

**UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y
EDUCACIÓN**

UNIDAD DE POSGRADO

**PROGRAMA DE MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN**



TESIS:

Programa socio emocional y autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N°82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, 2019.

Presentada para obtener el Grado Académico de Maestra en Ciencias de la Educación, con mención en Psicopedagogía cognitiva.

Autora: Bach. Calua Tirado, Octavia Judith del Rocío

Asesor: Dr. García Caballero, Rafael Cristóbal

Lambayeque – Perú

2023

Programa socio emocional y autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, 2019

Tesis presentada para obtener el Grado Académico de Maestra en Ciencias de la Educación con mención en Psicopedagogía Cognitiva.



Calua Tirado, Octavia Judith del Rocío
Autora



Herrera Vargas, José Wilder
Presidente



Flores Morillas, Luis Mercedes
Secretario



Castro Cárdenas, Diana Mercedes
Vocal



García Caballero, Rafael Cristóbal
Asesor

DEDICATORIA

A Dios con mucho amor y gratitud, por darme como madre a María Asela Tirado Miranda, ejemplo de integridad, honestidad, perseverancia, superación constante, por guiarme y acompañarme en los momentos más difíciles de mi vida; asimismo a toda mi familia por su paciencia y por permitirme ser parte de sus vidas.

AGRADECIMIENTO

Agradecer a Dios por la vida y las oportunidades que me brinda para seguir desarrollándome personal, familiar y profesionalmente en bien de la sociedad.

A mi asesor de tesis el Dr. Rafael Cristóbal García Caballero, por haber aceptado y brindado el asesoramiento necesario para el desarrollo de mi tesis, con su gran capacidad profesional y conocimiento científico.

Agradecer a la Mg. Victoria Alcira Arana Camacho directora de la I.E. N° 82032 “Señor de los Milagros” del centro poblado de Huacariz – Cajamarca, por haber aceptado que se realice mi Tesis en la institución que dignamente dirige.

Al Prof. Carlos Noé González Díaz, docente de los estudiantes del primer grado de educación secundaria de dicha institución, por haber hecho posible y brindado las facilidades para la aplicación del instrumento de evaluación.

Finalmente, agradecer a los estudiantes del primer grado que participaron brindando sus respuestas lo cual permitió desarrollar la presente investigación.

ÍNDICE

ΑΧΤΑ ΔΕ ΣΥΣΤΕΝΤΑΧΙΩΝ	¡Error! Marcador no definido.
ΔΕΧΛΑΡΑΧΙΩΝ ΘΥΡΑΔΑ ΔΕ ΟΡΙΓΙΝΑΛΙΔΑΔ	¡Error! Marcador no definido.
ΔΕΔΙΧΑΤΟΡΙΑ	ιιι
ΑΓΡΑΔΕΧΙΜΙΕΝΤΟ	ιω
ϞΝΔΙΧΕ	ω
ϞΝΔΙΧΕ ΔΕ ΤΑΒΛΑΣ	ωι
ϞΝΔΙΧΕ ΔΕ ΦΙΓΥΡΑΣ	ωιιι
ΡΕΣΥΜΕΝ	ωι
ΑΒΣΤΡΑΧΤ	ξι
ΙΝΤΡΟΔΥΧΧΙΩΝ	12
ΧΑΠϞΤΥΛΟ Ι: ΔΙΣΕΝΟ ΤΕΩΡΙΧΟ	14
1.1. Antecedentes de la investigación	14
1.2. Marco teórico	16
1.3. Marco conceptual	29
ΧΑΠϞΤΥΛΟ ΙΙ: ΜΩΤΟΔΟΣ Ψ ΜΑΤΕΡΙΑΛΕΣ	30
2.1. Diseño de Investigación	30
2.2. Población y muestra	30
2.3. Materiales técnicas e instrumentos de recolección de datos	30
2.4. Métodos y procedimientos para la recolección de datos	30
2.5. Procedimientos para la recolección de datos	30
2.6. Análisis estadísticos de los datos	31
ΧΑΠϞΤΥΛΟ ΙΙΙ: ΡΕΣΥΛΤΑΔΟΣ Ψ ΔΙΣΧΥΣΙΩΝ	32
3.1. Resultados	32
3.2. Discusión de resultados	43
3.3. Propuesta	45
ΧΑΠϞΤΥΛΟ ΙϞ: ΧΟΝΧΛΥΣΙΟΝΕΣ	52
ΧΑΠϞΤΥΛΟ Ϟ: ΡΕΧΟΜΕΝΔΑΧΙΟΝΕΣ	53
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦϞΑ ΡΕΦΕΡΕΝΧΙΑΔΑ	54
ΑΝΕΞΟ	58

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	
Cuando alguien te pide un favor que no tienes tiempo o ganas de hacer	70
Tabla 2.	
Viene alguien a interrumpirte cuando estás estudiando o haciendo algo que consideras importante, ¿Qué haces?.....	70
Tabla 3.	
Cuando estás en grupo, ¿Te cuesta tomar decisiones?	70
Tabla 4.	
Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta.....	71
Tabla 5.	
¿Has logrado éxitos en tu vida?	71
Tabla 6.	
En un grupo de personas que discuten ¿Quién crees tiene razón?	71
Tabla 7.	
Tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho.....	71
Tabla 8.	
Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no... ..	72
Tabla 9.	
¿Preguntas, indagas y averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?.....	72
Tabla 10.	
¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?	72
Tabla 11.	
¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor?	72
Tabla 12.	
Me considero una persona tímida.....	73
Tabla 13.	
¿Qué sientes cuando alguien recién conocido descubre por primera vez algún defecto que estabas?.....	73
Tabla 14.	
¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?.....	73

Tabla 15.	
Si pudieras cambiar algo de tu carácter ¿Qué cambiarías?	73
Tabla 16.	
Cuando has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa?	74
Tabla 17.	
Si realizas un gran trabajo ¿No es tan gran trabajo si nadie lo reconoce?.....	74
Tabla 18.	
¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?	74
Tabla 19.	
Si repetidamente en reuniones de trabajo o grupos de estudio tus ideas no se tienen en cuenta.....	74
Tabla 20.	
¿A dónde crees que te lleva tu forma de ser?	75

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.

Cuando alguien te pide un favor que no tienes tiempo o ganas de hacer . **¡Error! Marcador no definido.**

Figura 2.

Viene alguien a interrumpirte cuando estás estudiando o haciendo algo que consideras importante, ¿Qué haces?..... **¡Error! Marcador no definido.**

Figura 3.

Cuando estás en grupo, ¿Te cuesta tomar decisiones? **¡Error! Marcador no definido.**

Figura 4.

Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta..... **¡Error! Marcador no definido.**

Figura 5.

¿Has logrado éxitos en tu vida?..... **¡Error! Marcador no definido.**

Figura 6.

En un grupo de personas que discuten ¿Quién crees tiene razón? **¡Error! Marcador no definido.**

Figura 7.

Tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho..... 35

Figura 8.

Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no... 35

Figura 9.

¿Preguntas, indagas y averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?..... 36

Figura 10.

¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras? 37

Figura 11.

¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor? 37

Figura 12.

Me considero una persona tímida..... 38

Figura 13.	
¿Qué sientes cuando alguien recién conocido descubre por primera vez algún defecto que estabas?.....	38
Figura 14.	
¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?.....	39
Figura 15.	
Si pudieras cambiar algo de tu carácter ¿Qué cambiarías?	39
Figura 16.	
Cuando has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa?	40
Figura 17.	
Si realizas un gran trabajo ¿No es tan gran trabajo si nadie lo reconoce? ¡Error! Marcador no definido.	
Figura 18.	
¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?	41
Figura 19.	
Si repetidamente en reuniones de trabajo o grupos de estudio tus ideas no se tienen en cuenta.....	42
Figura 20.	
¿A dónde crees que te lleva tu forma de ser?	42

RESUMEN

En la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros”, se observa que los estudiantes tienen deficiencias en el desarrollo socio emocional, que incide en su autoestima; por lo que, el objetivo propuesto es proponer un programa socio emocional, para mejorar la autoestima de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, del departamento de Cajamarca. Se efectuó una revisión bibliográfica y linkográfica sobre las variables de estudio. Aplicado el test se encontró que, los estudiantes realizan favores porque no saben negarse, para la mayoría de estudiantes la confianza es fundamental y la timidez depende de las personas con quien se encuentre, el 68% de estudiantes ha sentido falta de aprecio, comprensión; en tal sentido, es importante implementar un programa socio emocional que fortalezca la autoestima.

Palabras clave: Autoestima, competencia social, desarrollo emocional, programa.

ABSTRACT

In Educational Institution N° 82032 “Señor de los Milagros”, it is observed that students have deficiencies in socio-emotional development, which affects their self-esteem; Therefore, the proposed objective is to propose a socio-emotional program, to improve the self-esteem of the first grade students of the Educational Institution N° 82032 “Señor de los Milagros” of the Huacariz town center, Cajamarca department. A bibliographic and linkographic review was carried out on the study variables. Applied the test, it was found that, students perform favors because they do not know how to refuse, for most students trust is essential and shyness depends on the people they meet, 68% of students have felt a lack of appreciation, understanding; In this sense, it is important to implement a socio-emotional program that strengthens self-esteem.

Keywords: Self-esteem, social competence, emotional development, program.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación, tiene por finalidad proponer un programa socio emocional, para mejorar la autoestima de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, del departamento de Cajamarca, al observarse deficiencias en la autoestima de los estudiantes; cuyos objetivos específicos fueron:

- Diagnosticar la autoestima de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz.
- Caracterizar las habilidades socio emocionales en la adolescencia.
- Diseñar un programa socio emocional para mejorar la autoestima de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz

El objeto de estudio lo constituye la autoestima.

La hipótesis quedó precisada de la siguiente manera: Un programa socio emocional, mejora la autoestima de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, del departamento de Cajamarca.

El campo de acción corresponde al programa socio emocional.

Metodológicamente, se trabajó con todos los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” materia de estudio, a quienes se les aplicó un test para determinar los niveles de autoestima.

“El Desarrollo Socio emocional como la capacidad que tiene un niño de comprender los sentimientos de los demás, y controlar los suyos, su comportamiento y llevarse bien con sus compañeros. Para que los niños puedan adquirir las habilidades básicas que necesitan, tal como la cooperación, seguir instrucciones, demostrar control propio y prestar atención, deben poseer habilidades socio emocionales, los sentimientos de confianza, seguridad, amistad, afecto y humor son todos parte del desarrollo socio emocional de un niño” (Kaiser, Barbara y Rasminsky, 2007).

De conformidad con el diagnóstico realizado, los estudiantes tienen una baja autoestima, manifestada en sus temores, inseguridad, falta de confianza y débil amor por su persona. Un programa socio emocional, contribuirá a estimular su confianza y aceptarse a sí mismos con sus cualidades y defectos.

El informe de tesis está organizado en cinco capítulos:

En el primer capítulo se exploran los antecedentes de la investigación y se analizan las teorías relacionadas con el programa socio emocional y autoestima.

En el segundo capítulo se establece el nivel de la investigación, tipo y diseño. También, se precisan los medios y materiales utilizados en la investigación.

En el tercer capítulo se consideran los resultados en figuras interpretadas, para elaborar la discusión. Además, se presenta la propuesta del programa.

En el cuarto capítulo se aprecian las conclusiones conseguidas en la investigación.

En el quinto capítulo se enuncian las recomendaciones de la investigación.

CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO

1.1. Antecedentes de la investigación

Vegas (2020). “El programa aprendo jugando, en el desarrollo de las habilidades socioemocionales de niños de cinco años, 2019.”

Resumen: “La presente investigación se realizó con el propósito de precisar el efecto de la aplicación del programa aprendo jugando en el desarrollo de las habilidades socio-emocionales de los niños de 5 años en la institución educativa San Martín de Porres, Ugel 06, distrito Santa Anita, 2019. El trabajo se fundamenta desde el enfoque del socio formativo y las teorías socio constructivistas, ecológica y cognitivista. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, de tipo aplicada, diseño cuasi-experimental y se empleó el método hipotético deductivo. La población estuvo conformada por todos los niños y niñas de cinco años de la institución educativa inicial privada San Martín de Porres, estos fueron distribuidos en dos grupos: 27 alumnos en el grupo control y 26 alumnos en el grupo experimental. Para obtener los datos requeridos se hizo uso del Test de Bienestar Socioemocional el cual mide el desarrollo de las habilidades socioemocionales en siete dimensiones: adaptación social, adaptación al trabajo, independencia, autoestima, optimismo, asertividad y respuesta emocional. Los resultados de la investigación determinaron que el programa aprendo jugando influye significativamente en el desarrollo de las habilidades socio-emocionales de los niños de 5 años de la institución educativa privada San Martín de Porres, distrito de Santa Anita, 2019 , por lo que se acepta la hipótesis alterna ya que se encontró diferencias estadísticamente significativas en el nivel de logro del post test entre el grupo control y grupo experimental, siendo que este último obtuvo mayores puntajes en el instrumento utilizado.”

Salas (2020). “El aprendizaje cooperativo como estrategia para el desarrollo de habilidades socioemocionales en niños de primaria.”

Resumen: “Los tiempos actuales demandan que la educación se enfoque desde una visión humanista, que se centre tanto en las personas como en las relaciones humanas. Esto implica considerar una serie de valores para orientar los contenidos y procedimientos formativos y curriculares de cada contexto y sistema educativo, para ello es necesario adoptar una perspectiva integral de la educación y el aprendizaje, incluyendo aspectos cognitivos como los emocionales, los cuales tienen estrecha relación en el proceso de aprendizaje de los individuos. La educación socioemocional es un proceso de aprendizaje en el cual los individuos trabajan e integran valores, actitudes y habilidades socioemocionales que les permiten comprender y manejar emociones, mostrar y tener empatía con los demás, así como establecer relaciones positivas. Por lo anterior, se presenta este documento de tesis donde se describe la realización de un proyecto de gestión del aprendizaje, como parte del proceso de formación de la Maestría en Gestión del Aprendizaje de la Facultad de Pedagogía de la Universidad Veracruzana, Región Poza Rica–Tuxpan.

El presente trabajo se sustenta en la metodología investigación – acción en la línea de generación y aplicación del conocimiento: gestión de la innovación educativa. El objetivo general de esta intervención fue fortalecer las habilidades socioemocionales para mejora de la convivencia escolar a través del aprendizaje cooperativo, donde participaron 21 alumnos de cuarto grado de la Primaria México, ubicada en Poza Rica, Veracruz. La intervención se realizó en dos fases: Sensibilización e Implementación, distribuidas en un total de diecisiete sesiones, de las cuales las primeras cuatro correspondieron a la etapa de sensibilización, en la cual se preparó a los alumnos para que reconocieran por ellos mismos la importancia del proyecto de intervención, ya que

fue en esta etapa donde se generó el conocimiento de las habilidades socioemocionales, permitiendo que ellos identificaran las condiciones del grupo y tomarán la decisión de una sana convivencia. Posteriormente se dividieron las trece sesiones siguientes en las cinco dimensiones de la educación socioemocional: autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración. Con el fin de favorecer las relaciones positivas entre los alumnos se llevaron a cabo grupos informales, los cuales cada grupo constó de niñas y niños con habilidades y actitudes distintas para que así la ayuda fuera mutua y productiva. Teniendo como resultados significativos el favorecimiento de las habilidades socioemocionales por medio de la cooperación, las cuales prepararon a los alumnos regulando y manejando emociones principalmente negativas para resolver conflictos escolares como una forma preventiva a las conductas agresivas, mejorando el aprendizaje en los alumnos, pero sobre todo la convivencia dentro del aula.”

1.2. Marco teórico

1.2.1. La autoestima

“La autoestima es el factor que decide el éxito o el fracaso de cada niño como ser humano.” D. C. Briggs

Álvarez (2006) refiere que “La autoestima es un rasgo típico y exclusivo del ser humano, ya que este tiene capacidad de juicio y de todos ellos el más importante, es el que hace de sí mismo, todos los días, a todas horas desde que tiene uso de razón.”

La autoestima corresponde a la valoración positiva o negativa que uno hace de sí mismo.

Es la predisposición a saberse apto para la vida y para satisfacer las propias necesidades, el sentirse competente para afrontar los desafíos que van apareciendo y merecedor de felicidad.

La autoestima se define por dos aspectos fundamentales:

“Sentido de eficacia personal “autoeficacia”: es la confianza en el funcionamiento de la mente en la capacidad de pensar en los procesos por los cuales se juzga, se elige y se decide. Confianza en la capacidad de comprender los hechos de la realidad que entran en el campo de los intereses y necesidades, y en ser capaz de conocerse a sí mismo” (Orduña, 2003).

En resumen, es la predisposición a experimentarse competente para afrontar los retos de la vida; en consecuencia, confianza en la propia mente y en sus procesos.

Sentido de mérito personal o autodignidad: es la seguridad del valor propio, una actitud afirmativa hacia el derecho de vivir y de ser feliz. Comodidad al expresar apropiadamente los pensamientos, deseos y necesidades; sentir que la alegría es el derecho natural.

1.2.1.1. Teorías sobre Autoestima

A. William James (1842-1910): Fue el primer investigador que analizó el fenómeno de la autoestima. Su estudio Principios de psicología ha sido un texto pionero que ha servido de modelo a todos los estudiosos de este fenómeno, fundó el primer laboratorio de psicología experimental.

Afirmaba que a la hora de valorarnos a nosotros mismos solemos considerar tres componentes de nuestra identidad.

El primero: Nuestro estilo de pensar, sentir y actuar, los rasgos de nuestra personalidad.

El segundo: el “yo” social, las cualidades o defectos que reconocen en nosotros los demás, y la buena o mala reputación que tenemos en nuestro entorno social.

El tercero: el “yo” material que incluye nuestra imagen corporal, las riquezas, el patrimonio económico y las propiedades que son importantes para nosotros.

- B.** Abrahán Maslow: Impulsor de la psicología humanista. La autoestima es una teoría sobre la autorrealización. Afirmando que cada uno de nosotros posee una naturaleza interna, Maslow menciona las necesidades humanas (vida, inmunidad, seguridad, pertenencia, afecto, respeto, autoestima y autorrealización)

“En realidad, las personas auto realizadas, las que han llegado a un alto nivel de madurez, salud y autosatisfacción, tienen tanto que enseñarnos que, a veces, casi parecen pertenecer a una especie diferente de seres humanos” (Maslow, 1968).

- C.** Carl Rogers: Fundador de la psicología humanista, expuso que la raíz de los problemas de muchas personas es que se desprecian y se consideran seres sin valor e indignos de ser amados. Rogers entiende que cada quien posee un yo positivo, único y bueno; pero, ese verdadero yo con frecuencia permanece oculto y enmascarado, sin poder desarrollarse. El objetivo más deseable para el individuo, la meta que persigue inconscientemente, es llegar a ser él mismo.

Cada persona posee una naturaleza interna de base esencialmente biológica que es hasta cierto punto natural, intrínseca, innata y en cierto sentido inmutable y es mucho más conveniente sacarla a la luz y cultivarla que inhibirla y sofocarla. Si se le permite que actúe como principio rector de la vida, el desarrollo será saludable.

“Cada persona es una isla en sí misma, en un sentido muy real, y sólo puede construir puentes hacia otras islas si efectivamente desea ser él mismo y está dispuesto a permitirselo” (Rogers, 1992).

- D.** Morris Rosenberg: Profesor de sociología en la Universidad de Maryland, desde 1975 entiende a la autoestima como un fenómeno actitudinal creado por fuerzas sociales y culturales.

Rosenberg la define como “la totalidad de los pensamientos y sentimientos de la persona con referencia a sí misma como objeto”. Además de la autoestima, la autoeficacia y la autoidentidad son una parte importante del concepto de sí mismo. Para esto, Rosenberg elabora una escala que consta de 10 preguntas:

- Me siento una persona tan valiosa como las otras.
- Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso.
- Creo que tengo algunas cualidades buenas.
- Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás.
- Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso.
- Tengo una actitud positiva así mismo.
- En general me siento satisfecho conmigo mismo.
- Me gustaría tener más respeto por mí mismo.
- Realmente me siento inútil en algunas ocasiones.
- A veces pienso que no sirva para nada.

E. Nathaniel Branden: Psicoterapeuta canadiense, dice: “La autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias” (Branden, 1995). Podemos decir que la autoestima es la confianza en nuestra capacidad de pensar y enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida, así como la confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, alcanzar nuestros principios morales y gozar del fruto de nuestros esfuerzos. “La autoestima consiste en valorar y reconocer lo que uno/a es y lo que puede llegar a ser” (Rojas, 2001).

1.2.2. Formación de la autoestima

Izquierdo (2008), explica que las personas están acostumbradas a salir y vivir fuera de ellas mismas porque tienen que trabajar, porque son sociables, por

obligaciones cotidianas pero para experimentar y vivir con gozo y a plenitud, que es la causa única de la felicidad, requiere solamente estar atentos a ellos mismos, es curioso que lo que se suele hacer con nada del mundo tecnificado, lo hacen con ellos mismos, a nadie se le ocurriría poner en funcionamiento una maquina compleja sin haber leído previamente las instrucciones que la acompañan. Sin embargo, olvida el viejo y radical imperativo de conócete a ti mismo confían a la improvisación, a lo que vaya surgir, lo más importante y al mismo tiempo más complejo y problemático: es hacer de cada uno personas plenas y felices.

1.2.3. Baja autoestima

Se define como la dificultad que tiene la persona para sentirse valiosa en lo profundo de sí misma, y por tanto digna de ser amada por los demás.

Las personas con autoestima baja buscan, a veces sin ser muy conscientes de ello, la aprobación y el reconocimiento de los demás y suelen tener dificultad para ser ellas mismas y poder expresar con libertad aquello que piensan, sienten y necesitan en sus relaciones interpersonales, así como para poder decir “no” al otro sin sentirse mal por ello.

Las personas con baja Autoestima suelen experimentar ansiedad ante situaciones de intimidad y afectivas. Las causas que explican una baja Autoestima son muy variables y numerosas, para esto, la psicoterapia hace construcción de hipótesis sobre los motivos que desencadenaron estos sentimientos.

1.2.3.1. Principales afectados

Los principales afectados por una baja autoestima son sin duda alguna los adolescentes, esto como consecuencia de diversos factores, tales como poca de comunicación, respeto, apoyo, amor y afecto por parte de sus padres y entorno en general.

La baja autoestima es un trastorno serio que afecta a millones de personas, tanto hombres como mujeres, destruyendo sus relaciones, paralizándolas por el miedo y creando vidas que nunca alcanzarán su potencial completo. Dejándolas desequilibradas, necesitadas, y frustradas.

1.2.3.2. Consecuencias de una baja autoestima

La baja autoestima desarrolla angustia, dolor, indecisión, desánimo, vergüenza y un sinfín más de malestares.

Lleva a una persona a sentirse desvalorada y, debido a ello, a estar siempre comparándose con los demás, subrayando las virtudes y las capacidades de otros y viéndolos como seres superiores a ella.

La persona afectada se convence de que es incapaz de lograr cualquier cosa que se proponga.

Además, esto también perjudica la salud de la persona:

☒ **Insomnio:** La frustración y la insatisfacción vital por sentirnos personas poco competentes y de escasa valía es una fuente de problemas para dormir.

☒ **Hipertensión:** Entre las causas de la hipertensión se encuentran la obesidad, el sedentarismo y el estrés emocional. Los problemas de autoestima se suman a esta lista de causas de la hipertensión, especialmente, por el pesimismo vital que produce la autoestima baja, reduciendo las actividades al mínimo.

☒ **Depresión:** La depresión es una de las enfermedades más duras, que demuestra que lo que ocurre en el ámbito emocional se traslada inmediatamente al plano físico. Tener una autoestima baja, pensar que no somos capaces de hacer nada, incluso que no nos merecemos ser felices, es un billete seguro con destino a la depresión.

☒ **Trastornos alimentarios:** Los problemas de autoestima muchas veces se refieren al aspecto estético. Es frecuente verse fea o verse gorda cuando no se goza de una buena estabilidad emocional. El paso siguiente es obsesionarse e intentar cambiarlo hasta que nos encontramos con algún trastorno alimentario. Esto ocurre principalmente a las personas que sufren bullying al respecto de su físico.

☒ **Suicidio:** El riesgo de suicidio entre las personas con baja autoestima es alto. Una persona que no es consciente de lo que vale, que no se siente querida, que se ha encerrado en el pesimismo, puede querer acabar con esta vida tan negativa y frustrante.

1.2.3.3. Sentimientos de una persona con baja autoestima

☒ **Celos.**

El amor y los celos están íntimamente relacionados, ya que quien ama permanece habitualmente en estado de alerta hacia la otra persona. Los celos en pequeñas dosis son saludables; pero cuando son excesivos pueden resultar enfermizos y llegar a causar irremediable dolor. Como en muchos de los problemas psicológicos, los celos son el inicio y el desenlace de una situación personal o familiar.

Es normal que en toda relación se produzcan los celos por temor a perder al ser querido; pero hay que ser capaces de controlarlos para lograr ser felices, pues la persona celosa difícilmente llega a serlo, ya que sus deseos de controlar a su pareja y la sospecha ante todos sus actos le imposibilitan conseguir esa felicidad.

“Quiero amarte sin asfixiarte, apreciarte sin juzgarte, unirme a ti sin esclavizarte, invitarte sin exigirte, dejarte sin sentirme culpable, criticarte sin herirte y ayudarte sin menospreciarte. Si puedo obtener lo mismo de ti, entonces podremos realmente encontrarnos y enriquecernos mutuamente”
(Virginia Satir)

☒ Envidia

La envidia es la emoción que ocurre cuando una persona carece de algunas cualidades con respecto a otra, logros o posesiones. En la envidia existe una comparación social que amenaza la autoestima de otra la persona: alguien tiene algo que la persona envidiosa no posee. Por lo tanto, la envidia se refiere a sentirse amenazado por alguien que creemos tiene algo importante para nosotros.

Las personas con baja autoestima siempre se están comparando con los demás. Ellos creen que no tienen buenas cualidades, por lo tanto, se sienten inferiores a los otros. También sienten que los demás son más importantes que ellos.

Sentimos envidia porque no nos aceptamos a nosotros mismos, no nos amamos lo suficiente. La envidia y los celos son emociones tóxicas, sin embargo, podemos utilizar estas emociones y transformarlas en saludables, para esto, necesitamos amarnos y respetarnos como somos y estar agradecidos con quien somos.

☒ Perfeccionismo

El perfeccionismo puede ser el resultado de una baja autoestima. Es un intento de demostrarnos y demostrarles a los demás que sí somos capaces y dignos de ser valorados y apreciados; pero al mismo tiempo es uno de los principales obstáculos para aumentar nuestra autoestima.

El perfeccionismo está relacionado con:

La necesidad de tener la aprobación de los demás y de nosotros mismos.

El temor al rechazo

Una actitud autocrítica, muy negativa.

Un pensamiento extremista, en donde sólo existe todo o nada, bueno o malo y no vemos puntos intermedios.

La percepción equivocada de nosotros mismos y de la realidad, al creer que es posible que todo lo que una persona hace, salga siempre bien.

“En la persona hay más cosas dignas de admiración que de desprecio.”

(Albert Camus)

☒ Impulsividad

La impulsividad o conducta impulsiva es un mecanismo de defensa que evita que la persona se pare a reflexionar sobre los aspectos y motivaciones de su comportamiento y, por lo tanto, sobre las emociones que este le genera.

Un ejemplo de comportamiento impulsivo puede ser el acto de abandonar una relación por temor al abandono, las compras compulsivas, o las adicciones. El individuo impulsivo no se para a sentir ni a pensar, solo se muestra reactivo para evitar reconocerse ante sí mismo qué está pasando de verdad.

1.2.3.4. Teorías del desarrollo socio emocional

A. La teoría del constructivismo social: Estudia las emociones desde enfoques biopsicológicos y las consideran como construcciones sociales que se viven a partir de las relaciones interpersonales (Bisquerra, 2009)

B. Teoría del desarrollo psicosocial: Erikson (2000) El concepto de desarrollo psicosocial se refiere básicamente a cómo la interacción de la persona con su entorno está dada por unos cambios fundamentales en su personalidad.

C. Teorías sobre inteligencia emocional

La inteligencia emocional es la capacidad o habilidad de entender lo que sentimos y aprender a gestionarlo para que nos lleve a los resultados que

buscamos. Según Mayer y Salovey (1997, p.10) “Es la capacidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud; la capacidad para acceder a y/o, generar, sentimientos que faciliten el pensamiento; la capacidad para comprender las emociones y el conocimiento emocional; y la capacidad para regular las emociones promoviendo el crecimiento personal e intelectual”.

a. La inteligencia a través del tiempo

“Trujillo, M. y Rivas, L. refiriéndose a la evolución de los estudios sobre la inteligencia, manifiestan: El estudio de la inteligencia puede ser dividido en seis etapas: estudios legos, preludio de estudios psicométricos, estudios psicométricos, jerarquización, pluralización y contextualización:

Teorías legas. Estas teorías marcan el interés que siempre ha existido por parte de la humanidad en conocer los atributos del hombre. Durante el desarrollo de dichas teorías, no hay una definición científica de la inteligencia; hombres tan diversos como Aristóteles, Platón y San Agustín se dan a la tarea de realizar estudios en relación con la mente” (Zusne, 1957).

Estudios psicométricos. Su inicio, en la segunda mitad del siglo XIX, se caracteriza por los esfuerzos de los investigadores en tratar de establecer la psicología como una ciencia. Wundt en Alemania y W. James en Estados Unidos contribuyeron a este logro, ya que sus estudios estuvieron enfocados en buscar leyes generales del conocimiento humano (lo que hoy se conoce como procesamiento de la información). El estudio de las diferencias individuales hecho por sir Francis Galton (1869) fue determinante; en él destaca el talento, la eminencia y otras formas de logro. Galton elaboró los métodos estadísticos que permitieron clasificar a los seres humanos en términos de sus poderes físicos e intelectuales y correlacionar esas medidas entre sí. De hecho, Galton creía que se podía caracterizar a los individuos más refinados por sus capacidades sensoriales.

Jerarquización. Spearman (1904) y Terman (1916) son considerados como la primera generación de psicólogos de la inteligencia. Para ellos, la inteligencia es una capacidad general, única para formar conceptos y

resolver problemas; también establecieron que un conjunto de resultados de las pruebas reflejaba un solo factor de inteligencia general, lo cual es llamado jerarquización.

Pluralización. En la misma época en que Spearman y Terman consideraban un factor único de inteligencia, surgió una contraposición: Thurstone (1960) y Guilford (1967) sostuvieron la existencia de varios factores o componentes de la inteligencia, lo cual es conocido como pluralización.

Contextualización. Frente a estas dos posiciones surgió un nuevo enfoque propuesto por Catell (1971) y Vernon (1971). Para ellos, hay una relación jerárquica entre los factores, porque estiman que la inteligencia general (verbal y numérica) domina sobre componentes más específicos. Esta visión es conocida como contextualización.

Actualmente existen diferentes corrientes en el estudio de la inteligencia, las cuales toman en cuenta los contextos en que viven y se desarrollan los seres humanos.

Una influyente teoría de este tipo es la expuesta por Sternberg (1985), quien sostiene que la inteligencia está constituida por la sensibilidad que poseemos para reaccionar a los acontecimientos variables que nos rodean. Desde la misma perspectiva, Vygotsky (1978) estableció que el estudio de la inteligencia se ve premiado por las diferencias entre las culturas y las prácticas sociales, más que por las diferencias entre los individuos.

b. Origen y desarrollo histórico de la inteligencia emocional.

Galton, en 1870, fue uno de los primeros investigadores en realizar un estudio sistemático sobre las diferencias individuales en la capacidad mental de los individuos, utilizando un desarrollo de correlación de métodos.

Tempranamente, propuso un análisis estadístico como aplicación al fenómeno mental, así como su implicación y uso. También fue pionero en el empleo de cuestionarios y métodos no tradicionales (Roback y Kierman, 1990).

En 1890, Catell desarrolló pruebas mentales con el objeto de convertir la psicología en una ciencia aplicada. Fue el primer psicoanalista en

América en darle una cuantificación al estrés, a partir de su trabajo experimental (Catell, 1903).

En 1905, por encargo del Ministerio francés, Binet desarrolló un instrumento para evaluar la inteligencia de los niños. En 1916, dicho instrumento fue modificado por Terman y en él aparece por vez primera el cociente intelectual.

Thorndike propuso la inteligencia social a partir de la ley del efecto, antecesora de la hoy conocida inteligencia emocional. Este mismo autor estableció además de la inteligencia social, la inteligencia abstracta y la inteligencia mecánica (Thorndike, 1920).

En la década de los treinta, Wechsler dio a conocer dos baterías de prueba: escalas para adultos (Wechsler Adult Intelligence Scale, WAIS, 1939) y escala para niños (Wechsler Intelligence Scale for Children, WISC, 1949), las cuales hoy en día son utilizadas (Evoys y Wechsler, 1981). Es de destacar que esta época se vio marcada por un silenciamiento teórico en el caso de la inteligencia, debido al auge del conductismo.

A partir de 1960 se observó un debilitamiento en las posturas conductistas, y se produjo la emergencia de procesos cognitivos con el estructuralismo.

Piaget, educado en la tradición del coeficiente intelectual, se opuso a dichas posturas psicometristas y del pensamiento de la información, y aunque no emprendió una crítica contra el movimiento de prueba, su punto de vista se percibe en las acciones científicas que realizó, desarrollando una visión distinta a la de la cognición humana. Según él, el principio de todo estudio del pensamiento humano debe ser la postulación de un individuo que trata de comprender el sentido del mundo (Gardner, 1993).

Otra aportación importante es la del psicólogo soviético Vygotsky, quien encontró que las pruebas de inteligencia no dan una indicación acerca de la zona de desarrollo potencial de un individuo.

Otras reformulaciones objetivas fueron las realizadas por Hull (1951) y Skinner (1974). Hull propuso un planteamiento fisiologista, y Skinner lo desarrolló sobre una base operacionista.

Otro enfoque de la ley del efecto es el propuesto por Dollar y Miller desde el punto de vista cognitivo. En la misma línea está el trabajo de Galperin (Dollar y Miller, 1977; Galperin, 1979).

Posteriormente, Piaget (1972) y Maslow (1973) formularon un enfoque de desarrollo dinámico del principio.

A últimas fechas, el desarrollo de la neurociencia ha estimulado la aparición de modelos integradores de la ley del efecto, combinando la capacidad racional con la determinación voluntaria. Lo anterior se desenvuelve en el contexto de un nuevo paradigma, llamado inteligencia emocional.

En 1983, Gardner publicó *Frames of Mind*, donde reformula el concepto de la inteligencia a través de la teoría de las inteligencias múltiples, bajo la cual se establece que los seres humanos poseen siete tipos de inteligencia y cada una es relativamente independiente de las otras. Estas siete inteligencias son las siguientes: inteligencia auditiva musical, inteligencia cinestésica-corporal, inteligencia visual-espacial, inteligencia verbal-lingüística, inteligencia lógico-matemática. Esta teoría introdujo dos tipos de inteligencias muy relacionadas con la inteligencia social de Thorndike: las inteligencias intrapersonal e interpersonal. Gardner, en 1994 incluyó la inteligencia naturalista y en 1999 volvió a modificar su teoría de las inteligencias múltiples, agregando un nuevo tipo, la inteligencia existencial.

El concepto de inteligencia emocional como tal fue propuesto por Salovey y Mayer en 1990, a partir de los lineamientos de Gardner en su teoría de las inteligencias múltiples (Salovey y Mayer, 1990). Sin embargo, este concepto no es nuevo pues tiene su origen en la “ley del efecto” formulada por Thorndike en 1905, cuando propuso en su tesis doctoral un principio explicativo del aprendizaje animal.

“En 1990, Salovey y Mayer estructuraron su concepto de inteligencia emocional a partir de las inteligencias intrapersonal e interpersonal de

Gardner. No obstante, corresponde a Goleman el mérito de difundir profusamente el concepto en 1995 a través de su obra dirigida al mundo empresarial, donde introduce el estudio de la inteligencia emocional, sus alcances y beneficios en el campo de la administración” (Goleman, 2000).

c. Teoría de la inteligencia emocional de Bar-On

Bar-On (1997) refiere en su teoría que “La inteligencia emocional es un conjunto de conocimientos y destrezas emocionales y sociales que median nuestra capacidad general para afrontar efectivamente las demandas de nuestro medio. Dicha habilidad se basa en la capacidad del individuo de ser consciente, comprender, controlar y expresar sus emociones de manera efectiva.”

d. Inteligencia interpersonal

“Esta inteligencia se constituye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones; incluyendo la sensibilidad a expresiones faciales, la voz, los gestos y posturas y la habilidad para responder. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite en un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se hayan ocultado. Esta capacidad se da especialmente en los líderes religiosos o políticos, en los profesores y maestros, en los terapeutas y en los padres” (Gardner, 2001, p.40)

e. Inteligencia intrapersonal

“Hace referencia al conocimiento de los aspectos internos de una persona; el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre estas emociones y finalmente ponerlas un nombre y recurrir a ellas como medio de interpretar y orientar la propia conducta. Una persona con una buena inteligencia intrapersonal posee un modelo viable y eficaz de sí mismo” (Gardner, 2001, p.40)

1.3. Marco conceptual

Autoestima: Es la valoración que tiene el ser humano de sí mismo, la actitud que manifiesta hacia sí mismo, la forma habitual de pensar, de sentir, de comportarse consigo mismo y que la autoestima puede ser académica, social, interpersonal (Bonet, 1997, p. 38).

Competencia social: Engloba todo un conjunto de instancias de conductas aprendidas que se utilizan en situaciones interpersonales para obtener o mantener refuerzo del ambiente (Kelly, 1987).

Desarrollo emocional: Es el proceso por el cual una persona construye su identidad, autoestima, seguridad y confianza en sí mismo y en el entorno que le rodea. Establece interacciones significativas con sus semejantes, se ubica así mismo como un ser único y distinto, de esta manera aprende a distinguir sus emociones, manejarlas, expresarlas y controlarlas. Este proceso involucra aspectos conscientes e inconscientes (Haeussler, 2008, pág. 55).

Programa: Es una estructura ordenada y orientada para fines educacionales (Renom, 2007).

CAPÍTULO II: MÉTODOS Y MATERIALES

2.1. Diseño de Investigación

- ☐ Tipo de investigación: Cuantitativo
- ☐ Nivel de investigación: Descriptivo, con propuesta.
- ☐ Diseño de investigación: No experimental.

2.2. Población y muestra

Población: 144 estudiantes de secundaria de la I.E. N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca,

Muestra: 31 estudiantes del primer grado de la I.E. N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca.

2.3. Materiales técnicas e instrumentos de recolección de datos

- ☐ Útiles de oficina: Laptop, fotocopidora, impresora.
- ☐ Libros y útiles de escritorio varios (Papel bond, papel sábana, folletos, textos, fotocopias, vídeos, etc.

2.4. Métodos y procedimientos para la recolección de datos

- ☐ Técnica: Encuesta.
- ☐ Instrumento: Cuestionario

2.5. Procedimientos para la recolección de datos

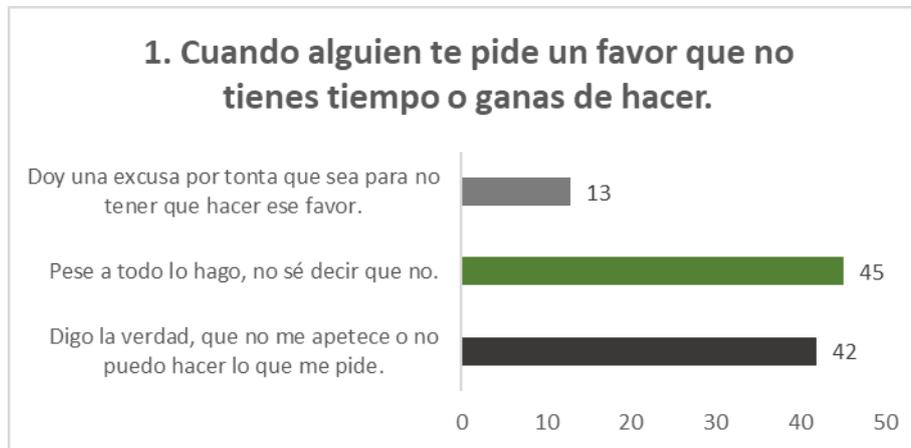
Se realizó coordinaciones con la directora de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” quien dio los permisos respectivos para la aplicación de la investigación, los estudiantes del primer grado desarrollaron el test para conocer los niveles de autoestima.

2.6. Análisis estadísticos de los datos

Los datos estadísticos se procesaron mediante el sistema SPSS, para Ciencias Sociales y, analizada en tablas y figuras estadísticas; según los resultados obtenidos se elaboró la discusión de resultados, luego las conclusiones y las recomendaciones sobre la investigación.

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

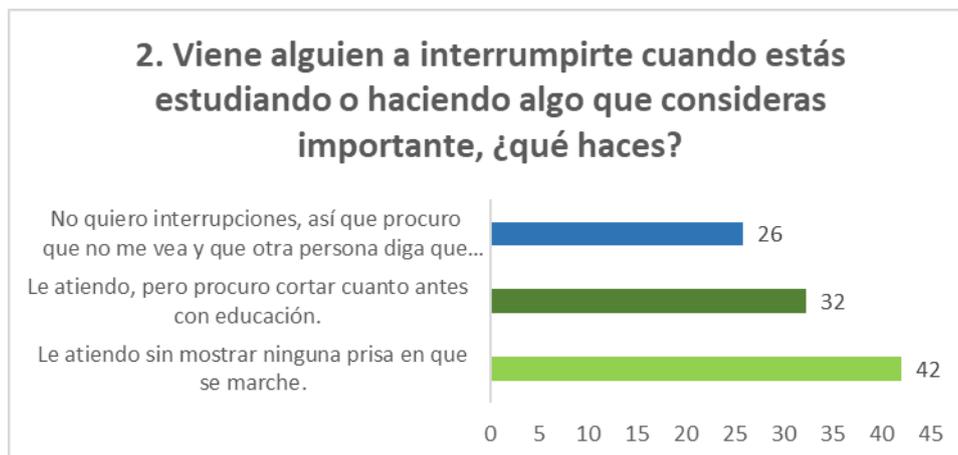
3.1. Resultados



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 1.

Cuando alguien te pide un favor que no tienes tiempo o ganas de hacer. Preguntados cuando alguien te pide un favor que no tienes tiempo o ganas de hacer. El 45% de los estudiantes respondieron que, pese a todo lo hago, no sé decir que no, el 42% Digo la verdad, que no me apetece o no puedo hacer lo que me pide, el 13% Doy una excusa por tonta que sea para no tener que hacer ese favor. Según los resultados la mayoría de estudiantes si realiza los favores porque no sabe negarse.



Nota: Elaborado por la investigadora

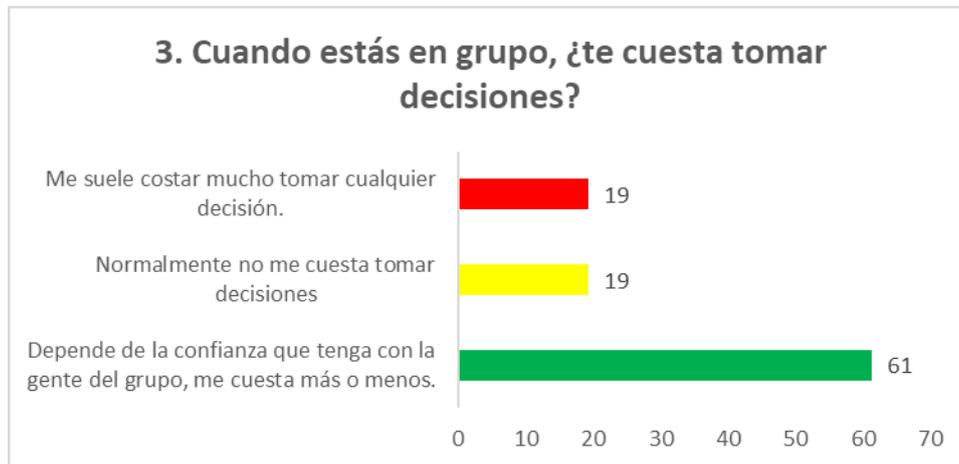
Figura 2.

Viene alguien a interrumpirte cuando estás estudiando o haciendo algo que consideras importante, ¿Qué haces?

Preguntados Viene alguien a interrumpirte cuando estás estudiando o haciendo algo que consideras importante, ¿Qué haces?

El 42% de los estudiantes respondieron le atiende sin mostrar ninguna prisa en que se marche, el 32% le atiende, pero procuro cortar cuanto antes con educación, el 26% No quiero interrupciones, así que procuro que no me vea y que otra persona diga que estoy muy ocupado.

Según los resultados el 58% atiende rápido o evita hacerlo.



Nota: Elaborado por la investigadora

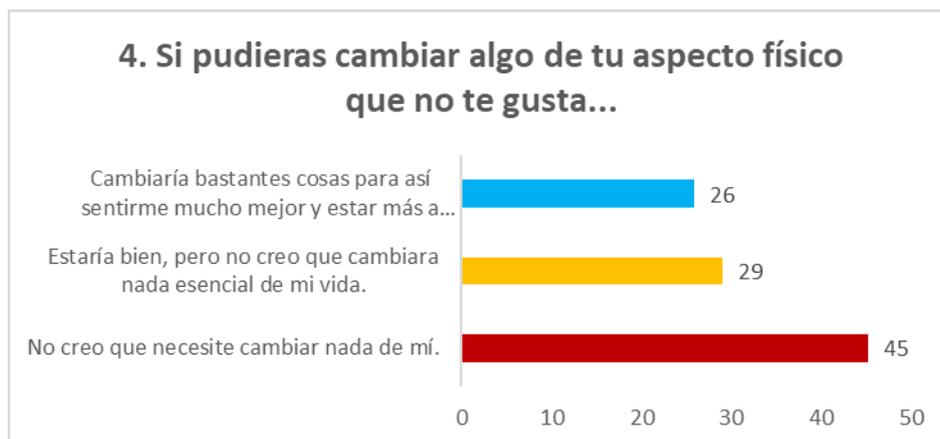
Figura 3.

Quando estás en grupo, ¿Te cuesta tomar decisiones?

Preguntados cuando estás en grupo, ¿Te cuesta tomar decisiones?

El 61% de los estudiantes respondieron Depende de la confianza que tenga con la gente del grupo, me cuesta más o menos, el 19% Normalmente no me cuesta tomar decisiones, el 19% Me suele costar mucho tomar cualquier decisión.

Según los resultados, para la mayoría de estudiantes la confianza es fundamental.



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 4.

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

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

El 45% de los estudiantes respondieron No creo que necesite cambiar nada de mí, el 29% Estaría bien, pero no creo que cambiara nada esencial de mi vida, el 26% Cambiaría bastantes cosas para así sentirme mucho mejor y estar más a gusto con la gente.

Según los resultados, la mayoría de estudiantes están conformes con su aspecto físico.



Nota: Elaborado por la investigadora

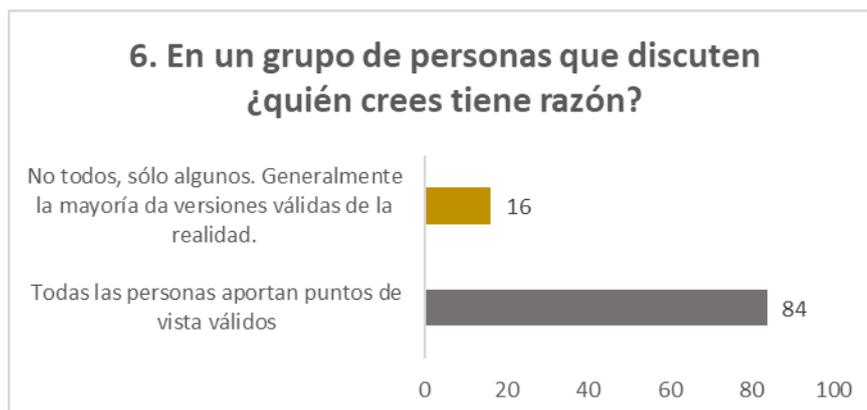
Figura 5.

¿Has logrado éxitos en tu vida?

Preguntados ¿Has logrado éxitos en tu vida?

El 65% de los estudiantes respondieron Sí, unos cuantos, el 19% No, el 16% Sí, creo que todo lo que hago es ya un éxito.

Según los resultados, un porcentaje bajo de estudiantes cree tener éxito en lo que realiza.



Nota: Elaborado por la investigadora

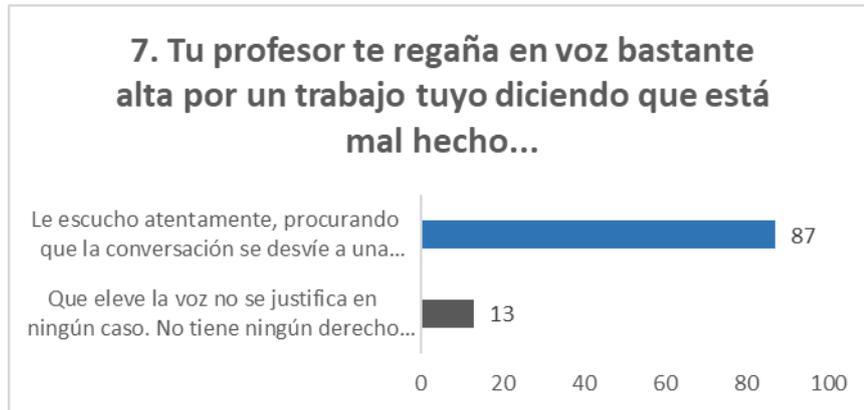
Figura 6.

En un grupo de personas que discuten ¿Quién crees tiene razón?

Preguntados En un grupo de personas que discuten ¿Quién crees tiene razón?

El 84% de los estudiantes respondieron Todas las personas aportan puntos de vista válidos, el 16% No todos, sólo algunos. Generalmente la mayoría da versiones válidas de la realidad.

Según los resultados, para la mayoría de los estudiantes todas las personas tienen la razón.



Nota: Elaborado por la investigadora

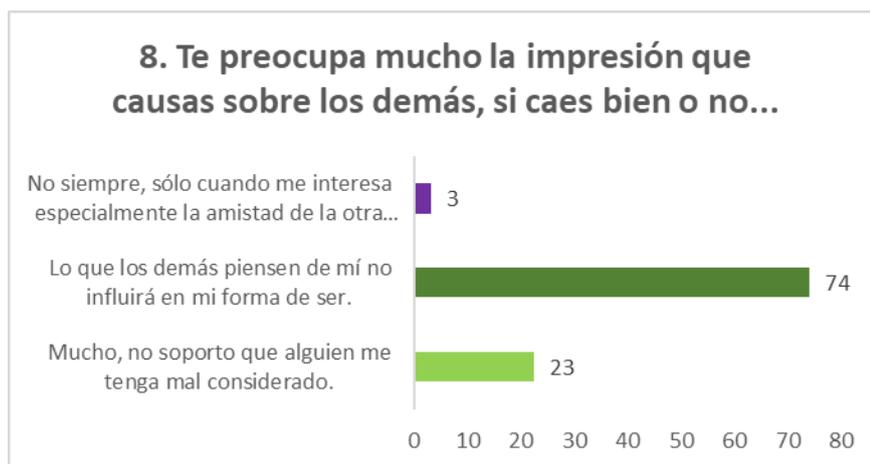
Figura 1.

Tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...

Preguntados Tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...

El 87% de los estudiantes respondieron le escucho atentamente, procurando que la conversación se desvíe a una crítica constructiva y poder aprender, el 13% Que eleve la voz no se justifica en ningún caso. No tiene ningún derecho a tratarme así, por lo que no puedo.

Según los resultados, más del 80% busca una salida para poder aprender, mediante preguntas.



Nota: Elaborado por la investigadora

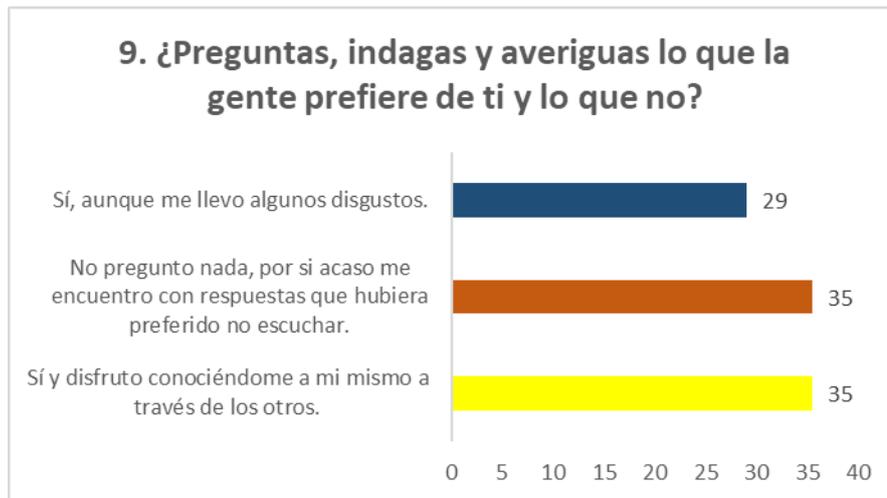
Figura 2.

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

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

El 74% de los estudiantes respondieron Lo que los demás piensen de mí no influirá en mi forma de ser, el 23% Mucho, no soporto que alguien me tenga mal considerado, el 3% No siempre, sólo cuando me interesa especialmente la amistad de la otra persona.

Según los resultados, a la mayoría de estudiantes no le preocupa lo que piensen de ellos.



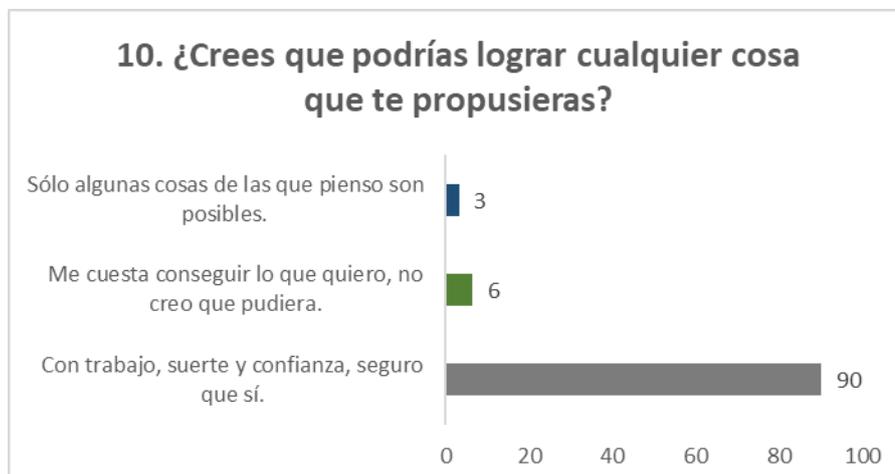
Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 3.

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

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

El 35% de los estudiantes respondieron Sí y disfruto conociéndome a mí mismo a través de los otros, el 35% No pregunto nada, por si acaso me encuentro con respuestas que hubiera preferido no escuchar, el 29% Sí, aunque me llevo algunos disgustos.



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 4.

¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?

Preguntados *¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?*

El 90% de los estudiantes respondieron Con trabajo, suerte y confianza, seguro que sí, el 6% Me cuesta conseguir lo que quiero, no creo que pudiera, el 3% Sólo algunas cosas de las que pienso son posibles.

Figura 5.

¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor?



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 6.

¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor?

Preguntados *¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor?*

El 71% de los estudiantes respondieron Estoy convencido de que tiene mucho valor, el 26% No estoy convencido, pero hago lo que puedo porque tenga un valor, el 3% No, muchas veces no tiene valor ninguno.

Según los resultados, el 29% de estudiantes no está convencido del valor de lo que hace.



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 7.

Me considero una persona tímida...

Preguntados Me considero una persona tímida...

El 74% de los estudiantes respondieron depende del ambiente en que me mueva puedo ser más o menos tímido/a, el 16% No me cuesta hacer amigos ni relacionarme en cualquier situación, el 10% Creo que soy una persona especialmente tímida.

Según los resultados, para la mayoría de estudiantes la timidez depende de las personas con quien se encuentre.



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 8.

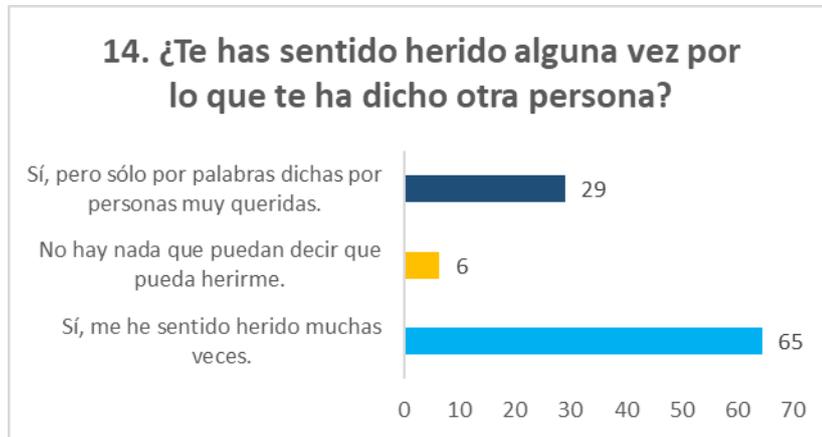
¿Qué sientes cuando alguien recién conocido descubre por primera vez algún defecto que estabas?

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

El 55% de los estudiantes respondieron Me resulta incómodo, pero procuro no darle mayor importancia, el 26% Me siento muy mal y desde ese momento mi

relación con esa persona ya no es la misma, el 19% No me importa y prefiero que los conozca cuanto antes.

Según los resultados, el 81% de los estudiantes se siente incómodo y/o se siente mal cuando descubren sus defectos.



Nota: Elaborado por la investigadora

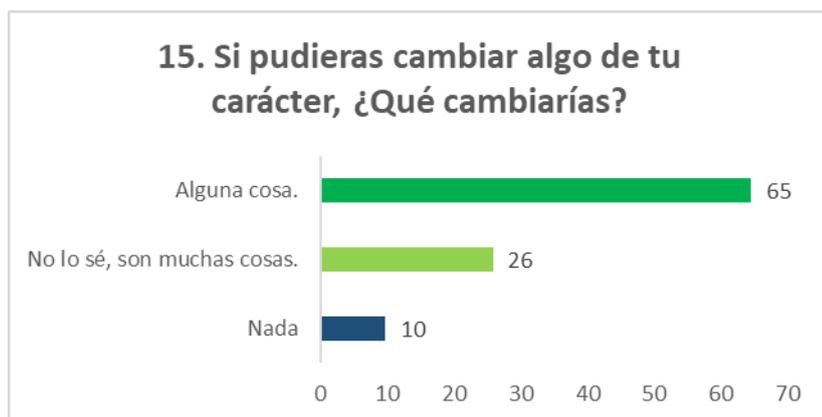
Figura 9.

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

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

El 65% de los estudiantes respondieron Sí, me he sentido herido muchas veces, el 29% Sí, pero sólo por palabras dichas por personas muy queridas, el 6% No hay nada que puedan decir que pueda herirme.

Según los resultados, se deduce que, el 95% de estudiantes afirma haberse sentido herido por las palabras que les dijeron otra persona.



Nota: Elaborado por la investigadora

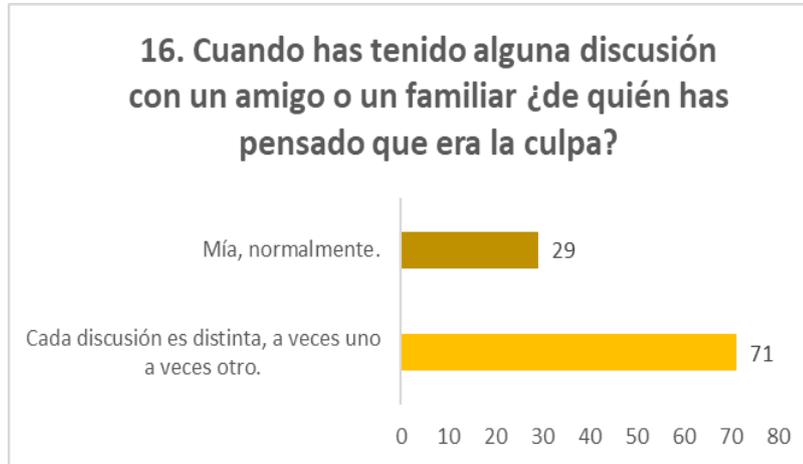
Figura 10.

Si pudieras cambiar algo de tu carácter ¿Qué cambiarías?

Preguntados Si pudieras cambiar algo de tu carácter ¿Qué cambiarías?

El 65% de los estudiantes respondieron Alguna cosa, el 26% No lo sé, son muchas cosas, el 10% Nada.

Según los resultados, el 91% de estudiantes manifiesta que si cambiaría su carácter.



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 11.

Cuando has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa?

Preguntados Cuando has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa?

El 71% de los estudiantes respondieron cada discusión es distinta, a veces uno a veces otro, el 29% Mía, normalmente.

Según los resultados, la mayoría de estudiantes afirma que, depende de la situación de la discusión.



Nota: Elaborado por la investigadora

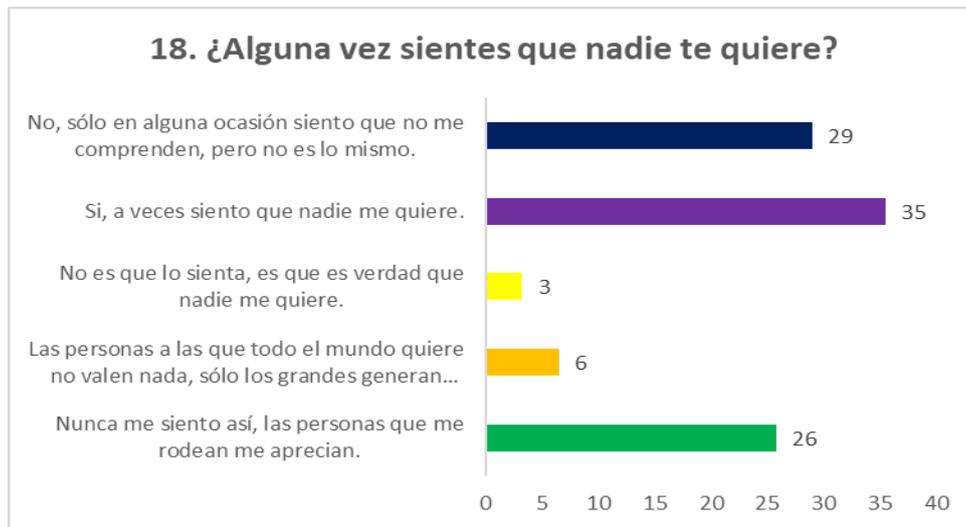
Figura 17.

Si realizas un gran trabajo ¿No es tan gran trabajo si nadie lo reconoce?

Preguntados Si realizas un gran trabajo ¿No es tan gran trabajo si nadie lo reconoce?

El 71% de los estudiantes respondieron El valor de cualquier trabajo es independiente del juicio de quien sea, el 29% Efectivamente, si nadie reconoce el valor de mi trabajo no merece tanto la pena.

Según los resultados, un porcentaje regular de estudiantes afirma que es necesario que se reconozca el trabajo para que tenga valor.



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 12.

¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?

Preguntados ¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?

El 35% de los estudiantes respondieron Si, a veces siento que nadie me quiere, el 29% No, sólo en alguna ocasión siento que no me comprenden, pero no es lo mismo, el 26% Nunca me siento así, las personas que me rodean me aprecian, el 6% Las personas a las que todo el mundo quiere no valen nada, sólo los grandes generan odios y enemigos, el 3% No es que lo sienta, es que es verdad que nadie me quiere.

Según los resultados, el 68% de estudiantes ha sentido falta de aprecio, comprensión; mientras que, para el 6% de estudiantes no tiene valor el afecto.



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 13.

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

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

El 84% de los estudiantes respondieron Lo considero una estadística desfavorable, pero continúo aportando mis ideas si se me ocurre, el 16% No merece la pena el esfuerzo porque mis ideas no son tan buenas y procuro atender a las ideas de los otros.

Según los resultados, un porcentaje regular de estudiantes evita mencionar sus ideas cuando de forma reiterada no se le toma en cuenta y se limita a escuchar a los demás.



Nota: Elaborado por la investigadora

Figura 14.

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

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

El 84% de los estudiantes respondieron Hacia una mejora constante, el 10% A la normalidad, el 6% Al desastre.

Según los resultados, la mayoría de estudiantes está conforme como es y cómo actúa.

3.2. Discusión de resultados

La discusión de resultados se sustenta en las investigaciones encontradas y que se relacionan a las variables de este estudio.

Respecto al objetivo de investigación proponer un programa socio emocional, para mejorar la autoestima de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, del departamento de Cajamarca. Se aplicó el proceso estadístico determinando según los resultados en la figura 1, respecto a la pregunta cuándo alguien te pide un favor que no tienes tiempo o ganas de hacer. El 45% de los estudiantes respondieron que, pese a todo lo hago, no sé decir que no; es decir realiza los favores porque no sabe negarse. Según la figura 3, respecto a la pregunta cuándo estás en grupo, ¿Te cuesta tomar decisiones? El 61% de los estudiantes respondieron depende de la confianza que tenga con la gente del grupo, me cuesta más o menos; es decir, para la mayoría de estudiantes la confianza es fundamental. Según la figura 4, respecto a la pregunta si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta, el 26% cambiaría bastantes cosas para así sentirse mucho mejor y estar más a gusto con la gente. Según la figura 8, respecto a la pregunta te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no. El 23% no soporta que las personas tengan una impresión inadecuada de ellos.

Según la figura 11, respecto a la pregunta ¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor? El 29% de estudiantes no está convencido del valor de lo que hace. Según la figura 12, respecto a la pregunta me considero una persona tímida. El 74% de los estudiantes respondieron depende del ambiente en que me mueva puedo ser

más o menos tímido/a; es decir, para la mayoría de estudiantes la timidez depende de las personas con quien se encuentre. Según la figura 14, respecto a la pregunta ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona? El 65% de los estudiantes respondieron Sí, me he sentido herido muchas veces, el 29% Sí, pero sólo por palabras dichas por personas muy queridas, el 6% No hay nada que puedan decir que pueda herirme; se deduce que, el 95% de estudiantes afirma haberse sentido herido por las palabras que les dijeron otra persona. Según la figura 16, respecto a la pregunta cuándo has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa? El 71% de los estudiantes respondieron cada discusión es distinta, a veces uno a veces otro, el 29% Mía, normalmente; se interpreta que, la mayoría de estudiantes afirma que, depende de la situación de la discusión. Según la figura 17, respecto a la pregunta si realizas un gran trabajo ¿No es tan gran trabajo si nadie lo reconoce? El 71% de los estudiantes respondieron El valor de cualquier trabajo es independiente del juicio de quien sea, el 29% Efectivamente, si nadie reconoce el valor de mi trabajo no merece tanto la pena; se deduce que, un porcentaje regular de estudiantes afirma que es necesario que se reconozca el trabajo para que tenga valor.

Según la figura 18, respecto a la pregunta ¿Alguna vez sientes que nadie te quiere? El 35% de los estudiantes respondieron Si, a veces siento que nadie me quiere, el 29% No, sólo en alguna ocasión siento que no me comprenden, pero no es lo mismo, el 26% Nunca me siento así, las personas que me rodean me aprecian, el 6% Las personas a las que todo el mundo quiere no valen nada, sólo los grandes generan odios y enemigos, el 3% No es que lo sienta, es que es verdad que nadie me quiere; se interpreta que, el 68% de estudiantes ha sentido falta de aprecio, comprensión; mientras que, para el 6% de estudiantes no tiene valor el afecto.

Estos resultados se relacionan con Vegas (2020) quien encontró que, el programa aprendo jugando influye significativamente en el desarrollo de las habilidades socio-emocionales de los niños; asimismo, para Salas (2020) existen resultados significativos el favorecimiento de las habilidades socioemocionales por medio de la cooperación, las cuales prepararon a los alumnos regulando y manejando emociones principalmente negativas para resolver conflictos escolares como una forma preventiva a las conductas agresivas, mejorando el aprendizaje en los alumnos, pero sobre todo la convivencia dentro del aula.

3.3. Propuesta

3.3.1. Título: Programa socio emocional para reforzar la autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros”

3.3.2. Presentación

El desarrollo socio emocional es necesario para el fortalecimiento de la autoestima. Según Goleman (2000) las personas poseen dos tipos de mentes, la que piensa y la que siente. “Estas dos mentes, la emocional y la racional, operan en ajustada armonía en su mayor parte, entrelazando sus diferentes formas de Universidad del Bío-Bío - Sistema de Bibliotecas – Chile conocimiento para guiarnos por el mundo. Por lo general existe un equilibrio emocional y racional, en el que emoción alimenta e informa las operaciones de la mente racional, la mente racional depura y a veces veta la energía de entrada de las emociones. Sin embargo, la mente emocional y la mente racional son facultades semiindependientes” (27)

Bach (2001, p.9) por su parte afirma: “Es en el entorno familiar donde el niño descubre por primera vez sus sentimientos, las reacciones de los demás ante sus sentimientos y sus posibilidades de respuesta ante ambas cosas”

Para Steiner y Perry (1997, p.27) la educación emocional debe dirigirse al desarrollo de tres capacidades básicas: “la capacidad para comprender las emociones, la capacidad para expresarlas de una manera productiva y la capacidad para escuchar a los demás y sentir empatía respecto de sus emociones”

Branden (2010) explica que el modo en que la persona se siente con respecto a ella misma afecta todo el entorno de forma decisiva en todos los aspectos desde la manera en que se desenvuelve en el trabajo con la familia, al tener relaciones sexuales, hasta el proceder como padres y las posibilidades que tiene de progresar en la vida. Las respuestas ante los eventos dependen de quien y de que se piensa que se es. Las tragedias de la vida son los reflejos de la visión íntima que posee la persona. Por tanto, la autoestima es la clave del éxito o el fracaso. También es la clave para aceptarse y aceptar a los demás

3.3.3. Objetivos de la Propuesta

Reforzar la autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros”.

3.3.4. Fundamentación

El desarrollo emocional: Para Goleman (1996) es un conjunto de procesos de actualización del conocimiento sobre sí mismo que permite dar significado a las conductas afectivas propias y cumple un rol fundamental en el afianzamiento de la personalidad, la autoimagen, el autoconcepto y la autonomía, esenciales para la consolidación de la subjetividad.

El desarrollo Social: Para Hurlock (1982) “Es la adquisición de la capacidad para comportarse de conformidad con las expectativas sociales” (p.242).

3.3.5. Actividades

Sesión	Objetivo	Actividades	Recursos	Tiempo	Responsable
Programa socio emocional para reforzar la autoestima	Utilizar el programa socio emocional para reforzar la autoestima.	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Presentación de los participantes, con <input type="checkbox"/> Explicación del Programa socio emocional para reforzar la autoestima. <ul style="list-style-type: none"> –Hallazgos de la investigación: Figuras y tablas estadísticas. –Objetivo del Programa. –Propuesta de sesiones por desarrollar. –Duración del Programa: 5 por sesiones <input type="checkbox"/> Sistematización del Programa socio emocional para reforzar la autoestima en diapositivas. <ul style="list-style-type: none"> –Lluvia de ideas: para recoger inquietudes sobre lo compartido. 	<p>Diapositivas Dinámicas de integración Proyector Expresión verbal</p>	90 minutos	<p>Coordinador de tutoría Docente tutor</p>
La interacción social	Practicar la interacción social.	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Desarrollo del tema: Interacción Social. <ul style="list-style-type: none"> –¿Qué es la interacción social? –La comunicación como base de la interacción social. –Beneficios de la interacción social. –Pasos para la interacción social: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 1º Respetar turnos y ser claro en tus explicaciones (Normas y acuerdos de convivencia). <input type="checkbox"/> 2º Sentir pertenencia al grupo (Mi red de amigos es importante) <input type="checkbox"/> 3º Practicar valores (Respeto y aceptación es lo primero). 	<p>Dinámicas participativas Proyector Expresión verbal</p>	90 minutos	<p>Coordinador de tutoría Docente tutor</p>

Conciencia emocional	Emplear la conciencia emocional.	<input type="checkbox"/> Desarrollo del tema: Conciencia Emocional. –¿Qué es la Conciencia Emocional? –¿Y por qué la necesitamos? –Pasos para tener una conciencia emocional: <input checked="" type="checkbox"/> 1° Tener claro tu identidad personal (autoidentidad) <input checked="" type="checkbox"/> 2° Expresar Afecto (efectividad). <input checked="" type="checkbox"/> 3° Expresa con asertividad tus pensamientos y emociones (gestionar).	Diapositivas Dinámicas participativas Proyector Expresión verbal	90 minutos	Coordinador de tutoría Docente tutor
Auto regulación	Promover la Autorregulación.	<input type="checkbox"/> Desarrollo del tema: la Autorregulación. –¿Qué es la autorregulación? –¿Por qué es importante la autorregulación? –Pasos para reforzar la Autorregulación: <input checked="" type="checkbox"/> 1° Conoce tus fortalezas y debilidades (autoconcepto). <input checked="" type="checkbox"/> 2° Practica ejercicio, corre, baile (estilos de vida saludables). <input checked="" type="checkbox"/> 3° Enfócate en la solución no en el problema (positivismo). <input checked="" type="checkbox"/> 4° Toma decisiones apropiadas (elección y responsabilidad). –Beneficios de la autorregulación en la vida diaria.	Dinámicas participativas Proyector Expresión verbal	90 minutos	Coordinador de tutoría Docente tutor
La autoestima	Ejercitar la autoestima.	<input type="checkbox"/> Desarrollo del tema: La Autoestima. –¿Qué es la autoestima? –Tipos de autoestima (alta, promedio y baja). –Escalera de la autoestima (autoconcepto, autoevaluación, autoaceptación,	Dinámicas participativas Proyector Expresión		

		<p>autorespeto, autoestima)</p> <p>–Pasos para fortalecer la autoestima:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☒ 1° Ante la adversidad, tratar de ser positivo y buscar ayuda. ☒ 2° Utiliza frases motivadoras para poder continuar (no está mal sentirse mal) ☒ 3° Reflexiona sobre los errores como oportunidades de aprendizaje. ☒ 4° Identifica lo que puedes cambiar y lo que no. 	verbal	90 minutos	<p>Coordinador de tutoría</p> <p>Docente tutor</p>
--	--	---	--------	------------	--

3.3.6. Esquema teórico

Programa socio emocional y autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, 2019.



CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES

1. El programa socio emocional refuerza la autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca.
2. En la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros”, de conformidad con los resultados de la aplicación del test se encontró que, los estudiantes del primer grado realizan los favores porque no sabe negarse, para la mayoría de estudiantes la confianza es fundamental, el 23% no soporta que las personas tengan una impresión inadecuada de ellos; para la mayoría de estudiantes la timidez depende de las personas con quien se encuentre; se deduce que, el 95% de estudiantes afirma haberse sentido herido por las palabras que les dijeron otra persona; un porcentaje regular de estudiantes afirma que es necesario que se reconozca el trabajo para que tenga valor; el 68% de estudiantes ha sentido falta de aprecio y comprensión.
3. El programa socio emocional basado en la teoría del constructivismo social, del desarrollo psicosocial y de la inteligencia emocional permitirá fortalecer la autoestima.

CAPÍTULO V: RECOMENDACIONES

1. Al personal de la UGEL, se recomienda capacitar a los directivos, coordinador de tutoría, a los docentes tutores y a todos los docentes de las diferentes áreas curriculares de la institución educativa en la importancia y beneficios de programas socio emocionales y autoestima para fortalecer la autoestima en los estudiantes de dicha institución.
2. A la directora de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, se le recomienda que brinde su apoyo y respaldo al coordinador (a) de tutoría y el docente tutor (a), en la realización del programa socio emocional para reforzar la autoestima en los estudiantes del primer grado.
3. A los docentes de la I.E. N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, recomendamos la participación activa en el programa socio emocional para reforzar la autoestima en los estudiantes del primer grado.

BIBLIOGRAFÍA REFERENCIADA

- Aguilar, R. (2019). *Relación entre la violencia intrafamiliar y autoestima en estudiantes de Iro de secundaria de una I.E. del Callao*. Lima. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. (ORCID:0000-0001-7395-5754)
- Álvarez, R. (2006). *Obesidad y Autoestima*. 1 edición. México editorial plaza
- Ander, E. (1978). *Introducción a las técnicas de investigación social*. Buenos Aires, Editorial Humanistas.
- Arias, J. (2000) *Proyecto de tesis. Guía para la elaboración*.
- Arista M. G (1998) *La tesis: del dicho al hecho*. Lima (NE)
- Bandura, A. (1987) *Teoría del aprendizaje social*. Espasa-Calpe, Madrid
- Bach, E. (2001). *Educación emocional. Los padres, los primeros. Temáticos de la escuela española*, I (1), 10-11. Barcelona: Cisspraxis.
- Barahona A. y F. *Metodología de trabajos científicos*. Bogotá, Edit. IPLER
- Bar-On, R. (1997). *BarOn Emotional Quotient Inventory Technical Manual*. Toronto: Multi-Health Systems Inc.
- Behar, D. (2008). *Metodología de la investigación*. Editorial Shalom
- Bisquerra Alzina, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bonet, J. (1997). *Manual de autoestima*. España: Sol terrea.
- Brad J. Bushman, R. F. (1998). Threatened Egotism, Narcissism, Self-Esteem, and Direct and Displaced Aggression: Does Self-Love or Self-Hate Lead to Violence?
- Branden, N. (2010). *Como mejorar su autoestima*. 3 edición España: Paidós Iberia.
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Paidos S.A. Barcelona.
- Briggs, D. (s.f.). *Sé amigo de ti mismo*. Obtenido de <http://www.cpalsj.org/wp-content/uploads/2014/08/11CPM1T2-Bonet-1997-Se-amigo-de-ti-mismo.pdf>

- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Ediciones Paidós. Barcelona - Buenos Aires - México ... 1." edición, 1987
- Bunge, M. (1973.). *La investigación científica, su estrategia y filosofía*. Barcelona, Editorial Ariel
- Camus, A. (s.f.). Obtenido de <http://www.cpalsj.org/wp-content/uploads/2014/08/11CPM1T2-Bonet-1997-Se-amigo-de-ti-mismo.pdf>
- Calero, P. (2000). *Autoestima y docencia para educar mejor en el siglo XXI*. San Marcos. Lima
- Coopersmith, S. (1999). *Escala de autoestima de niños y adultos SEI*. Josué test.
- Cruz, S. (2007). *Autoestima y gestión de calidad*. Iberoamericana S.A. México.
- Descalzo., M. (s.f.). *Sé amigo de tí mismo*. Obtenido de <http://www.cpalsj.org/wp-content/uploads/2014/08/11CPM1T2-Bonet-1997-Se-amigo-de-ti-mismo.pdf>
- Donaire, P. A. (s.f.). Obtenido de <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/3765/1/PowerPoint%20%20TEMA4.pdf>
- Eckhart, M. (s.f.). *Sé amigo de tí mismo*. Obtenido de <http://www.cpalsj.org/wp-content/uploads/2014/08/11CPM1T2-Bonet-1997-Se-amigo-de-ti-mismo.pdf>
- Emagister (s.f.). *Curso-Taller Autoestima: Mi reencuentro*. Campeche, Cam.,
- Erikson, E. (2000). *El ciclo vital completado*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica
- Gardner, H. (2001). *Inteligencias Múltiples la teoría en la práctica*. Buenos Aires Argentina: PAIDOS.
- Goleman, D. (2000). *Inteligencia emocional*. Buenos Aires, Argentina.
- Goleman, D. (1996) *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Haeussler, I. (2008). *Desarrollo emocional del niño. Psiquiatría y psicología de la infancia y adolescencia*. Madrid: Médica Panamericana.

- Hilary Pérez Villalobos (20019). *Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal*. Asociación Mexicana de Alternativas en Psicología, A.C. (Número41) https://www.alternativas.me/index.php?option=com_content&view=article&id=190&catid=30
- Hurlock, E. (1982). *Desarrollo del niño*. México: Mc Graw-Hill
- Izquierdo C. (2008). *Crece en la autoestima*. 1 edición. Lima Perú: Roel S.A.
- Kaiser, Barbara y Rasminsky (2007). *Comprendiendo el Desarrollo Socio-Emocional de los niños de edad temprana*. Boletín del centro Mid-Sate de orientación para los primeros años de la Infancia. Verano 2009.
- Kelly, J. (1987). *Entrenamiento de las habilidades sociales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Maslow, A. (1968). *Hacia una Psicología del Ser*.
- Mayer, J., y Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence*. In P.Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: educational implications* (pp. 3-34). New York, USA: Basic Books.
- Nathaniel, B. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. En B. Nathaniel, Los seis pilares de la autoestima (págs. 21-22). Barcelona: Paidós.
- Naranjos, M (2007) *Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*. Costa Rica. Revista Electrónica: “Actualidades Investigativas en Educación”, vol. 7, num. 3 (E-ISSN: 1409-4703) . <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>
- Ochoa, R. (2016). *Influencia de la violencia familiar en el nivel de autoestima de los estudiantes de secundaria, institución educativa N° 40178 Víctor Raúl Haya de la Torre Distrito Paucarpata. Arequipa*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo].
- Orduña, A.A. (2003). *Factor Individual: Autoestima*. (Salamanca, Ed.) Recuperado el 14 de mayo de 2017, de

http://www.enfermeriasalamanca.com/TRABAJOS_SALUD_LABORAL/SEGURIDAD/AUTOESTIMA.PDF

- Perera Medina, C. (2017). *Conciencia Emocional y Regulación Emocional*. Proyecto Final del Postgrau en Educació Emocional i Benestar. Barcelona: Universitat de Barcelona. Dipòsit Digital: <http://hdl.handle.net/2445/118533>
- Renom, A. (2007). *Educación emocional. Programa para educación primaria (6-12 años)*. Madrid, España: Wolters Kluwer.
- Rojas, E. (2001). *¿Quién eres? En E. Rojas, ¿Quién eres?* (págs. 320-324). Madrid: Ediciones Temas de Hoy S.A.
- Rogers, C. R. (1992). *El proceso de convertirse en persona*. PAIDOS IBERICA.
- Salas, L. (2020). *El aprendizaje cooperativo como estrategia para el desarrollo de habilidades socioemocionales en niños de primaria*. [Tesis de maestría, Universidad Veracruzana]. <https://docplayer.es/178702649-Universidad-veracruzana-maestria-en-gestion-del-aprendizaje-facultad-de-pedagogia-region-pozarica-tuxpan-titulo.html>
- Satir, V. (s.f.). Obtenido de <http://www.cpalsj.org/wp-content/uploads/2014/08/11CPM1T2-Bonet-1997-Se-amigo-de-ti-mismo.pdf>
- Steiner, V. y Perry, R. (1998). *La educación emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor
- Vegas, E. (2020). *El programa aprendo jugando, en el desarrollo de las habilidades socioemocionales de niños de cinco años, 2019*. [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. file:///C:/Users/Luis/Downloads/Vegas_PE.pdf

ANEXO

Anexo 1

FORMATO DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR EXPERTOS

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

PROPUESTA TEORICA VALIDADA POR JUICIO EXPERTOS

Experto: Alvaro Alamiro Vega Risco

INFORMACIÓN GENERAL.

Título:	Programa socio emocional y autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 "Señor de los Milagros" del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, 2019.
Objetivos:	Diseñar y proponer programa socio emocional, para mejorar la autoestima de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 "Señor de los Milagros" del Centro poblado Huacariz, del departamento de Cajamarca
Variable independiente	Programa socioemocional
Variable dependiente	Autoestima
Instrumento de recojo de datos	Encuesta

VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOJO DE DATOS:

Valore en una escala de 1 a 4 el grado de relevancia que otorga a los siguientes descriptores y señale con una X su respuesta en la casilla correspondiente.

1. Muy bajo 2. Bajo 3. Alto 4. Muy alto

ITEM:	Muy bajo	Bajo	Alto	Muy alto
1. Cuando alguien te pide un favor que no tienes tiempo o ganas de hacer...			X	
2. Viene alguien a interrumpirte cuando estás estudiando o haciendo algo que consideras importante, ¿qué haces?			X	
3. Cuando estás en grupo, ¿te cuesta tomar decisiones?				X
4. Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta...				X
5. ¿Has logrado éxitos en tu vida?			X	
6. En un grupo de personas que discuten ¿quién crees tiene razón?			X	

7. Tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...				X
8. Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no...			X	
9. ¿Preguntas, indagas y averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?			X	
10. ¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?			X	
11. ¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor?				X
12. Me considero una persona tímida...				X
13. ¿Qué sientes cuando alguien recién conocido descubre por primera vez algún defecto que estabas ocultando?			X	
14. ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?				X
15. Si pudieras cambiar algo de tu carácter, ¿qué cambiarías?				X
16. Cuando has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa?		X		
17. Si realizas un gran trabajo, ¿no es tan gran trabajo si nadie lo reconoce?				X
18. ¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?				X
19. Si repetidamente en reuniones de trabajo o grupos de estudio tus ideas no se tienen en cuenta...		X		
20. ¿A dónde crees que te lleva tu forma de ser?			X	

Apellidos y nombres: Alvaro Alamiro Vega Risco.

Grado académico: Magister.

Firma


 mag. Alvaro A. Vega Risco
 COORDINADOR PEDAGÓGICO
 DE SIMONBOLIVAR

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

PROPUESTA TEORICA VALIDADA POR JUICIO EXPERTOS

Experto: Fabiola Taico Zomora

INFORMACIÓN GENERAL.

Título:	Programa socio emocional y autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 "Señor de los Milagros" del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, 2019.
Objetivos:	Diseñar y proponer programa socio emocional, para mejorar la autoestima de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 "Señor de los Milagros" del Centro poblado Huacariz, del departamento de Cajamarca
Variable independiente	Programa socioemocional
Variable dependiente	Autoestima
Instrumento de recojo de datos	Encuesta

VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOJO DE DATOS:

Valore en una escala de 1 a 4 el grado de relevancia que otorga a los siguientes descriptores y señale con una X su respuesta en la casilla correspondiente.

1. Muy bajo 2. Bajo 3. Alto 4. Muy alto

ITEM:	Muy bajo	Bajo	Alto	Muy alto
1. Cuando alguien te pide un favor que no tienes tiempo o ganas de hacer...				X
2. Viene alguien a interrumpirte cuando estás estudiando o haciendo algo que consideras importante, ¿qué haces?			X	
3. Cuando estás en grupo, ¿te cuesta tomar decisiones?				X
4. Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta...				X
5. ¿Has logrado éxitos en tu vida?				X
6. En un grupo de personas que discuten ¿quién crees tiene razón?			X	

7. Tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...			X	
8. Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no...			X	
9. ¿Preguntas, indagas y averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?				X
10. ¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?				X
11. ¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor?				X
12. Me considero una persona tímida...			X	
13. ¿Qué sientes cuando alguien recién conocido descubre por primera vez algún defecto que estabas ocultando?			X	
14. ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?				X
15. Si pudieras cambiar algo de tu carácter, ¿qué cambiarías?				X
16. Cuando has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa?			X	
17. Si realizas un gran trabajo, ¿no es tan gran trabajo si nadie lo reconoce?			X	
18. ¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?				X
19. Si repetidamente en reuniones de trabajo o grupos de estudio tus ideas no se tienen en cuenta...			X	
20. ¿A dónde crees que te lleva tu forma de ser?				X

Apellidos y nombres: TAICO ZAMORA FABIOLA.....

Grado académico: MAGÍSTER EN EDUCACIÓN.....

Fabiola Taico Zamora
-Firma

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

PROPUESTA TEORICA VALIDADA POR JUICIO EXPERTOS

Experto: Alberto Ortega Villar

INFORMACIÓN GENERAL.

Título:	Programa socio emocional y autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 "Señor de los Milagros" del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, 2019.
Objetivos:	Diseñar y proponer programa socio emocional, para mejorar la autoestima de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 "Señor de los Milagros" del Centro poblado Huacariz, del departamento de Cajamarca
Variable independiente	Programa socioemocional
Variable dependiente	Autoestima
Instrumento de recojo de datos	Encuesta

VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOJO DE DATOS:

Valore en una escala de 1 a 4 el grado de relevancia que otorga a los siguientes descriptores y señale con una X su respuesta en la casilla correspondiente.

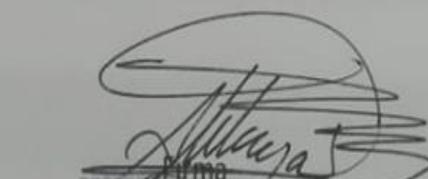
1 Muy bajo 2 Bajo 3 Alto 4 Muy alto

ITEM:	Muy bajo	Bajo	Alto	Muy alto
1. Cuando alguien te pide un favor que no tienes tiempo o ganas de hacer...			X	
2. Viene alguien a interrumpirte cuando estás estudiando o haciendo algo que consideras importante, ¿qué haces?				X
3. Cuando estás en grupo, ¿te cuesta tomar decisiones?			X	
4. Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta...			X	
5. ¿Has logrado éxitos en tu vida?				X
6. En un grupo de personas que discuten ¿quién crees tiene razón?				X

7. Tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...				X
8. Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no...				X
9. ¿Preguntas, indagas y averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?			X	
10. ¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?			X	
11. ¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor?				X
12. Me considero una persona tímida...				X
13. ¿Qué sientes cuando alguien recién conocido descubre por primera vez algún defecto que estabas ocultando?			X	
14. ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?			X	
15. Si pudieras cambiar algo de tu carácter, ¿qué cambiarías?				X
16. Cuando has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa?			X	
17. Si realizas un gran trabajo, ¿no es tan gran trabajo si nadie lo reconoce?			X	
18. ¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?				X
19. Si repetidamente en reuniones de trabajo o grupos de estudio tus ideas no se tienen en cuenta...				X
20. ¿A dónde crees que te lleva tu forma de ser?			X	

Apellidos y nombres: Urteaga Villar Alberto

Grado académico: Magister


 Alberto Urteaga Villar
 Prof. DE EDUCACIÓN ARTÍSTICA

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO-SOCIALES Y
EDUCACIÓN

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

Estimados estudiantes: Encontrándome elaborando mi investigación sobre la autoestima, agradeceré responder de manera objetiva el siguiente test.

Marca con una X, solamente en un recuadro de la derecha.

Pregunta 1

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

- | | |
|---|------------------------------|
| Pese a todo lo hago, no sé decir que no. | R 1 <input type="checkbox"/> |
| Doy una excusa por tonta que sea para no tener que hacer ese favor. | R 2 <input type="checkbox"/> |
| Le digo la verdad, que no me apetece o no puedo hacer lo que me pide. | R 3 <input type="checkbox"/> |

Pregunta 2

Viene alguien a interrumpirte cuando estás estudiando o haciendo algo que consideras importante, ¿qué haces?

- | | |
|--|------------------------------|
| Le atiendo, pero procuro cortar cuanto antes con educación. | R 1 <input type="checkbox"/> |
| Le atiendo sin mostrar ninguna prisa en que se marche. | R 2 <input type="checkbox"/> |
| No quiero interrupciones, así que procuro que no me vea y que otra persona diga que estoy muy ocupado. | R 3 <input type="checkbox"/> |

Pregunta 3

Cuando estás en grupo, ¿te cuesta tomar decisiones?

- | | |
|--|------------------------------|
| Depende de la confianza que tenga con la gente del grupo, me cuesta más o menos. | R 1 <input type="checkbox"/> |
| Normalmente no me cuesta tomar decisiones, sea donde sea. | R 2 <input type="checkbox"/> |
| | R 3 <input type="checkbox"/> |

Sí, me suele costar mucho tomar cualquier decisión cuando estoy en grupo.

Pregunta 4

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

- Cambiaría bastantes cosas para así sentirme mucho mejor y estar más a gusto con la gente. R 1
- Estaría bien, pero no creo que cambiara nada esencial de mi vida. R 2
- No creo que necesite cambiar nada de mí. R 3

Pregunta 5

¿Has logrado éxitos en tu vida?

- Sí, unos cuantos. R 1
- Sí, creo que todo lo que hago es ya un éxito. R 2
- No. R 3

Pregunta 6

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

- Normalmente la razón la tengo yo. R 1
- No todos, sólo algunos. Generalmente la mayoría da versiones válidas de la realidad. R 2
- Todas las personas aportan puntos de vista válidos. R 3

Pregunta 7

Tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...

- Le escucho atentamente, procurando que la conversación se desvíe a una crítica constructiva y poder aprender de mis errores. R 1
- Que eleve la voz no se justifica en ningún caso. No tiene ningún derecho a tratarme así, por lo que no puedo escuchar lo que me dice hasta que no baje su tono de voz. R 2
- R 3

Me molesta que me regañe y lo paso mal.

Pregunta 8

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

- Mucho, no soporto que alguien me tenga mal considerado. R 1
- No siempre, sólo cuando me interesa especialmente la amistad de la otra persona. R 2
- Lo que los demás piensen de mí no influirá en mi forma de ser. R 3

Pregunta 9

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

- Sí, aunque me llevo algunos disgustos. R 1
- Sí y disfruto conociéndome a mi mismo a través de los otros. R 2
- No pregunto nada, por si acaso me encuentro con respuestas que hubiera preferido no escuchar. R 3

Pregunta 10

¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?

- Sólo algunas cosas de las que pienso son posibles. R 1
- Me cuesta conseguir lo que quiero, no creo que pudiera. R 2
- Con trabajo, suerte y confianza, seguro que sí. R 3

Pregunta 11

¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor?

- No estoy convencido, pero hago lo que puedo porque tenga un valor. R 1
- No, más bien pienso que muchas veces no tiene valor ninguno. R 2
- Estoy convencido de que tiene mucho valor. R 3

Pregunta 12

Me considero una persona tímida...

Depende del ambiente en que me mueva puedo ser más o menos tímido/a.

R 1

No me cuesta hacer amigos ni relacionarme en cualquier situación.

R 2

Creo que soy una persona especialmente tímida.

R 3

Pregunta 13

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

Esta pregunta presupone que oculto mis defectos, en cualquier caso mi respuesta es que no me importa y que prefiero que los conozca cuanto antes.

R 1

Me siento muy mal y desde ese momento mi relación con esa persona ya no es la misma.

R 2

Me resulta incómodo, pero procuro no darle mayor importancia.

R 3

Pregunta 14

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

Sí, me he sentido herido muchas veces.

R 1

No hay nada que puedan decir que pueda herirme.

R 2

Sí, pero sólo por palabras dichas por personas muy queridas.

R 3

Pregunta 15

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

Nada.

R 1

No lo sé, son muchas cosas.

R 2

Alguna cosa.

R 3

Pregunta 16

Cuando has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa?

Mía, normalmente.

R 1

Del otro, normalmente.

R 2

Cada discusión es distinta, a veces uno a veces otro.

R 3

Pregunta 17

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

Efectivamente, si nadie reconoce el valor de mi trabajo no merece tanto la pena.

R 1

El valor de cualquier trabajo es independiente del juicio de quien sea.

R 2

El valor de mi trabajo soy yo el único que puede juzgarlo.

R 3

Pregunta 18

¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?

No es que lo sienta, es que es verdad que nadie me quiere.

R 1

Si, a veces siento que nadie me quiere.

R 2

No, sólo en alguna ocasión siento que no me comprenden, pero no es lo mismo.

R 3

Las personas a las que todo el mundo quiere no valen nada, sólo los grandes generan odios y enemigos.

R 4

Nunca me siento así, las personas que me rodean me aprecian.

R 5

Pregunta 19

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

R 1

Pienso que no merece la pena el esfuerzo porque mis ideas no son tan buenas como creía y procuro atender a las ideas de los otros, dejando en adelante de ofrecer más ideas.

R 2

Lo considero una estadística desfavorable, pero continúo aportando mis ideas si se me ocurre alguna interesante.

R 3

Abandono el grupo, ya que mis ideas no son tenidas en cuenta y procuro formar otro en el que soy el líder o ir en solitario.

Pregunta 20

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

R 1

Hacia una mejora constante.

R 2

Al desastre

R 3

A la normalidad.

Anexo 2

Tabla 1.

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

	Frecuencia	Porcentaje válido
Válido Digo la verdad, que no me apetece o no puedo hacer lo que me pide.	13	42
Pese a todo lo hago, no sé decir que no.	14	45
Doy una excusa por tonta que sea para no tener que hacer ese favor.	4	13
Total	31	100

Tabla 2.

Viene alguien a interrumpirte cuando estás estudiando o haciendo algo que consideras importante, ¿Qué haces?

	Frecuencia	Porcentaje válido
Válido Le atiende sin mostrar ninguna prisa en que se marche.	13	42
Le atiende, pero procuro cortar cuanto antes con educación.	10	32
No quiero interrupciones, así que procuro que no me vea y que otra persona diga que estoy muy ocupado.	8	26
Total	31	100

Tabla 3.

Cuando estás en grupo, ¿Te cuesta tomar decisiones?

	Frecuencia	Porcentaje válido
Válido Depende de la confianza que tenga con la gente del grupo, me cuesta más o menos.	19	61
Normalmente no me cuesta tomar decisiones	6	19
Me suele costar mucho tomar cualquier decisión.	6	19
Total	31	100

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

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	No creo que necesite cambiar nada de mí.	14	45
	Estaría bien, pero no creo que cambiara nada esencial de mi vida.	9	29
	Cambiaría bastantes cosas para así sentirme mucho mejor y estar más a gusto con la gente.	8	26
	Total	31	100

Tabla 5.*¿Has logrado éxitos en tu vida?*

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Sí, unos cuantos.	20	65
	Sí, creo que todo lo que hago es ya un éxito.	5	16
	No	6	19
	Total	31	100

Tabla 6.*En un grupo de personas que discuten ¿Quién crees tiene razón?*

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Todas las personas aportan puntos de vista válidos	26	84
	No todos, sólo algunos. Generalmente la mayoría da versiones válidas de la realidad.	5	16
	Total	31	100

Tabla 7.*Tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...*

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Que eleve la voz no se justifica en ningún caso. No tiene ningún derecho a tratarme así, por lo que no puedo	4	13
	Le escucho atentamente, procurando que la conversación se desvíe a una crítica constructiva y poder aprender	27	87
	Total	31	100

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

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Mucho, no soporto que alguien me tenga mal considerado.	7	23
	Lo que los demás piensen de mí no influirá en mi forma de ser.	23	74
	No siempre, sólo cuando me interesa especialmente la amistad de la otra persona.	1	3
	Total	31	100

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

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Sí y disfruto conociéndome a mi mismo a través de los otros.	11	35
	No pregunto nada, por si acaso me encuentro con respuestas que hubiera preferido no escuchar.	11	35
	Sí, aunque me llevo algunos disgustos.	9	29
	Total	31	100

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

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Con trabajo, suerte y confianza, seguro que sí.	28	90
	Me cuesta conseguir lo que quiero, no creo que pudiera.	2	6
	Sólo algunas cosas de las que pienso son posibles.	1	3
	Total	31	100

Tabla 11.*¿Estás convencido de que lo que haces tiene valor?*

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	No estoy convencido, pero hago lo que puedo porque tengo un valor.	8	26
	Estoy convencido de que tiene mucho valor.	22	71
	No, muchas veces no tiene valor ninguno.	1	3
	Total	31	100

Tabla 12.*Me considero una persona tímida...*

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Depende del ambiente en que me mueva puedo ser más o menos tímido/a.	23	74
	Creo que soy una persona especialmente tímida.	3	10
	No me cuesta hacer amigos ni relacionarme en cualquier situación.	5	16
	Total	31	100

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

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Me resulta incómodo, pero procuro no darle mayor importancia.	17	55
	No me importa y prefiero que los conozca cuanto antes	6	19
	Me siento muy mal y desde ese momento mi relación con esa persona ya no es la misma.	8	26
	Total	31	100

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

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Sí, me he sentido herido muchas veces.	20	65
	No hay nada que puedan decir que pueda herirme.	2	6
	Sí, pero sólo por palabras dichas por personas muy queridas.	9	29
	Total	31	100

Tabla 15.*Si pudieras cambiar algo de tu carácter ¿Qué cambiarías?*

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Nada	3	10
	No lo sé, son muchas cosas.	8	26
	Alguna cosa.	20	65
	Total	31	100

Tabla 16.

Cuando has tenido alguna discusión con un amigo o un familiar ¿De quién has pensado que era la culpa?

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Cada discusión es distinta, a veces uno a veces otro.	22	71
	Mía, normalmente.	9	29
	Total	31	100

Tabla 17.

Si realizas un gran trabajo ¿No es tan gran trabajo si nadie lo reconoce?

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	El valor de cualquier trabajo es independiente del juicio de quien sea.	22	71
	Efectivamente, si nadie reconoce el valor de mi trabajo no merece tanto la pena.	9	29
	Total	31	100

Tabla 18.

¿Alguna vez sientes que nadie te quiere?

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Nunca me siento así, las personas que me rodean me aprecian.	8	26
	Las personas a las que todo el mundo quiere no valen nada, sólo los grandes generan odios y enemigos.	2	6
	No es que lo sienta, es que es verdad que nadie me quiere.	1	3
	Si, a veces siento que nadie me quiere.	11	35
	No, sólo en alguna ocasión siento que no me comprenden, pero no es lo mismo.	9	29
	Total	31	100

Tabla 19.

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

		Frecuencia	Porcentaje válido
Válido	Lo considero una estadística desfavorable, pero continúo aportando mis ideas si se me ocurre	26	84
	No merece la pena el esfuerzo porque mis ideas no son tan buenas y procuro atender a las ideas de los otros.	5	16
	Total	31	100

Tabla 20.

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

	Frecuencia	Porcentaje válido
Válido		
Hacia una mejora constante.	26	84
A la normalidad.	3	10
Al desastre.	2	6
Total	31	100

Anexo 3

INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 82032 “SEÑOR DE LOS MILAGROS”, DEL CENTRO POBLADO HAUCARIZ





UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

N°615-VIRTUAL

Siendo las 10:00 horas, del día viernes 10 de marzo de 2023; se reunieron vía online mediante la plataforma virtual Google Meet: <https://meet.google.com/vpg-sqph-jht>, los miembros del jurado designados mediante Resolución N°1089-2021-V-D-NG-FACHSE, de fecha 26 de agosto de 2021, integrado por:

Presidente	: Dr. José Wilder Herrera Vargas.
Secretario	: Mg. Luis Mercedes Flores Morillas.
Vocal	: Mg. Diana Mercedes Castro Cárdenas.
Asesor Metodológico	: Dr. Rafael Cristóbal García Caballero.
Asesor Científico	: _



La finalidad es evaluar la Tesis titulada: "PROGRAMA SOCIO EMOCIONAL Y AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 82032 SEÑOR DE LOS MILAGROS DEL CENTRO POBLADO HUACARIZ, CAJAMARCA, 2019" presentada por la tesista **OCTAVIA JUDITH DEL ROCIO CALUA TIRADO**, para obtener el Grado Académico de Maestro en Ciencias de la Educación, mención: **Psicopedagogía Cognitiva**.

Producido y concluido el acto de sustentación, de conformidad con el Reglamento General de Investigación (aprobado con Resolución N° 365-2022-CU de fecha 27 de julio de 2022); los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al sustentante, quien procedió a dar respuesta a las interrogantes planteadas.

Con la deliberación correspondiente por parte del jurado, se procedió a la calificación de la Tesis, obteniendo un calificativo de **[15] [QUINCE]** en la escala vigesimal, que equivale a la mención de **REGULAR**. Siendo las 11: 05 a.m. horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico online, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

Dr. José Wilder Herrera Vargas

PRESIDENTE

Mg. Luis Mercedes Flores Morillas

SECRETARIO

Mg. Diana Mercedes Castro Cárdenas

VOCAL

TESIS DE GRADO

INFORME DE ORIGINALIDAD

19%	19%	2%	%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	alternativas.me Fuente de Internet	3%
2	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	es.testsworld.net Fuente de Internet	2%
5	1library.co Fuente de Internet	1%
6	repositorio.upagu.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.unc.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	diu.unheval.edu.pe Fuente de Internet	1%



Dr. Rafael C. García Caballero

DNI 16423540

10	psicapblog.blogspot.com Fuente de Internet	1 %
11	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
12	repositorio.uancv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
13	www.scielo.org.co Fuente de Internet	<1 %
14	ri.ues.edu.sv Fuente de Internet	<1 %
15	credesarrolload.blogspot.com Fuente de Internet	<1 %
16	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
17	bibliotecadigital.udea.edu.co Fuente de Internet	<1 %
18	thetowerofscience.com Fuente de Internet	<1 %
19	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
20	repobib.ubiobio.cl Fuente de Internet	<1 %
21	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	<1 %



Dr. Rafael C. García Caballero

DNI 16423540

CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo, García Caballero Rafael Cristóbal usuario revisor del documento titulado:

Programa socio emocional y autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, 2019.

Cuyo autor es: Calua Tirado, Octavia Judith del Rocío

Identificado con documento de identidad N°26717321 declaro que la evaluación realizada por el Programa informático, ha arrojado un porcentaje de similitud de 19% verificable en el Resumen de Reporte automatizado de similitudes que se acompaña.

El suscrito analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas dentro del porcentaje de similitud permitido no constituyen plagio y que el documento cumple con la integridad científica y con las normas para el uso de citas y referencias establecidas en los protocolos respectivos.

Se cumple con adjuntar el Recibo Digital a efectos de la trazabilidad respectiva del proceso.

Lambayeque, 15 de mayo del 2024



García Caballero Rafael Cristóbal

DNI: 16423540

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, **Calua Tirado, Octavia Judith del Rocío** investigador principal, y **García Caballero, Rafael Cristóbal**, asesor del trabajo de investigación “Programa socio emocional y autoestima en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 82032 “Señor de los Milagros” del Centro poblado Huacariz, Cajamarca, 2019” declaramos bajo juramento que este trabajo no ha sido plagiado, ni contiene datos falsos. En caso se demostrará lo contrario, asumo responsablemente la anulación de este informe y por ende el proceso administrativo a que hubiera lugar. Que pueda conducir a la anulación del título o grado emitido como consecuencia de este informe.

Lambayeque, 05 de noviembre del 2021



Calua Tirado, Octavia Judith del Rocío
Autora



García Caballero, Rafael Cristóbal



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Octavia Judith Del Rocío Calua Tirado
Título del ejercicio: TESIS DE GRADO
Título de la entrega: TESIS DE GRADO
Nombre del archivo: TURNI.doc
Tamaño del archivo: 754.5K
Total páginas: 53
Total de palabras: 10,036
Total de caracteres: 54,842
Fecha de entrega: 09-nov.-2021 08:26a. m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega... 1697728765



Rafael C. García Caballero
DNI 16423540