorar la dimensión social de los estudiantes con las técnicas de psicodrama y autoinstrucciones.

- Fortalecer en la dimensión físico de los estudiantes mediante las técnicas de afirmación positiva y el autorregistro.
- Optimizar el buen nivel en la dimensión familiar de los estudiantes con la técnica de resolución de problemas de D´Zurilla y Goldfried.
- Preservar el nivel en la dimensión personal de los estudiantes a través de la técnica de afirmaciones positivas.

5.3. Justificación

El programa de intervención es de suma importancia ya que con las diversas técnicas propias de la psicología se logrará aumentar el nivel de autoconcepto que presentan los estudiantes en diferentes ámbitos de su vida.

Este programa beneficiará principalmente a los estudiantes ya que se aportara en el conocimiento y valoración de aspectos y características de su personalidad contribuyendo ello en poder afrontar póstumamente situaciones difíciles que la vida les presentará; así mismo ayudara a los profesores y a la institución, a que los estudiantes sean más comprometidos con su labor académica sintiéndose más estables emocionalmente; y también a los padres ya que al tener a sus hijos encaminados hacia una buena personalidad será de gran aporte para la armonía familiar.

5.4. Alcance

El programa de intervención está dirigido a los 107 estudiantes del tercer año de nivel secundario, secciones “A”, “B”, “C”, “D” y “E” de la Institución Educativa N°1168 Héroes

del Cenepa, ubicado en cercado de Lima.

5.5. Metodología

Se utilizará un enfoque holístico para el desarrollo del programa de intervención ya que dicho enfoque posee una visión integral del ser humano, lo considera un sistema que se encuentra relacionado con su medio social y natural. Por lo tanto este enfoque integrará los principales aportes de las distintas corrientes psicológicas con el fin de lograr los objetivos trazados para el beneficio de los estudiantes de tercer año de secundaria.

El programa se dividirá en 11 sesiones con una frecuencia de una vez por semana, se dará las sesiones por sección en la hora de tutoría, dichas sesiones serán con un tiempo de 60 min.

5.6. Recursos

5.6.1. Humanos

- Responsable del programa: Elizabeth Aida Mendoza Vargas
- Profesores tutores
- Director de la Institución Educativa: Jorge Luis Díaz Velázquez

5.6.2. Materiales

- Proyector multimedia
- Laptop
- Ovillo de lana

- Hojas de colores
- Pelota
- Plumones gruesos
- Plumones delgados
- Cartulina blanca y de colores
- Globos
- Espejos chicos
- Hojas A4
- Papelotes

5.6.3. Financieros

CANTIDAD	MATERIALES	COSTO S/.
2 paquetes	Hojas Bond	S/28.00
12 unidades	Hojas de colores	S/2.40
01 unidad	Pelota	S/10.00
01 unidad	Ovillo de lana	S/2.00
02 unidades	Plumones gruesos (negros)	S/8.00
2 paquetes	Plumos delgados de colores	S/8.00
01 unidad	Cartulina blanca	S/0.50
03 unidades	Cartulinas (rojo, amarillo, verde)	S/1.50
2 paquetes	Globos	S/25.00
30 unidades	Espejos chicos	S/30.00
15 unidades	Papelote	S/7.50
30 unidades	Lápices	S/20.00
TOTAL DE PRESUPUESTO		S/142.90

Este presupuesto será financiado por ambas partes tanto por la Institución Educativa como por la autora del Programa

5.7. Cronograma de actividades

Las sesiones tendrán por inicio el día 2 de Setiembre y por culminado el 15 de Noviembre cabe resaltar que las sesiones se harán en cada sección “A”, “B”, “C”, “D” y “E”, por ser una gran cantidad de alumnado.

Actividades	Setiembre				Octubre				Noviembre		
	Sem1	Sem2	Sem3	Sem4	Sem1	Sem2	Sem3	Sem4	Sem1	Sem2	Sem3
Aprendo a conocerme	X										
Reconociendo las emociones		X									
Controlando mis emociones			X								
¡Si quiero, lo puedo lograr!				X							
¡Nada me detendrá!					X						
“Aprendo a comunicarme asertivamente”						X					
“Soy empático”							X				
“Valoro mi imagen corporal”								X			
¡Cuido mi cuerpo!									X		
“Comunicación en familia”										X	
¡Me amo, me aman!											X

5.8. Desarrollo de sesiones

“MEJORANDO MI AUTOCONCEPTO”

Sesión 1: “Aprendo a Conocerme”

Objetivo: Dar a conocer sobre el autoconcepto y su importancia a través de la actividad grupal: ¿Cómo soy?, ¿Cómo me ven?

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepcionar a los participantes y dar la bienvenida	Mencionar a groso modo lo que se desarrollará en el programa de intervención.	La facilitadora se presentará, y dará a conocer el objetivo principal del programa y de la 1era sesión, así como pedirá el total compromiso a los estudiantes para el desarrollo de todas las sesiones.	5 min.	
Dinámica “La telaraña”	Soltar tensiones y conocer un poco a los estudiantes.	Se formará un círculo y empezará la facilitadora: <ul style="list-style-type: none"> • Con un ovillo de lana en la mano dirá su nombre y un hobby, y lo lanzará a un alumno al azar. • El alumno que le toco hará lo mismo dirá su nombre y hobby y lo lanzará a otro compañero, formando una especie de telaraña sucesivamente. • Al final el último alumno regresará a su compañero que le lanzó pero diciendo el nombre y hobby de este compañero así sucesivamente hasta llegar a la facilitadora. 	10 min.	Ovillo de lana
Explicación sobre el tema: “El autoconcepto”	Dar información sobre que es el autoconcepto, y como se forma.	A través de dibujos se irá construyendo un mapa conceptual: con el concepto del autoconcepto, sus componentes, para que es importante y cómo se forma.	10 min.	Hojas de colores

<p>Actividad Grupal “¿Cómo soy?, ¿Cómo me ven?”</p>	<p>Identificar los aspectos según la visión del alumno y según la visión de los demás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se les entregará una tarjeta en la cual una cara llevará por nombre ¿Cómo soy? y en la otra cara ¿Cómo me ven? (Anexo 1). • Primero el alumno colocará su nombre en ambas caras, pero solo en la cara ¿Cómo SOY? escribirá 3 características propias. • Luego se recogerá las tarjetas y se repartirá al azar, pero colocado por la cara ¿Cómo ME VE? entonces el alumno colocará 3 características de su compañero que le toco al azar. • Finalmente se recogerá las tarjetas y los que deseen levantarán la mano y leerán sus tarjetas. 	<p>25 min.</p>	<p>Hojas</p>
<p>Actividad de cierre “Feedback”</p>	<p>Repasar lo aprendido.</p>	<p>Se realizará las siguientes preguntas a los alumnos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué les pareció la sesión?, ¿Qué es autoconcepto?, ¿Cómo se puede mejorar para tener buen autoconcepto? <p>Los alumnos que deseen responder levantarán la mano.</p>	<p>10 min.</p>	

Sesión 2: “Reconociendo las Emociones”

Objetivo: Reconocer las emociones y su importancia mediante la técnica de “ABC de Ellis”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Dar la bienvenida	Dar la bienvenida a la sesión y lo que se llevará a cabo.	La facilitadora dará a conocer cuál es el objetivo de la sesión, así mismo cuales son las reglas y pautas que deben seguir.	2 min.	
Dinámica “La pelota preguntona”	Descubrir las emociones que poseen los estudiantes al inicio de la sesión.	Se hará un círculo y la facilitadora dirá que emoción siente en el momento y el por qué, seguidamente dará la pelota al alumno de la mano derecha e igualmente dirá cómo se siente en ese momento y porqué; así sucesivamente hasta que la pelota llegue de nuevo a la facilitadora.	10 min.	1 Pelota
Explicación sobre el tema: “Las Emociones”	Reconocer las emociones y su importancia.	Se le proyectará el siguiente video sobre la película “Intensamente”: https://www.youtube.com/watch?v=4_6Cp043qQg Posterior a ello se describirá: <ul style="list-style-type: none"> • Qué son las emociones. • Cuáles son las principales emociones. • Para qué sirven. 	18 min.	Proyector multimedia
Técnica “ABC de las emociones”	Identificar las emociones.	En una hoja se le mostrará 3 cuadros (Anexo 2): En el cuadro A: Colocarán una situación que planteará la facilitadora. En el cuadro B: Colocarán el pensamiento que les produce lo sucedido. En el cuadro C: Colocarán la emoción que le produjo la situación.	20 min.	Hojas Papelotes Plumón

		-Posteriormente se analizará, la interpretación y emoción que le produjo la situación con participación de todos los adolescentes.		
Actividad de cierre “Ideas claves”	Sintetizar los aspectos centrales del tema.	Se realizará la siguiente pregunta: ¿Por qué son importante reconocer las emociones? Los alumnos deberán ordenadamente dar una idea sobre la importancia de reconocer las emociones.	10 min	

Sesión 3: “Controlando mis emociones”

Objetivo: Enseñar a controlar las emociones mediante la técnica “El semáforo”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Ordenar a los participantes y dar la bienvenida	Dar la bienvenida a la sesión y describir lo que se llevará a cabo.	La facilitadora dará a conocer cuál es el objetivo de la sesión, así mismo se hará una breve retroalimentación sobre la sesión anterior.	5 min.	
Dinámica “Refranes”	Soltar tensiones en los estudiantes.	<ul style="list-style-type: none"> • Se realizará refranes divididos en 2 partes (Anexo 3). • Se hará grupo de 2 uno tendrá la primera parte un refrán y el otro la segunda parte. • Se hará un círculo, con las parejas juntas y en el orden del refrán. • A continuación, el que tiene la primera parte del refrán lo mencionará y agregará la frase POR DELANTE y el otro alumno continuará el refrán agregando la frase POR DETRÁS. 	10 min	
Explicación sobre el tema: “Control de Emociones”	Aprender sobre el control de las emociones.	<p>A modo de exposición se dará a conocer sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La ira. • Las técnicas de control de emociones. 	15 min.	Proyector multimedia
Técnica “El semáforo”	Aprender a controlar las emociones y la resolución de problemas.	<p>Se les planteará la siguiente situación: “NOS DEJARON UN TRABAJO GRUPAL Y LLEGANDO A CLASE, UNO DEL GRUPO OLVIDÓ HACER LA PARTE QUE LE TOCABA”</p> <ul style="list-style-type: none"> • A continuación, se les presentará el dibujo de un semáforo al frente y se les repartirá 3 tarjetas (roja, amarilla y verde) (Anexo 4). 	20 min.	Hojas

		<ul style="list-style-type: none"> • Iniciarán imaginándose en la situación y en la TARJETA ROJA pondrán que emociones les produce esta situación y que señales o sensaciones aparecen. • Luego en la TARJETA AMARILLA se pasará a la luz ámbar del semáforo, donde pondrán como pueden hacer para apaciguar las emociones mencionadas anteriormente y que harían en esa situación. • Finalmente, en la TARJETA VERDE se les explicará que escojan la mejor opción para solucionar el problema. 		
Actividad de cierre "Resumen"	Hacer una conclusión final sobre el tema.	<p>Se formará 2 grupos, se les entregará un papelote y plumones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • El primer grupo escribirá ideas sobre la ira • Y el segundo grupo escribirá ideas sobre cómo controlar las emociones. <p>Al finalizar cada grupo escogerá un representante quien leerá y dará breve resumen del título que les toco.</p>	10 min.	Papelotes y plumones

Sesión 4: “¡Si quiero, lo puedo lograr!”

Objetivo: Inculcar la tolerancia con la técnica de “Psicodrama”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Dar la bienvenida a los estudiantes.	Dar la bienvenida a la sesión y explicar lo que se llevará a cabo.	Dar a conocer cuál es el objetivo de la sesión.	2 min.	
Dinámica “Los inquilinos”	Poner bajo presión a los estudiantes para iniciar con el control de emociones.	-Se formará grupos de a 3, donde 2 se agarrarán de la mano (serán las paredes) y el otro se pondrá en medio de los 2. -Siguiendo las consignas, se cambian de grupo las paredes y el inquilino según el facilitador diga: Pared derecha / Pared izquierda / Inquilino -Cuando se dice la palabra terremoto, todas las partes se cambian de grupo.	13 min	
Explicación sobre el tema: “La tolerancia”	Dar a conocer sobre la tolerancia.	Se dará a conocer sobre: <ul style="list-style-type: none"> • La tolerancia • La importancia de tolerar. • Cómo afrontar la frustración 	15 min.	Proyector multimedia
Técnica “Psicodrama”	Mejorar la tolerancia a la frustración.	Se dividirá en 2 grupos y se planteara la siguiente situación. “Mi profesora me informó que estoy por reprobar su curso de Matemáticas” El grupo 1: Va escenificar una reacción desesperada, es decir una reacción frustrante. El grupo 2: Observará y hará una escenificación opuesta, es decir como calmarse y buscar una solución.	20 min.	Hojas

<p>Actividad de cierre “Preguntas grupales”</p>	<p>Profundizar el tema aprendido.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se formarán 2 grupos. Entre sus miembros, elaborarán 2 preguntas complejas acerca de los contenidos aprendidos. • La facilitadora recogerá las preguntas y las entregará al otro grupo. Para ser resueltas por los miembros. • El vocero de cada grupo leerá las preguntas recibidas y las respuestas. 	<p>10 min.</p>	<p>Hojas</p>
---	---------------------------------------	--	----------------	--------------

Sesión 5: “¡Nada me detendrá!”

Objetivo: Incentivar la perseverancia para el logro de sus metas en la vida, mediante la técnica de “Modelado”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Ordenar a los estudiantes para iniciar la sesión.	Dar la bienvenida a la sesión y mencionar el principal objetivo de la sesión.	Dar a conocer cuál es el objetivo de la sesión, así mismo se dará brevemente un repaso de la sesión anterior.	2 min.	
Dinámica “Los cubiertos”	Soltar tensión en los estudiantes.	La facilitadora dirá que cuando mencione la palabra “ cuchillos ” todos se pararán, cuando diga “ cucharas ” todos se sientan y cuando diga la palabra “ cubiertos ” todos se cambian de lugar. El que se equivoque se ira parando al frente. Ganará quien quede hasta el final.	8 min.	
Explicación sobre el tema: “La Perseverancia”	Conocer más sobre la perseverancia y su importancia para el logro de metas.	Se dará a conocer sobre: <ul style="list-style-type: none"> • Qué es la perseverancia • Características de una persona perseverante. • Beneficios de ser perseverante. 	15 min.	Proyector Multimedia
Técnica de modelado	Aprender sobre como perseverar para alcanzar las metas, a través de la imitación de un modelo.	Se proyectará el siguiente video reflexivo sobre la película “En busca de la felicidad”: https://www.youtube.com/watch?v=rQ3Dmx0QkJA Posteriormente se procederá a responder las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué pasaba en la vida cotidiana del Señor? • ¿Qué tenía que pasar para que puedan contratarlo y qué hizo? • ¿Qué paso al final? 	20 min.	Proyector Multimedia y hojas

		Finalmente cada alumno escribirá en una hoja que ejemplo aprendió a través del video, y cuáles son sus metas futuras.		
Actividad de cierre "Resumen"	Realizar una conclusión sobre el tema.	Se formará 3 grupos y se les dará un papelote, los integrantes realizarán un mapa conceptual sobre el tema. Luego de cada grupo saldrá un representante a presentar el trabajo realizado.	10 min.	Papelotes y plumones

Sesión 6: “Aprendo a comunicarme asertivamente”

Objetivo: Instruir para tener una comunicación asertiva en el aula con la técnica de “Psicodrama”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepcionar a los estudiantes y dar la bienvenida	Dar la bienvenida a la sesión.	Saludar y dar a conocer cuál es el objetivo de la sesión.	2 min.	
Dinámica “Fila de cumpleaños”	Difundir la comunicación y cooperación mutua.	Se les pedirá a los alumnos que se pongan en una fila por orden de mes de cumpleaños.	8 min.	
Explicación sobre el tema: “La comunicación asertiva”	Inculcar sobre cómo ser asertivo.	<ul style="list-style-type: none"> • Se dará a conocer en primera instancia sobre los tipos de comunicación. • Se conceptualizará que es la asertividad. • También se dará a conocer la importancia de la comunicación asertiva. • Por último las claves para ser más asertivo. 	10 min.	Proyector multimedia
Técnica de Psicodrama	Reconocer la comunicación asertiva.	<ul style="list-style-type: none"> • Se formará 3 grupos, a los cuales se les designará una situación, uno tendrá la comunicación pasiva, otro la agresiva y el otro grupo la asertiva, no sabrán qué tipo de comunicación tienen (Anexo 5). • Luego escenificarán la situación planteada. Y se analizará cada una de ellas para que identifiquen cuál es la escenificación sobre la comunicación asertiva, y se analizará la importancia de dicha comunicación. 	30 min.	Hojas

Sesión 7: “Soy empático”

Objetivo: Enseñar sobre la empatía a los estudiantes a través de la técnica de “Autoinstrucciones”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Dar la bienvenida a los estudiantes	Dar la bienvenida a la sesión y describir el objetivo.	Dar a conocer cuál es el objetivo de la sesión y preguntar qué tema se tocó en la sesión anterior.	5 min.	
Dinámica “Me gustas”	Identificar una virtud del compañero en el salón de clases.	Los alumnos se deberán sentarse en un círculo y seguido a esto, deberán decir qué cosa les gusta de la persona que está a su derecha, mirándola a los ojos.	10 min.	
Explicación sobre el tema: “La empatía”	Dar información sobre la empatía.	Se expondrá sobre: <ul style="list-style-type: none"> • Qué es la empatía • Las cualidades de la Empatía • Como cultivar la Empatía 	15 min.	Proyector multimedia
Técnica “Auto-instrucciones”	Aprender a ser empático.	La facilitadora pasará a los alumnos una hoja con las siguientes instrucciones, para cuando hay un problema con un compañero. <ol style="list-style-type: none"> 1. Escucho a la persona. 2. Me pongo por un momento en su lugar. 3. Respiro profundamente, me relajo. 4. Doy mi opinión. 5. Propongo una solución. Finalmente leído todos en voz alta estas instrucciones, se les dará una hoja donde deberán poner sus instrucciones propias, cuando vean a una persona en dificultades, por ejemplo.	20 min.	Proyector multimedia

<p>Actividad de cierre “Completando frases”</p>	<p>Reconocer lo aprendido en la sesión.</p>	<p>Se le entregará al estudiante una hoja con 6 frases (Anexo 6) para que completen sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qué aprendió • Qué sabía • Qué le sorprendió • Qué no le gusto • Qué le gusto • Qué lo molesto 	<p>10 min.</p>	<p>Hojas</p>
---	---	--	----------------	--------------

Sesión 8: “Valoro mi imagen corporal”

Objetivo: Aprender a valorar la imagen corporal con la técnica “Afirmaciones Positiva”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Ordenar a los estudiantes para inicio de la sesión	Dar la bienvenida a la sesión y lo que se llevará a cabo.	Saludar y dar a conocer cuál es el objetivo de la sesión.	2 min.	
Dinámica “Charada”	Fomentar el trabajo en equipo.	Se formará 3 grupos del cual elegirán a uno que hará las mímicas y los demás adivinarán a que película se refiere (Anexo 7). Tendrán 3 películas para adivinar cada grupo.	8 min.	Tarjetas de cartulina
Explicación sobre el tema: “La imagen corporal”	Dar a conocer sobre la imagen corporal.	Se explicará los siguiente puntos: <ul style="list-style-type: none"> • Qué es imagen corporal • La valoración de la imagen corporal. • Indicaciones para tener una imagen corporal positiva. 	15 min.	Proyector multimedia
Técnica “Afirmaciones positiva”	Valorar la imagen personal que posee el alumno.	<ul style="list-style-type: none"> • Se repartirá hojas donde cada alumno meditará y escribirá 10 afirmaciones positivas sobre su imagen corporal, es decir cuando sientan desánimo por su imagen o alguien los ofendan, se les aconsejará que recuerden estas afirmaciones. • Al finalizar se dará paso a leer las hojas de los estudiantes. 	25 min.	Hojas
Actividad de cierre “Preguntas”	Realizar un repaso sobre el tema.	Se realizará las siguientes preguntas a los estudiantes: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué les pareció la sesión? • ¿Qué es la imagen corporal? • ¿Cómo podemos valorarnos? Los estudiantes que deseen responder levantarán la mano.	10 min.	

Sesión 9: “Cuido mi Cuerpo”

Objetivo: Impartir el buen autocuidado en los estudiantes con la técnica de “Autoregistro”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Dar la bienvenida a los estudiantes a la sesión.	Dar la bienvenida a la sesión y explicar el motivo de la sesión.	Dar a conocer cuál es el motivo de la sesión y se preguntará lo aprendido en la sesión anterior.	2 min.	
Dinámica “Globazos”	Soltar tensiones en los estudiantes.	-Se dividirá en 3 equipos. -Se formarán cada equipo por estaturas del más bajo al más alto. -Cada participante debe amarrarse al pie un globo. -Después se irán enfrentando desde los más bajos hasta los más altos de 3 en 3 donde ganará quien reviente más globos de sus otros 2 compañeros. -Ganará el equipo que obtenga mayor puntaje.	10 min.	Globos Cordones
Explicación sobre el tema: “Autocuidado”	Dar a conocer sobre el estilo de vida adecuado para su salud.	Se les dará a conocer sobre: • ¿Qué es y en que consiste el autocuidado? • Autocuidado Físico • Autocuidado Psicológico • Autocuidado Espiritual	10 min.	Proyector multimedia

<p>Técnica de Autorregistro</p>	<p>Enseñar un horario adecuado para una rutina saludable.</p>	<p>Se les entregará a los alumnos una hoja (Anexo 8), donde harán un horario de toda su semana donde incluirán un momento de hacer ejercicios simples, pero importantes para mantener un buen estado físico, otro momento donde puedan relajarse y meditar a solas; y otro para realizar sus tareas. Seguidamente se les entregará una hoja de autorregistro (Anexo 8), donde ubicaran sus momentos que deben cumplir en la semana y harán una marca a donde han cumplido. Se les aconsejará que sí cumplen con estas actividades no sólo van a mejorar su estado físico, sino también emocional y espiritual.</p>	<p>28 min.</p>	<p>Hojas</p>
<p>Actividad de cierre “Resumen</p>	<p>Hacer un breve resumen y conclusiones sobre el tema.</p>	<p>Se les repartirá unas hojas a cada alumno, donde deberá redactar un pequeño resumen de lo que se vio en la sesión. Posteriormente se dará lectura a algunas hojas de algunos voluntarios, y se analizará.</p>	<p>10 min.</p>	<p>Hojas</p>

Sesión 10: “Comunicación en familia”

Objetivo: Aprender la importancia de la comunicación familiar con la técnica “Resolución de Problemas de D’Zurilla y Goldfried”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Ordenar a los estudiantes.	Dar la bienvenida a la sesión y explicar lo que se llevara a cabo.	Dar a conocer cuál es el objetivo principal de la sesión.	2 min.	
Actividad grupal “Pausas activas”	Reforzar la sesión anterior sobre el cuidado físico y soltar tensiones de los estudiantes.	Se hará parar de sus asientos a los estudiantes y ellos imitarán unos 4 ejercicios para relajarse e iniciar la sesión.	5 min.	
Explicación sobre el tema: “La familia y la comunicación”	Dar a conocer lo importante de la buena comunicación en la familia	Se explicará los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> • La familia. • Qué tipos de familia existe. • La importancia de la comunicación en la familia 	10 min.	Proyector multimedia
Técnica de Resolución de Problemas de D’Zurilla y Goldfried	Aprendes los pasos para solucionar conflictos familiares.	Se les entregará una hoja (Anexo 9) <ul style="list-style-type: none"> -Primero deberán colocar una situación que desearían solucionar en casa. -Luego resolverán los siguientes pasos explicados sucesivamente: <ul style="list-style-type: none"> • Orientación del problema: Se explicará que acá deberán identificar el problema. • Definición y formulación del problema: Las preguntas para contestar este paso serán: ¿por qué pasa esta situación?; 	33 min.	Papelotes y plumones

		<p>¿dónde ocurre?; ¿con qué personas ocurre?; ¿cuándo ocurre? ¿qué hago cuando ocurre?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Propuestas alternativas: Pondrán ideas para solucionar el problema (de 3 a 5 posibles soluciones). • Toma de decisiones: Se analizará de las posibles soluciones, sus ventajas y desventajas y si gustan pueden puntuarlas, para escoger las mejores. • Llevar el plan a la práctica: Poner el plan en práctica, y evaluar. Esto solo se explicará ya que sería llevarlo a práctica en casa, por lo que anotarán que solución escogieron. 		
Actividad de cierre “Reflexión”	Concientiza la importancia de la comunicación en la familia.	<p>Se les presentará un video titulado: Anuncio IKEA Navidad 2018 – IKEA: https://www.youtube.com/watch?v=grTQHDlcI2w Luego del siguiente video se hará unas 2 preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Conocen de verdad a las personas que viven con ustedes? - ¿Cuán y por qué importante es la comunicación? 	10 min.	Proyector multimedia

Sesión 11: “Me amo, me aman”

Objetivo: Mantener la autoestima alta en los estudiantes a través de la técnica “Afirmaciones positivas”.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Saludar a los estudiantes para dar paso a la sesión final.	Dar la bienvenida a la sesión y lo que se llevará a cabo.	Dar a conocer cuál es el objetivo de la sesión y se les preguntará si ya llevaron a cabo la técnica anterior en casa y como les fue.	7 min.	
Dinámica “El corazón”	Aprender a conocerse, y saber que mejorar, para así alcanzar metas propuestas.	<ul style="list-style-type: none"> • Se colocará un corazón grande al frente. • Luego se les repartirá 2 tarjetas una amarilla y otra verde. • En la amarilla colocarán su mayor defecto y lo pegaran en el corazón. • Luego leeremos rápidamente los defectos y serán arrancados del corazón. • Seguidamente escribirán en la tarjeta verde su mayor virtud y lo colocarán en el corazón repitiendo la siguiente frase: - “Cambiaré mi defecto, por... (nombraran su mayor virtud)” 	15 min.	Cartulina de color
Explicación sobre el tema: “Autoestima”	Informar sobre la importancia de la autoestima alta.	<p>Se expondrá:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Qué es Autoestima. • Qué tipos de Autoestima existen. • Importancia de Autoestima alta. • Cómo desarrollar la autoestima alta. 	10 min.	Proyector multimedia

Técnicas de “Afirmaciones positivas”	Fomentar la valoración y amor propio.	<ul style="list-style-type: none"> • Se les entregará a los alumnos una hoja y un espejo. • Se les indicará que escriban frases bonitas para ellos mismos ejemplos: <ul style="list-style-type: none"> - “Me gusta mis ojos” - “Yo puedo lograr todo lo que deseo” - “Soy valioso” • Pueden escribir los ejemplos y agregar 5 frases. • Luego de ello se les pedirá que mirándose al espejo digan lo que escribieron en sus hojas, en voz baja. 	18 min.	Hojas y espejo
Actividad de cierre “Feedback”	Repasar todo lo aprendido en general.	<p>-Se preguntará:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué hemos visto en general en todas las sesiones? - ¿Qué aprendieron generalmente de todas las sesiones? - ¿Qué harán de hoy en adelante? <p>-Posterior a ello se les agradecerá a los estudiantes por haber participado y se les recalcará la importancia del autoconcepto, que implica, y como puede ayudar un buen autoconcepto en su vida diaria.</p> <p>Se les entregará un diploma por su participación en el programa.</p>	10 min.	Diplomas

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Álvaro, J. (2015). *Análisis del autoconcepto en relación con factores educativos, familiares, físicos y psicosociales en adolescentes de la provincia de granada* (tesis doctoral) Universidad de Granada, España. Recuperado de: <https://hera.ugr.es/tesisugr/24703138.pdf>

Aranda, R. (2017). *Relación entre autoeficacia, autoconcepto y desempeño en la asignatura de matemáticas* (tesis de maestría). Universidad de Concepción, Chile. Recuperado de: http://repositorio.udec.cl/bitstream/handle/11594/2617/Tesis_Relacion_entre_autoeficacia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

BBC Mundo. (10 de febrero 2016). Los países de América Latina "con peor rendimiento académico". *BBC Mundo*. Recuperado de: https://www.bbc.com/mundo/noticias/2016/02/160210_paises_bajo_rendimiento_educacion_informe_ocde_bm

Combs, A. W.; Blume, R. A.; Newman, A. J.; Wass, H. L. (1974). *The Professional Education of Teachers: A Humanistic Approach to Teacher Preparation*. Boston: Allyn y Bacon. [Trad. Cast.: *Claves para la Formación de Profesores. Un Enfoque Humanístico*. Madrid: E.M.E.S.A. (1979)]

Contreras C. (9 de abril del 2018). El Perú es el segundo país con las cifras más altas de inseguridad: solo Venezuela le gana. *La Republica*. Recuperado de:

<https://larepublica.pe/sociedad/1223999-el-peru-es-el-segundo-pais-con-las-cifras-mas-altas-de-inseguridad-solo-venezuela-le-gana>

Cooley, C. H. (1902). *The Social Self: on the Varieties of Self-Feeling*. En Gordon, c.; Gergen, K. J. (Eds.) (1968). *The Self in Social Interaction*. Vol. 1: Classic and Contemporary Perspectives. (pp. 137-143). New York: Wiley.

Franco, Y. (2014). Población y Muestra. Tamayo y Tamayo. [Blog Internet] Venezuela. Recuperado de: <http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2011/06/poblacion-y-muestra-tamayo-y-tamayo.html>

García, B. (2001). *Cuestionario de Autoconcepto. Manual Version 1.0*. Madrid: Editorial EOS.

Gonzales, C. (2006). *Autoconcepto en adolescentes videntes e invidentes y diferencia entre género* (tesis de pregrado). Universidad de las Américas Puebla, México Recuperado de: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/gonzalez_c_ci/portada.html

González, M.C. y Tourón, J. (1992). *Autoconcepto y rendimiento escolar. Sus implicaciones en la motivación y en la autorregulación del aprendizaje*. Navarra: EUNSA

Grajales, T. (2000). *Tipos de Investigación*. Recuperado de: <http://tgrajales.net/investipos.pdf>

Grimaldo, G. (2018). *Nivel de autoconcepto en estudiantes de quinto grado de primaria de*

una Institución Educativa de Lima (tesis de pregrado). Universidad Inca Garcilaso De La Vega, Lima, Perú Recuperado de: <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2358/TRAB.SUF.PRO.F.Gaby%20Desiree%20Grimaldo%20del%20Pino.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

James, W. (1890). *Principies of Psychology*. New York: Holt. [Trad. Cast: *Principios de Psicología*. Madrid: Daniel Jorro. (1909»)

James, W. (1892). *Psychology: The Brieler Course*. New York: Holt. [Trad. Cast: *Compendio de Psicología*. Buenos Aires: Emecé. (1951»)

Kinch, J. W. (1963). A Formalized Theory of the Self-Concept. *The American Journal of Sociology*, 68, 481-486.

Léverman, Y. (2015). *Autoconcepto en la adolescente causa de conductas suicidas* (tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/22/Leverman-yassmin.pdf>

López, O (2015). *Autoconcepto y Fracaso escolar en adolescentes* (tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/42/Lopez-Otho.pdf>

Medina, D. (2010). *Estudio sobre el autoconcepto de los alumnos del 1.ero de secundaria de una I.E. del distrito de ventanilla* (tesis de pregrado). Universidad San Ignacio de Loyola, Lima, Perú. Recuperado de:

http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1193/1/2010_Medina_Estudio%20sobre%20el%20autoconcepto%20de%20los%20alumnos%20del%201%C2%B0%20de%20secundaria%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativa%20del%20distrito%20de%20Ventanilla.pdf

Mead, G. H. (1934). *Mind, Self and Society*. Chicago: University of Chicago Press. [Trad. Cast.: *Espíritu, Persona y Sociedad: Desde el Punto de Vista del Conductismo Social*. Buenos Aires: Paidós, 1950].

Moreno, J. y Zambrano, L. (2012). *Investigación Cuantitativa*. Recuperado de: <https://prezi.com/9mudvktwdwi-/investigacion-cuantitativa/>

Padilla, M. (2015). *Autoconcepto en adolescentes de 13 a 15 años de educación general básica* (tesis de título profesional) Universidad de Cuenca, Ecuador. Recuperado de: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/21942/1/TESIS.pdf>

Purkey, W.W. (1970): *Self-concept and school achievement*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Rogers, C. R. (1951) *Client-Centered Therapy; its Current Practice, Implications and Theory*. Boston: Houghton Mifflin. [Trad. Cast. *Psicoterapia Centrada en el Cliente: Práctica, Implicaciones y Teoría*. Barcelona: Paidós, 1980].

Salvarezza Leopoldo (1998) *La vejez: una mirada gerontológica actual*. Paidós, Buenos Aires, pág. 98.

Sambuceti, P. (2015). *Perfil de autoconcepto académico de los alumnos de 1° a 4° grado de primaria de un colegio especializado en problemas de aprendizaje* (tesis de maestría)

Universidad de Piura. Facultad de Ciencias de la Educación, Lima, Perú. Recuperado

de:

https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2302/MAE_EDUC_162.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Snygg, D.; Combs, A. W. (1949). *Individual Behaviour: A New Frame of Reference for Psychology*. New York: Harper

Vargas, G. (2017). *Evaluación de las dimensiones del autoconcepto en estudiantes del iii ciclo de educación primaria* (tesis de maestría). Universidad de Piura, Lima, Perú.

Recuperado

de:

https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3025/MAE_EDUC_355-L.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Zuñiga, M. (2018.) *Autoconcepto y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima-Este* (tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

Recuperado

de:

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1001/Alexandra_Tesis_Bachiller_2018.pdf?sequence=3&isAllowed=y

ANEXOS

ANEXO 1. SESION 1: APRENDO A CONOCERME. ACTIVIDAD GRUPAL:

¿COMO SOY?, ¿COMO ME VEN?

COMO SOY	COMO ME VEN
<p>Nombre:</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none">• _____• _____• _____	<p>Nombre:</p> <hr/> <ul style="list-style-type: none">• _____• _____• _____

ANEXO 2. SESION 2: RECONOCIENDO LAS EMOCIONES. TECNICA: ABC

DE LAS EMOCIONES

A	B	C
<p>SITUACION</p> <p>Estas contándole una situación a tu mejor amiga y cuando te das cuenta estaba en el celular y te pregunta ¿Qué decías?</p>	<p>PENSAMIENTO</p>	<p>EMOCION</p>

ANEXO 3. SESION 3: CONTROLANDO MIS EMOCIONES. DINAMICA: LOS

REFRANES

NO HAY MAL...	QUE POR BIEN NO VENGA...
QUIEN DUERME MUCHO...	POCO APRENDE...
DE TAL PALO...	TAL ASTILLA...
EN CASA DE HERRERO...	AZADON DE PALO...
AL QUE NO QUIERE CALDO...	SE LE DAN DOS TAZAS...
NO HAY PEOR CIEGO...	QUE EL QUE NO QUIERE VER...
A TODO MARRANO...	LE LLEGA SU NOCHE BUENA...
HIERBA MALA...	NUNCA MUERE...
EL QUE MUCHO ABARCA...	POCO APRIETA...
AL MAL TIEMPO...	BUENA CARA...
A BUEN ENTENDEDOR...	POCAS PALABRAS...
A CABALLO REGALADO...	NO SE LE MIRA EL DIENTE...
A PALABRAS NECIAS...	OIDOS SORDOS...
BARRIGA LLENA...	CORAZON CONTENTO...
CRIA CUERVOS	Y TE SACARAN LOS OJOS...

ANEXO 4. SESION 3: CONTROLANDO MIS EMOCIONES. TECNICA: EL SEMAFORO



ANEXO 5. SESIÓN 6: APRENDO A COMUNICARME ASERTIVAMENTE. TECNICA: PSICODRAMA

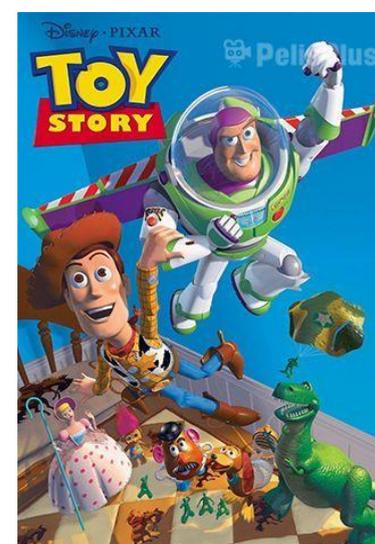
SITUACION 1	SITUACION 2	SITUACION 3
<p>Estas en el supermercado, haciendo cola para pagar, y una persona se mete antes de lugar.</p> <p>Entonces solo te pones triste y dejas que se quede en ese lugar que no le corresponde.</p>	<p>Estas en el supermercado, haciendo cola para pagar, y una persona se mete antes de lugar.</p> <p>Entonces la agarras del brazo y le gritas, que es una mal educada, que no respeta la cola, haces escándalo y gritas para que saquen a esas persona</p>	<p>Estas en el supermercado, haciendo cola para pagar, y una persona se mete antes de lugar.</p> <p>Entonces respiras y le preguntas a la persona ¿Cuál es el apuro?, ¿Por qué se puso en el lugar donde no le corresponde? y si es de suma urgencia comprendes su motivo</p>

ANEXO 6. SESION 7: SOY EMPATICO. ACTIVIDAD DE CIERRE:

COMPLETANDO FRASES

- APRENDI _____
- YA SABIA _____
- ME SORPRENDIO _____
- NO ME GUSTO _____
- ME GUSTO _____
- ME MOLESTO _____

ANEXO 7. SESION 8: VALORO MI IMAGEN CORPORAL. DINAMICA: LA CHARADA



ANEXO 8. SESION 9: CUIDO MI CUERPO. TECNICA: AUTORREGISTRO

Horario de Actividades Semanales

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo

Autorregistro

Actividades	Lo hice	No pude hacerlo

ANEXO 9. SESION 10. COMUNICACIÓN EN FAMILIA. TECNICA:

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS DE D'ZURILLA Y GOLDFRIED

SITUACION _____

- **Orientación del problema:**

- **Definición y formulacion del problema:**

- **Propuestas alternativas:**

- **Toma de decisiones:**

- **Llevar el plan a la práctica:**



ANEXO 10. MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema General	Objetivo General	Metodología
¿Cuál es el nivel de autoconcepto en estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019?	Determinar el nivel de autoconcepto de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.	La investigación es de tipo descriptivo, transversal, con un diseño No experimental y con un enfoque cuantitativo.
Problemas Específicos	Objetivos Específicos	Población y muestra
- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión emocional, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019?	- Identificar según la dimensión emocional, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.	La población de estudio está comprendida por 131 estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, durante el periodo 2019.
- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión física, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019?	- Identificar según la dimensión física, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.	La muestra está constituida por 107 estudiantes, la cual es intencional y no probabilística dado que está constituida por la totalidad de la población.
- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión social, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019?	- Identificar según la dimensión social, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.	
- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión académica, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019?	- Identificar según la dimensión académica, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.	
- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión familiar, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019?	- Identificar según la dimensión familiar, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.	
- ¿Cuál es el nivel de autoconcepto, en la dimensión sensación de control, que presentan los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019?	- Identificar según la dimensión sensación de control, el nivel de autoconcepto en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa N°1168 Héroes del Cenepa, ubicado en cercado de Lima, periodo 2019.	

ANEXO 11. CARTA DE ACEPTACION DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

N°1168 HÉROES DEL CENEP



I.E. N° 1168 "Héroes del Cenepa"
Jr. Huallaga N° 878 – Lima

"Año de la lucha contra la Corrupción e Impunidad"

Lima, 12 de junio del 2019

Doctor:
RAMIRO GOMEZ SALAS
Decano de la Facultad de Psicología y Trabajo Social - UPIGV
Presente. -

ASUNTO : Aceptación para realizar muestra representativa para investigación

Es grato dirigirme a Ud. Para para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo hacer de su conocimiento mediante la presente, que su representada **Srta. Elizabeth Aida MENDOZA VARGAS**, Bachiller de la Carrera Profesional de Psicológica de la Facultad que Ud. dirige; ha sido Aceptada a realizar una muestra Representativa de Investigación en nuestra institución educativa para poder optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología. El tema de la tesis es "AUTOCONCEPTO" y la muestra se aplicó en el 3er grado de secundaria en las secciones A, B, C, D y E

Es propicia la ocasión para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente.



Lic. Jorge Luis Diaz Velasquez
DIRECTOR (e)

ANEXO 12. CUESTIONARIO DE AUTOCONCEPTO DE GARLEY

	Nunca	Pocas veces	No sabría decir	Muchas veces	Siempre
1. Tengo una cara agradable.					
2. Tengo muchos amigos.					
3. Creo problemas a mi familia.					
4. Soy lista (o listo).					
5. Soy una persona feliz.					
6. Siento que, en general, controlo lo que pasa.					
7. Tengo ojos bonitos.					
8. Mis compañeros se burlan de mí.					
9. Soy un miembro importante de mi familia.					
10. Hago bien mi trabajo intelectual.					
11. Estoy triste muchas veces.					
12. Suelo tener mis cosas en orden.					
13. Tengo el pelo bonito.					
14. Me parece fácil encontrar amigos.					
15. Mis padres y yo nos divertimos juntos muchas veces					
16. Soy lento (o lenta) haciendo mi trabajo escolar.					
17. Soy tímido (o tímida).					
18. Soy capaz de controlarme cuando me provocan					
19. Soy guapa (o guapo).					
20. Me resulta difícil encontrar amigos.					
21. En casa me hacen mucho caso.					
22. Soy un buen lector (o buena lectora).					
23. Me gusta ser como soy.					

	Nunca	Pocas veces	No sabría decir	Muchas veces	Siempre
24. Cuando todo sale más encuentro formas de no sentirme tan desgraciado (a).					
25. Tengo un buen tipo.					
26. Soy popular entre mis compañeros.					
27. Mis padres me comprenden bien.					
28. Puedo recordar fácilmente las cosas.					
29. Estoy satisfecho conmigo mismo (o satisfecha conmigo misma).					
30. Si no consigo algo a la primera, busco otros medios para conseguirlo.					
31. Me gusta mi cuerpo tal como es.					
32. Me gusta la gente.					
33. Muchas veces desearía marcharme de casa					
34. Respondo bien en clase					
35. Soy una buena persona.					
36. Puedo conseguir que otros hagan lo que yo quiero.					
37. Me siento bien con el aspecto que tengo.					
38. Tengo todos los amigos que quiero.					
39. En casa me enfado fácilmente.					
40. Termino rápidamente, mi trabajo escolar.					
41. Creo que en conjunto so un desastre.					
42. Suelo tenerlo todo bajo control.					
43. Soy fuerte.					
44. Soy popular entre la gente de mi edad.					
45. En casa abusan de mí.					
46. Creo que soy inteligente.					
47. Me entiendo bien a mí misma (o a mí mismo).					
48. Me siento como una pluma al viento manejada por otras personas.					

