

La autoestima para desarrollar habilidades para la vida en estudiantes universitarios de Educación Primaria

Self-esteem to develop skills for life in university students of Primary Education

Liliana Mendoza

Facultad de Educación y Ciencias de la Comunicación, Universidad Nacional de Trujillo. Av. Juan Pablo II s/n – Ciudad Universitaria, Trujillo - Perú

*Autor correspondiente: liliana_mendozam@hotmail.com (L. Mendoza).

Fecha de recepción: 18 06 2019. Fecha de aceptación: 16 08 2019

RESUMEN

La investigación tiene como propósito determinar que la autoestima desarrolla las habilidades para la vida (HpV) de los estudiantes universitarios de educación primaria de la Universidad Nacional de Trujillo. La población está conformada por 214 estudiantes, la muestra objeto de estudio está conformada por 60 estudiantes que integran el grupo control y 60 estudiantes que integran el grupo experimental. Para la recopilación de información se ha utilizado el cuestionario de HpV, cuya validez y confiabilidad ha sido evaluada por el método Alfa Cronbach y el coeficiente de correlación del mismo y para medir la variable independiente se ha utilizado una guía de observación. De los resultados del pre test obtenidos se observa que las estudiantes que integran el grupo experimental e 88% se encuentran en un nivel bajo y el 12% en un nivel medio. Y en la estrategia basada en la autoestima el 93% se encuentran en el nivel medio y el 7% en un nivel bajo. Se concluye que la autoestima desarrolla habilidades para la vida en las estudiantes del programa académico.

Palabras clave: Habilidades para la vida; autoestima; competencias; capacidades, estrategias.

ABSTRACT

The purpose of the research is to determine that self-esteem develops the life skills (HpV) of university students of Primary Education of the National University of Trujillo. The population is made up of 214 students, the sample object of study is made up of 60 students that make up the control group and 60 students that make up the experimental group For the collection of information the Life Skills (HpV) questionnaire was used, whose validity and reliability has been evaluated by the Alpha Cronbach method and the correlation coefficient of the same and to measure the independent variable an observation guide has been used. From the results of the pre-test obtained, it is observed that the students that make up the experimental group are 88% at a low level and 12% at a medium level. And the strategy based on self-esteem 93% are in the middle level and 7% in a low level. It is concluded that self-esteem develops life skills in students of the academic program.

Keywords: Skills for life; self-esteem; skills; abilities; strategies.

INTRODUCCIÓN

Hoy en día las distintas formas de violencias ocasionan la disminución del recurso humano de un país, deterioran la calidad

de vida y esperanza, distorsionan los valores, alteran la salud mental individual y colectiva. La violencia que se aprende en el hogar, tiene la posibilidad de condicionar ciclos transgeneracionales de

violencia. En nuestro país los niños y adolescentes son víctimas frecuentes y protagonistas de hechos violentos, no se liberan del impacto negativo que la violencia ejerce y esta puede dañar la salud física y emocional provocando baja autoestima, estados de ansiedad, episodios estresantes.

Erradicar esta pandemia es un gran reto del siglo XXI. La falta de amor y comprensión en los hogares hace que los adolescentes cometan una serie de actos indebidos en la sociedad debido a que no tienen las habilidades y herramientas necesarias para enfrentar esta mal que afecta no solamente la salud física sino también la emocional. Desde las escuelas y/o instituciones educativas de Educación Superior se debe dotar a los estudiantes de habilidades y destrezas que ayuden a superar este mal desarrollando patrones que conlleven a elevar la valía personal para defender sus derechos y hacerse respetar.

Para Krug (2014) el daño que ejerce la agresión no solamente es físico sino psicológico. Daña al organismo, disminuye el amor propio, conlleva a estados ansiosos y depresivos, bajan las defensas y daña el sistema inmunológico lo que hace al organismo proclive a desarrollar enfermedades psicosomáticas alterando el normal desarrollo de quienes lo viven. El maltrato conlleva a una desvalorización total, a la disminución como ente total, provocando una baja autoestima sobre todo en seres vulnerables como son: las mujeres, niños y adolescentes.

La baja autoestima en niños y adolescentes no solamente altera el rendimiento escolar sino también altera la valoración que se tiene de sí mismo y el amor propio, y a la vez conlleva a manejar de manera deficiente habilidades sociales y habilidades para la vida, así lo afirman numerosas investigaciones realizadas en la que establecen que no existe correlación directa entre destrezas sociales, habilidades, competencias y capacidades sociales, ejes fundamentales para desenvolverse tanto a nivel personal e interpersonal en contextos escolares y sociales. En el Perú, aproximadamente una tercera parte de los estudiantes presentan deficiencias significativas de patrones de autovaloración personal y de amor propio así como

también de habilidades para establecer relaciones interpersonales óptimas.

Según García y Román (2014) un estudiante con baja autoestima carece de confianza en su persona, no tiene independencia propia, no es capaz de relacionarse con los demás, demuestra episodios frustrantes, no se adecua a los cambios, no soporta las críticas y no gestiona sus emociones. La valoración que se tiene de sí mismo y la valía personal influye en el desenvolvimiento social, las personas con baja autoestima presentan muchas dificultades para establecer relaciones exitosas y enfrentar con éxito múltiples problemas; es decir no manejan habilidades sociales y por ende habilidades para la vida.

Es inquietante encontrarse con cifras alarmantes de baja autoestima y de falta de desarrollo de capacidades y destrezas sociales en estudiantes de las II.EE. y universidades. La falta de reconocimiento del propio valor y la carencia de habilidades en las relaciones interpersonales es un tema de interés de maestras y maestros. Del grado de valoración propia dependerán sus aprendizajes y su actuación social. Cuando un alumno adquiere herramientas necesarias para valorarse y amarse se siente competente, seguro y valioso para enfrentar con éxito dificultades de aprendizaje y aprende a comportarse adecuadamente en ambientes sociales.

El reconocimiento del propio valor es un factor importante en la construcción de los pilares de la niñez y la adolescencia, este se construye día a día mediante las relaciones en ambientes donde se desenvuelven. El aspecto emocional no debe ser ignorado por los docentes, ya que es el responsable de dar seguridad, afecto y mejorar la valía personal de cada estudiante. Desde las instituciones educativas se puede hacer mucho para contrarrestar a la violencia mediante programas y talleres que ayuden a desarrollar habilidades sociales y habilidades para la vida, herramientas necesarias para actuar en un mundo donde prima la violencia. Porque la violencia es previsible y prevenible.

En Educación Superior también se vive esta realidad problemática. Los estudiantes llegan a universidad con ciertas dificultades de autoestima, comunicación asertiva, gestión de emociones, así como también de un nivel bajo de estrategias

para responder a una buena convivencia escolar; de necesidades socioemocionales, de buenas relaciones interpersonales y otras que le conlleven a vivir en armonía. A menudo los estudiantes carecen de una valía personal y amor propio, la falta del autoconcepto, autoconocimiento y autocontrol les conlleva a ser agresivos en las relaciones que establecen con sus compañeros. El manejo del manejo inadecuado de sus emociones, de su inteligencia emocional y de habilidades comunicativas evidencia la falta de recursos para establecer relaciones asertivas y de convivencia.

Las universidades deben poner énfasis en el crecimiento personal de cada uno de los estudiantes y del fortalecimiento de recursos sociales y por ende de HpV. Desarrollar acciones y estrategias para completar la formación integral de cada uno y dotarlos de elementos necesarios para evidenciar competencias sociales expresadas en comportamientos asertivos y manejo de capacidades personales, interpersonales y sociales. Es decir, desarrollar destrezas y habilidades propias de interacción social que les permita actuar respondiendo mediante una comunicación asertiva hacia los demás. Se debe educar para las relaciones e interacciones sociales, respetando la posición y papel social que desempeña cada uno. La comprensión de las relaciones e interacciones sociales es algo fundamental para una vida emocional sana y la convivencia en armonía.

La Universidad Nacional de Trujillo, no es ajena a esta realidad problemática, muchos de sus estudiantes presentan desconocimiento en cuanto al manejo de competencias psicosociales. Muchos de ellos presentan tener niveles bajos de autoestima, inadecuadas relaciones de comunicación, manifestadas en comportamientos agresivos o pasivos, no manejan adecuadamente sus emociones, generando malas relaciones de comunicación. Esto se presenta en las diversas facultades; específicamente en la carrera profesional de Educación Primaria, las estudiantes muchas veces manifiestan un escaso manejo de herramientas, destrezas, estrategias y acciones que les permitan demostrar el manejo adecuado de sus habilidades personales, interpersonales y sociales en el ambiente escolar. La gran

mayoría presenta dificultades para manejar un conjunto de HpV, carecen de destrezas para responder a los mensajes contradictorios, herramientas para trabajo en equipo, destrezas para aceptar cambios y establecer relaciones amicales asertivas, relaciones comunicativas adecuadas, conocimiento y manejo de emociones, habilidades para no dejarse gobernar por las exigencias del grupo.

Las estudiantes de Educación, evidencian ciertos rasgos característicos de que no manejan adecuadamente las competencias psicosociales, todavía no tienen una clara noción de su persona, de sus cualidades, valores y virtudes; y sin esta valiosa valoración es imposible conocer a las personas que los rodean; no muestran signos característicos de una persona empática y simpática porque les falta recursos para comprender las emociones personales y de los demás; no hay señales de una comunicación efectiva y eficaz y las relaciones con sus pares se ven afectadas por no saber expresar sus pensamientos y sentimientos de la forma oportuna y adecuada; en referencia a las relaciones que establecen les falta adquirir ciertos patrones para establecer relaciones exitosas para trabajar en equipo; no gestionan adecuadamente la ira y el enojo, no identifican sus propias emociones así como tampoco tienen las herramientas necesarias para manejar el estrés y las tensiones que sufren cuando se encuentran frente a una situación problemática. Si el manejo de recursos psicosociales los estudiantes no podrán enfrentar con éxito sus problemas académicos.

De allí que surge la necesidad que además de proveerlos de un sin número de conocimientos, también se les brinde acciones para desempeñarse adecuadamente en la vida universitaria. Los estilos de vida de los universitarios están sujetos a la exposición de muchos factores de riesgo. No debemos olvidar que las HpV se desarrollan progresivamente a lo largo de toda la vida, razón por la cual debemos tener cuidado en que las estudiantes busquen alternativas para elevar el amor hacia sí mismas ya que este sirve como base para establecer relaciones interpersonales para desenvolverse socialmente, respetando y valorando a los demás, de comprender a los demás y desarrollarse como persona hábilmente en el adecua-

do manejo de las HpV. El principal eje de la escuela es dotar a los estudiantes de un conjunto de herramientas y estrategias en el entrenamiento de acciones que les permita integrarse y desarrollarse en contextos sociales, en contextos de buenas relaciones interpersonales.

El objetivo del presente estudio es determinar que la autoestima desarrolla las habilidades para la vida de los estudiantes universitarios de educación primaria de la Universidad Nacional de Trujillo.

MATERIAL Y MÉTODOS

El presente trabajo de investigación utiliza el diseño cuasi-experimental, cuyo esquema es el siguiente:

G.E: 01 — x — 02

G.C: 03 — 04

Dónde el G.E. y G.C. está conformado por 60 estudiantes de Educación Primaria de la UNT. Trujillo-2018.

Población: La población para el presente trabajo de investigación, está conformada por 214 estudiantes matriculadas en el

Programa de Educación Primaria de la Universidad Nacional de Trujillo, según registro de matrícula para el año académico 2018 (Según Nóminas de matrícula-Registro Técnico).

Muestra:

La muestra que se ha tomado en cuenta ha sido seleccionada al azar y lo conforman 60 estudiantes al que se denomina grupo experimental. Y 60 estudiantes que se le denomina grupo control.

Se utilizó como técnicas la observación sistemática, situaciones orales de evaluación y ejercicios prácticos. Mientras que como instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad se usó listas de cotejo, guías de observación, Elaboración de organizadores de información y Cuestionario de Habilidades para la vida.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación se muestran los resultados realizado al grupo control y experimental antes y después de la aplicación del cuestionario que determina la dimensión habilidades para la vida.

Tabla 1

Resultados de la aplicación del test antes y después de la aplicación (cuestionario) al grupo control y grupo experimental-Estudiantes universitarios de Educación Primaria de la Universidad Nacional de Trujillo-2018

	Grupo Control				Grupo Experimental			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Alto	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Medio	6	10%	19	32%	7	12%	56	93%
Bajo	54	90%	41	68%	53	88%	4	7%
Total	60	100%	60	100%	60	100%	60	100%

Tabla 2

Resultados obtenidos por dimensiones (habilidades para la vida) de la aplicación del pre-test (cuestionario) al grupo control conformado por 60 estudiantes universitarios del programa académico de Educación Primaria-UNT-2018

	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		
	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Alto	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Medio	12	20	10	17	8	13	9	15	8	13	9	15	7	12	8	13	5	8	6	10	10
Bajo	48	80	50	83	52	87	51	85	52	87	51	85	53	88	52	87	55	92	54	90	90
Total	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	100

1: Autoconocimiento; 2: Empatía; 3: Comunicación asertiva; 4: Relaciones interpersonales; 5: Toma de decisiones; 6: Solución de problemas y conflictos; 7: Pensamiento creativo; 8: Pensamiento crítico; 9: Manejo de emociones y sentimientos; 10: Manejo de tensiones y estrés.

Tabla 3

Resultados obtenidos por dimensiones (habilidades para la vida) de la aplicación del post-test(cuestionario) al grupo control conformado por 60 estudiantes universitarios del programa académico de Educación Primaria-UNT-2018

	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Alto	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Medio	20	33	12	20	8	13	8	13	8	13	9	15	8	13	8	13	5	8	6	10	10
Bajo	40	67	48	80	52	87	52	87	52	87	51	85	52	87	52	87	55	92	54	90	90
Total	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	100

Tabla 4

Resultados obtenidos por dimensiones (habilidades para la vida) de la aplicación del pre-test(cuestionario) al grupo experimental conformado por 60 estudiantes universitarios del programa académico de Educación Primaria-UNT-2018

	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Alto	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Medio	2	3	5	8	7	12	12	20	5	8	10	17	8	13	12	20	9	15	6	10		
Bajo	58	97	55	92	53	88	48	80	55	92	50	83	52	87	48	80	51	85	54	90		
Total	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100

1: Autoconocimiento; 2: Empatía; 3: Comunicación asertiva; 4: Relaciones interpersonales; 5: Toma de decisiones; 6: Solución de problemas y conflictos; 7: Pensamiento creativo; 8: Pensamiento crítico; 9: Manejo de emociones y sentimientos; 10: Manejo de tensiones y estrés.

Tabla 5

Resultados obtenidos por dimensiones (habilidades para la vida) de la aplicación del post-test(cuestionario) al grupo experimental conformado por 60 estudiantes universitarios del programa académico de Educación Primaria-UNT-2018

	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Alto	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Medio	32	53	27	45	33	55	37	62	39	65	42	70	48	80	34	57	49	82	43	72		
Bajo	28	47	33	55	27	45	23	38	21	35	18	30	12	20	26	43	11	18	17	28		
Total	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100	60	100

1: Autoconocimiento; 2: Empatía; 3: Comunicación asertiva; 4: Relaciones interpersonales; 5: Toma de decisiones; 6: Solución de problemas y conflictos; 7: Pensamiento creativo; 8: Pensamiento crítico; 9: Manejo de emociones y sentimientos; 10: Manejo de tensiones y estrés.

Los resultados reflejados por el comportamiento estadístico concluyen que la autoestima influye significativamente en las habilidades para la vida de las participantes. El pre test demostró que el 0% de las estudiantes tienen un nivel alto, el 12% un nivel medio y el 88% un nivel bajo. Mientras que el post-test arroja que el 0% de las estudiantes tienen un nivel alto, el 93% un nivel medio y el 7% un nivel bajo. Existe una diferencia significativa del 81%. Estos resultados son parecidos a los resultados obtenidos por Silva (2015), la investigadora manifiesta que los estudiantes mediadores disponen de destrezas y estrategias para desarrollar las habilidades relaciones interpersonales, comunicación asertiva, resolución de problemas y conflictos y manejo de emociones y sentimientos demostrando una diferencia significativa de 37%.

Mientras tanto, De Souza (2014) en su trabajo de investigación correlacional demostró que el 72% de los estudiantes carecen de destrezas para las habilidades sociales para la vida, sobre todo carecen de herramientas para establecer relaciones interpersonales y para comunicarse asertivamente, resultados que coinciden con los resultados del pre-test aplicada por la investigación en la que arroja un 66% de las estudiantes carecen de estrategias y herramientas en las dos dimensiones antes mencionadas. Cabrera

(2013) en su trabajo de investigación Desarrollo de Habilidades Sociales para Adolescentes, demuestra de manera general que los estudiantes tienen menos destrezas para iniciar conversaciones, hacer cumplidos, preguntar, presentarse a sí mismo, presentar a otras personas, mantener conversaciones, características propias de la dimensión de relaciones interpersonales; características que se ajustan a los resultados presentados al desarrollar el Taller de Autoestima donde la diferencia entre un nivel y el otro es 24%. No ocurre lo mismo en la dimensión manejo de emociones y sentimientos presentan un 64% entre el nivel bajo y nivel medio, mientras que Cabrera (2013) manifiesta que están en un nivel deficiente.

En cuanto a los niveles promedios de las habilidades sociales y para la vida los hallazgos son concordantes con los estudios realizados por Morales (2013), los resultados manifiestan que los adolescentes tienen un nivel promedio de habilidades sociales en un 54,2%, mientras que con el taller de autoestima en el nivel medio es del 81%. Esto significa que ambos programas han funcionado, pero mantienen diferencias significativas. También existe concordancia con el trabajo de investigación realizado por Morales quien encuentra que los participantes en habilidades básicas y avanzadas se ubican en los niveles medio y medio alto

en un 83% como lo demuestra el presente estudio cuyo nivel medio representa el 81%. Estudios que guardan resultados similares en cuanto al manejo de resultados y conclusiones.

Los resultados también concuerdan con los trabajos realizados por Thomes y Díaz (2012) en la que determinan la manera como ha incidido el programa de HpV a partir de la influencia educativa, con resultados extraordinarios con diferencias significativas al término del programa. Así mismo concuerdan con la investigación de Choque y Chirinos cuyos resultados manifiestan que los estudiantes en un 67% manifiestan haber desarrollado habilidades en un nivel promedio aceptable tal y como lo demuestra la presente investigación que es el 81%. Si bien hay una diferencia del 14%, sin embargo, ambos programas han influido en las habilidades de los estudiantes superados las diferencias en las diferentes dimensiones.

CONCLUSIONES

Los estudios realizados demuestran que la autoestima desarrolla habilidades para la vida en las estudiantes del programa académico de Educación Primaria de la Universidad Nacional de Trujillo.

Los resultados obtenidos demuestran que al inicio del trabajo el 0% de las estudiantes se ubicaban en el nivel alto, el 12% en un nivel medio y el 88% en un nivel bajo en cuanto al manejo de habilidades para la vida, con rangos negativos de 56,7 según la prueba no paramétrica de Wilcoxon, comprobando que carecen de destrezas y habilidades claves para enfrentar los desafíos en los diferentes ámbitos en los que se desenvuelven.

Después desarrollar destrezas y estrategias para desarrollar habilidades para la vida

el 0% de las estudiantes se encuentran en el nivel alto, el 93% en un nivel medio y el 7% en un nivel bajo, demostrando que existe una diferencia del 81% en el nivel medio y el 81% en el nivel bajo; con rangos positivos de 0 y un rango promedio de 30,5. Esto evidencia que las estudiantes manejan parámetros para desarrollar habilidades para la vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cabrera, V. 2013. Desarrollo de habilidades sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipal de Formación Artesanal Huancavilca de la ciudad de Guayaquil. Tesis de licenciatura. Universidad de Guayaquil, Ecuador. 80 pp.
- De Souza, L. 2015. Competencias emocionales y resolución de conflictos interpersonales en el aula. Tesis de doctorado, Universidad Autónoma de Barcelona, España. 187 pp.
- García, J.; Román, J. 2014. Prácticas educativas familiares y autoestima. *Revista Psicothema* 17: 76-82.
- Krug, E. 2015. La violencia puede afectar a cualquiera. Organización Panamericana de la Salud. Informe mundial sobre la violencia y la salud. Disponible en: https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/summary_es.pdf
- Morales, A. 2013. Clima Social Familiar y resiliencia en adolescentes de cuarto año de Secundaria de una institución educativa estatal. Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú. 95 pp.
- Morales, M; Benitez, M; Agustín, D. 2013 Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de zona rural. *Revista electrónica de investigación educativa* 15(3): 97-113.
- Silva, I. 2015. La mediación como herramienta para resolver conflictos. Impacto sobre las habilidades sociales de los alumnos mediadores en un centro de Educación Secundaria. Tesis de doctorado, Universidad de Alcalá, España. 475 pp.
- Thomes, M; Díaz, M. 2012. Influencia socioeducativa del Programa de Habilidades para la vida. Tesis de licenciatura, Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Chile. 230 pp.