

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**



**Guatemala, octubre de 2008.**

## **MIEMBROS CONSEJO DIRECTIVO**

Licenciada Mirna Marilena Sosa Marroquín  
**DIRECTORA**

Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes  
**SECRETARIA**

Doctor René Vladimír López Ramírez  
Licenciado Luis Mariano Codoñer Castillo  
**REPRESENTANTES DE CLAUSTRO DE CATEDRÁTICOS**

Ninette Archila Ruano de Morales  
Jairo Josué Vallecios Palma  
**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES  
ANTE CONSEJO DIRECTIVO**



**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-15, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1919 FAX: 2485-1913 y 14  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

c.c. Control Académico  
CIEPs.  
Archivo  
Reg. 051-2003  
CODIPs. 1374-2008

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

17 de octubre de 2008

**Estudiante**  
Irma Yolanda Véliz Paniagua  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

**Estudiante:**

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TRIGÉSIMO NOVENO (39o.) del Acta VEINTISÉIS GUIÓN DOS MIL OCHO (26-2008), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 16 de octubre de 2008, que copiado literalmente dice:

**"TRIGÉSIMO NOVENO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de Investigación, titulado: **"INCIDENCIA DE LA RESILIENCIA EN LA AUTOESTIMA DEL ADOLESCENTE DE SEGUNDO GRADO DEL INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA VILLALOBOS I".**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

**IRMA YOLANDA VÉLIZ PANIAGUA**

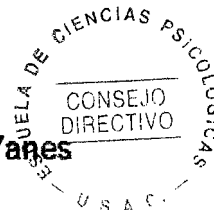
**CARNÉ No.8110470**

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por el Licenciado Angel Benjamín Salazar Valencia y revisado por el Licenciado Elio Salomón Teos Morales. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

  
Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes  
SECRETARIA



Melveth S.



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

REG.: 051-03

CIEPs.: 199-08

## INFORME FINAL

Guatemala, 13 de Octubre de 2008.

SEÑORES  
CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

SEÑORES CONSEJO DIRECTIVO:

Me dirijo a ustedes para informarles que el Licenciado Elio Salomón Teos Morales, ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

**“INCIDENCIA DE LA RESILIENCIA EN LA AUTOESTIMA DEL ADOLESCENTE DE SEGUNDO GRADO DEL INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA VILLALOBOS I”.**

ESTUDIANTE:  
Irma Yolanda Véliz Paniagua

CARNÉ No.:  
81-10470

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**.

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

Licenciado José Alfredo Enríquez Cabrera. a.i.  
COORDINADOR  
Centro de Investigaciones en Psicología –CIEPs.-  
“Mayra Gutiérrez”



/Sandra G.  
CC. archivo



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14  
e-mail: usa.psic@usac.edu.gt

REG. 051-03  
CIEPs. 200-08

Guatemala, 13 de Octubre del 2008.

Licenciado José Alfredo Enríquez Cabrera, Coordinador. a.i.  
Centro de Investigaciones en Psicología  
-CIEPs.- "Mayra Gutiérrez"  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Licenciado Enríquez:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del **INFORME FINAL DE INVESTIGACION**, titulado:

**"INCIDENCIA DE LA RESILIENCIA EN LA AUTOESTIMA DEL ADOLESCENTE DE SEGUNDO GRADO DEL INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA VILLALOBOS I".**

**ESTUDIANTE:**  
**Irma Yolanda Véliz Paniagua**

**CARNÉ No.:**  
**81-10470**

**CARRERA: Licenciatura en Psicología**

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología -CIEPs- "Mayra Gutiérrez", emito **DICTAMEN FAVORABLE** y solicito continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**

  
Licenciado Elio Salomón Teos Morales  
**DOCENTE REVISOR**



/Sandra G.  
c.c. Archivo

Guatemala, 27 de enero de 2006.

Licenciada  
Mayra Luna de Alvarez  
Centro de investigaciones en Psicología

Respetable Licenciada:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la asesoría del Informe Final de Investigación titulado:

“Incidencia de la resiliencia en la autoestima del adolescente de Segundo Grado del Instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I”

Carrera: Licenciatura en Psicología

Nombre: Irma Yolanda Véliz Paniagua

Carné No. 8110470

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito dictamen favorable y solicito continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,



**Lic. Angel Benjamín Salazar Valencia**  
**Colegiado No. 2991**  
**Docente Asesor**



ESCUELA DE  
CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
Edificio M-5 Ciudad Universitaria, Zona 12  
Tels.: 4760790-4, 4760985, ext. 490-1  
Directos: 4769902, 4767219, fax 4769914  
e Mail: USACPSIC@edu.gi  
GUATEMALA, CENTRO AMÉRICA

cc.: Control Acad.  
CIEPs.  
archivo

REG. 604-95

CODIPs. 603-2000

APROBACION DE PROYECTO DE INVESTIGACION Y  
NUMBRAMIENTO DE ASESOR

04 de julio 2000

Señorita Estudiante  
Irma Yolanda Veliz Paniagua  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Señorita Estudiante

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TERCERO (3o.) del Acta TREINTA Y CUATRO DOS MIL (34-2000) de Consejo Directivo, de fecha 29 de junio del año en curso, que copiado literalmente dice:

"TERCERO: El Consejo Directivo conoce el expediente que contiene el Proyecto de Investigación titulado: "LA AUTOESTIMA Y SU INCIDENCIA EN LA DEPRESION DEL ADOLESCENTE DE SEGUNDO GRADO DEL INSTITUTO DE EDUCACION BASICA VILLALOBOS I, DURANTE 1999", de la carrera: LICENCIATURA EN PSICOLOGIA, elaborado por:

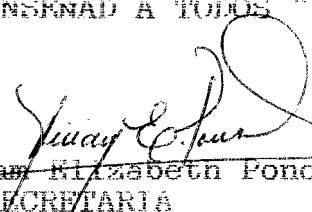
IRMA YOLANDA VELIZ PANIAGUA

CARNET No. 81-10470

El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Centro de Investigaciones en Psicología -CIEPs., resuelve aprobarlo y nombrar como asesor al Licenciado Angel Benjamin Salazar Valencia."

Atentamente,

" ID Y ENSEÑAR A TODOS "

  
Licenciada Miriam Elizabeth Fonce Ponce  
SECRETARIA

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CONSEJO DIRECTIVO  
S.A.C.

/Rosy

# INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN BASICA VILLALOBOS I


Guatemala, 22 de febrero del año dos mil ocho.

Licenciada  
Mayra Luna de Alvarez  
Coordinadora del Centro de  
Investigaciones en Psicología  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Estimada Licenciada.

Por medio de la presente se hace constar que Irma Yolanda Véliz Paniagua con carne No. 81.10470, en el ciclo escolar 1999 realizó en este establecimiento educativo, el estudio del trabajo de investigación titulado “Incidencia de la resiliencia en la autoestima del adolescente de Segundo grado del Instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I”. Dicho estudio corresponde a la carrera de Licenciatura en Psicología.

Atentamente,

  
Licda. Glenda Viviana Aguilar  
Directora





**ÁNGEL BENJAMÍN SALAZAR VALENCIA**  
**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**  
**COLEGIADO N.º 2991**

**PADRINO**

## ACTO QUE DEDICO

A Dios, Fuente de Sabiduría	Porque gracias a él he logrado mis propósitos
A mi Madre	Olivia Paniagua Viuda de Véliz (Q.E.P.D.) porque con su ejemplo de esfuerzo y trabajo constante motivó mi superación
A mi Padre	Carlos Véliz (Q.E.P.D)
A mi hija	Andrea por su amor y comprensión en estos años
A mis hermanas	Rebeca, Martha, Lucrecia, Rosa y Miriam, por compartir este triunfo
Al Lic. Ángel Benjamín Salazar	Por su asesoría, constante apoyo y valiosa colaboración
A Profa. Marta Alicia Cacao Borrayo	Por su amistad y cariño
A Karola Espinoza	Por su valiosa colaboración
A la Licda. Magda de Garrido	Por su amistad y colaboración

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a la Universidad de San Carlos de Guatemala y a la Escuela de Ciencias Psicológicas por brindarme la oportunidad de desarrollar mi formación académica, al Licenciado Benjamín Salazar Valencia y al Licenciado Elio Teos por su asesoría a la presente investigación, a la Orientadora Escolar del Instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I, Licenciada Vilma Morales de Herrera por su disposición de colaborar con la realización de esta investigación brindando el tiempo requerido para la realización de las encuestas para que los alumnos proporcionaran la información, sin la cual no hubiera sido posible alcanzar los objetivos de esta investigación.

## INDICE

	<b>PAGINA</b>
Prólogo	
Capitulo I: Introducción	1
Marco Teórico	3
1.1 Autoestima	
1.2 Adolescencia	10
1.3 Resiliencia	17
1.4 Premisa, Hipótesis, definición Operacional	21
1.5 Indicadores	22
Capitulo II: Técnicas e Instrumentos	24
2.1 Descripción de la población	
2.2 Muestra, técnica de recolección de datos Análisis estadístico	25
2.3 Instrumentos: Cuestionario y Test de la Figura Humana de Machover	
Capitulo III: Presentación, Análisis e Interpretación de Resultados	26
3.1 Cuestionario	
3.1.1. Presentación del Instrumento No. 01	
3.1.2. Presentación de la prueba de psicodiagnóstico	31
Capitulo IV: Conclusiones y Recomendaciones	35
4.1 Conclusiones	
4.2 Recomendaciones	36
Bibliografía	38
Anexos	
Resumen	

## Prólogo

La presente investigación se realizó con el objetivo de conocer la incidencia de la resiliencia en la autoestima de los adolescentes del Instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I, del municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala. Se planteó el siguiente objetivo general: Identificar los efectos de la resiliencia en la autoestima del adolescente. Se plantearon los siguientes objetivos específicos:

- 1) Determinar el nivel de autoestima del adolescente del centro educativo en donde se realizó la investigación.
- 2) Determinar si existe relación entre la resiliencia y la autoestima.

Asimismo la realización de este estudio obedeció a la imperante necesidad que existe de que tanto padres de familia como maestros puedan contar con información científica de la relación que existe entre la resiliencia y la autoestima de los adolescentes, los cuales son dos elementos estrechamente vinculados y capaces de incidir significativamente en el desarrollo integral de la juventud.

Los estudiantes de Segundo Grado de este establecimiento viven en condiciones poco favorables que no le permiten su total desarrollo, la situación económica es baja, condiciones familiares no adecuadas, falta de servicio y delincuencia juvenil afectan el desarrollo de su personalidad.

Se observó que aún en situaciones psicosociales desfavorables los alumnos observan aprecio, estimación y valoración propia. Como resultado se obtuvo que la resiliencia permita afrontar situaciones adversas en la vida de estos jóvenes y ser menos vulnerables ante conductas de riesgo tales como drogadicción, alcoholismo, embarazo temprano, fugas del hogar.

A nivel personal los resultados de esta investigación ampliaron mi visión con respecto al papel que está desarrollando la resiliencia en la autoestima de los adolescentes, lo cual me da un marco de referencia más amplio para continuar en mi labor de formación y fortalecimiento de la autoestima tanto en los centros educativos como en el área familiar.

Es importante hacer énfasis en la fortaleza innata de los niños, adolescentes, de sus familias, sus centros educativos y sus comunidades, y no enfatizar el punto de vista de riesgos y problemas.

También pretende despertar el interés en algunos profesionales para que realicen mas investigaciones al respecto, debido a que existe escasa literatura científica que aborde el tema de la resiliencia y su incidencia en la autoestima; especialmente en el adolescente, para que desarrolle en mejor forma sus potenciales en el área personal, escolar y social.

Irma Yolanda Véliz Paniagua

Autora

# CAPITULO I

## **Introducción**

Las condiciones psicosociales desfavorables que se presentan actualmente en la sociedad guatemalteca afectan a la familia y a la escuela por lo que cada vez acentúan más la falta de comunicación y confianza entre padres e hijos, esto hace al adolescente más vulnerable a influencias negativas que afecten el desarrollo de una autoestima adecuada; entendiendo el término autoestima como la forma de pensar, sentir y actuar que implica que la persona se acepte, se respete, confíe y crea en sí misma. La existencia de una autoestima baja en el adolescente, provoca que éste no se valore a sí mismo como debe de ser, no se respete, no se quiera, no se acepte. Una autoestima no adecuada algunas veces puede dar lugar a la aparición de estado de ánimo bajo permanentes u ocasionales, y pueden afectar la vida emocional de los adolescentes.

Vale la pena determinar los aspectos que rodean el ambiente en que viven los estudiantes de este centro educativo y que pueden afectar el buen desarrollo de la autoestima, siendo éstos: Existencia significativa de grupos reñidos con la ley llamados maras, extrema delincuencia, falta de seguridad, existencia de servicios públicos muy limitados referentes al transporte, agua, electricidad, calles pavimentadas, centros educativos con infraestructura inadecuada, áreas recreativas muy escasas, centros de salud insuficientes. La dinámica familiar en los hogares de estos estudiantes se ve deteriorada por la pobreza, desintegración familiar, carencias afectivas, agregado a esto la mayoría de los adolescentes viven en espacios muy reducidos.

La falta de oportunidades que tienen estos jóvenes en las áreas de salud, educación, recreación, etc., hace que algunos de ellos formen parte de los grupos llamados maras. Este ambiente los convierte en personas vulnerables, lo cual puede afectar su desarrollo personal; sin embargo a pesar de la existencia de estas situaciones poco favorables, existe en el ser humano una cualidad llamada Resiliencia; ésta le permite afrontar adecuadamente situaciones adversas, y es de suma utilidad en la conservación de la autoestima.

La resiliencia significa la capacidad de salir adelante ante la adversidad, es un conjunto de atributos y habilidades innatas para afrontar adecuadamente situaciones adversas, tales como factores estresantes y situaciones riesgosas. Es la capacidad de respuesta inherente al ser humano, a través de la cual se generan respuestas adaptativas frente a situaciones de crisis o de riesgo, esta capacidad es derivada de la existencia de una reserva de recursos internos de ajuste y afrontamiento, ya sea innato o adquirido. La resiliencia reduce la vulnerabilidad frente a situaciones riesgosas.

Posterior a realizar investigaciones que abordarán el tema de la resiliencia y su relación con la autoestima de los adolescentes fue interesante notar que es escasa la información que existe sobre este tema, y que en muchos libros se menciona el tema en forma muy escueta. Por estas razones fue necesaria la realización de esta investigación. Para el efecto se planteó la siguiente hipótesis: “La resiliencia es un factor que incide en el fortalecimiento de la autoestima y la prevención de la depresión de los adolescentes de ambos sexos de 12 a 17 años de segundo grado del Instituto Nacional de Educación Básica de Villalobos I. Siendo la variable independiente: La resiliencia y la variable dependiente: Autoestima del adolescente.

Originalmente el problema era la incidencia de la autoestima en la depresión del adolescente de Segundo Grado del Instituto Nacional de educación Básica Villalobos I; sin embargo al observar a través de la investigación realizada que la autoestima era adecuada y que no existía depresión se decidió investigar la incidencia de la resiliencia en la autoestima del adolescente. Así mismo la presente investigación se propuso determinar el nivel de autoestima de los alumnos de este centro educativo, la cual es adecuada a pesar de las situaciones adversas en que viven estos jóvenes.



Los estudiantes de este centro educativo presentan una situación económica baja debido a los escasos ingresos percibidos por sus padres, quienes tienen un grado de escolaridad bajo. La estabilidad del hogar es inadecuado debido a la desintegración del hogar ya que en algunos casos los padres de familia emigran a otro país en busca de mejores ingresos económicos. Las aspiraciones de los estudiantes para superarse profesionalmente son limitadas debido a los escasos recursos económicos que poseen.

Para lograr los objetivos de la siguiente investigación se utilizaron como instrumentos: Un cuestionario dirigido a 75 alumnos de ambos sexos de segundo grado de este establecimiento y la aplicación del Test de la Figura Humana de Machover a los alumnos antes mencionados. Se logró determinar que la resiliencia sí incide en el desarrollo de la autoestima, que la mayoría de los adolescentes de este centro educativo tiene una autoestima adecuada, la cual le permite al adolescente tener conciencia, concentrar sus habilidades en los objetivos que persigue, alcanzar las metas que se propone, lo cual le facilita entrar a la vida adulta con bases más sólidas que son necesarios para llevar una vida productiva y satisfactoria. Una autoestima adecuada le permite a los jóvenes adquirir la capacidad de logro, mejorar su potencial para afrontar y resolver con mayor seguridad los retos y responsabilidades que se le presentan.

## **Marco Teórico**

### **1.1 La autoestima**

Los profundos y acelerados cambios que se presentan en la actual sociedad, hace que la vida moderna presente mayores exigencias. Estos cambios modifican las estructuras sociales y culturales de la sociedad. La familia como núcleo de la sociedad y base de la organización social refleja en forma directa esos cambios. La familia como tal se constituye en causa y consecuencia de la sociedad y viceversa. Los miembros que la forman tienen funciones específicas las cuales son determinadas grandemente por una presión macro social. La familia cumple con las funciones básicas del cuidado de los hijos, la asignación de roles, facilitar las actividades productivas y lograr la introducción a una vida en

sociedad. Por lo tanto la familia tiene la responsabilidad de dirigir los procesos fundamentales del desarrollo psicosocial de los hijos, es a través de la familia que los niños empiezan su proceso de sociabilización, por ser éste su grupo primario, este proceso le permite al niño iniciar la interiorización de normas y valores de la cultura. Además de la familia, la escuela contribuye grandemente en la socialización del individuo, lo que la convierte en fuente principal de información y formación, tanto en niños como en adolescentes. Por la importante función que tiene la familia y la escuela en el proceso de socialización, estas deben tener una participación activa en el buen desarrollo de la vida emocional de los niños y adolescentes.

Uno de los aspectos importantes de la familia en la formación del niño y del adolescente es la autoestima, entendiendo por este término, "la forma de pensar, sentir y actuar que implica que la persona se acepte, se respete, confíe y crea en sí misma. Hay personas que tienen alta autoestima y otra por el contrario una baja autoestima.

La manera de actuar estará en parte condicionada por lo que la persona considera capaz de hacer. Por lo tanto, la alta autoestima no consiste en un engreimiento u orgullo. Consiste en un silencioso o interno respeto por uno mismo, con la sensación de que uno es valioso. Nos da una sensación de comodidad y seguridad interna que se manifiesta en una actitud positiva y confiada". (1).

"La autoestima es una habilidad en la que uno mismo es el actor principal, es un concepto interno en el que uno decide, es una responsabilidad en la que uno tiene la última palabra. Un niño o adolescente con alta autoestima confía en sí mismo, en sus capacidades y enfrenta la vida con una actitud abierta y sin temor. Se siente capaz de enfrentarse a los obstáculos. Es fuerte e independiente. Se siente motivado para aprender y la crítica no lo deprime, pues a pesar de sus limitaciones sabe que tiene valor. Debido a que cree que puede tener éxito en lo que hace, generalmente obtiene el éxito deseado y esto afianza su autoestima. En cambio un niño con baja autoestima, posee un pobre concepto de sí

---

1. Paz de Sánchez Evelyn. La autoestima (CENALTEX) Ministerio de Educación Guatemala (1946) P.1

mismo. No esta contento consigo mismo. Se siente incomodo a donde va, le da miedo hablar con personas, entrar a lugares desconocidos. Está convencido de que es incapaz de tener éxito y por ello no intenta cosas y a causa de su inseguridad disfruta poco y tiene problemas para hacer y mantener amistades, rechaza su cuerpo o parte de él. Esto se observa principalmente en las personas que se hacen rituales de belleza exagerados, que nunca están conformes ni con el color de su pelo, ni su tipo de cabello, si es colochó o liso, lo prefiere al contrario y no toleran ni un momento verse como son realmente, no se aceptan ni el color de los ojos, el color de la piel, se ponen exceso de maquillaje como para ocultarse detrás de un máscara, se viste no para resaltar sus aspectos positivos sino para lucirse ante los demás”. (2).

La autoestima es digamos, la base o cimiento de la salud mental de las personas, e incluso es la responsable del desarrollo de su inteligencia, de su rendimiento escolar, de su éxito en el desarrollo de su inteligencia, de su rendimiento escolar, de su éxito en el desarrollar cualquier trabajo, esto no quiere decir que no hay necesidad de estudiar, aprender, sino que la persona que tiene alta autoestima y estudia se le quedará más, desarrollará su inteligencia y capacidades con más facilidad que si no la tuviera.

La autoestima juega por lo tanto, un papel crucial en muchísimas actitudes del ser humano. Por ejemplo, se manifiesta en el saber escuchar. Cuando la persona tiene alta autoestima es abierta al diálogo, acepta sus equivocaciones y siempre está atento para aprender de cualquier persona. La persona con alta autoestima conserva su optimismo a pesar de los obstáculos o dificultades, sabe que siempre habrá problemas en la vida, pero no es el fin del mundo; a la larga constituyen retos que hacen la vida interesante. (3) Por su parte, la persona que tiene baja autoestima establece relaciones interpersonales; si no considera sus propias necesidades, con el tiempo se siente explotada, utilizada y empieza a auto culparse, a actuar a la defensiva, agresiva o pasivamente, rompiendo en ambos casos el nivel deseable para las relaciones humanas sanas. La persona con baja autoestima es perfeccionista, se exige demasiado de sí misma y a los demás, tiene un juez crítico muy fuerte, con mucha censura, muchas veces aparenta ser flexible, abierta, pero tiene esquemas de vida muy cerrados que le dan la seguridad de la que ella carece, ya que al fallar implica una pérdida automática de valor como ser humano. Las relaciones que existen entre el niño

---

2. Ibidem Cons. P.2

3. Ibidem P.2

una pérdida automática de valor como ser humano. Las relaciones que existen entre el niño y sus padres o maestros determinan el nivel de su autoestima. El niño comienza a formarse un concepto de lo que él es y lo que vale, así un concepto positivo o negativo del mundo, a partir del momento en que nace. El niño recién nacido capta el mensaje que su madre le transmite cuando lo alimenta, lo baña, le cambia pañales y en general en todos sus movimientos y gestos, el niño se siente querido aceptado y empieza a sentir que él es importante porque se le brinda atención y afecto. Pero, si la madre le deja llorar para no malcriarlo, no lo acaricia, ni le habla, ni le atiende con cariño y paciencia, el niño comienza a sentirse estorbo, que el mundo es un lugar frío y que él no merece atención ni es importante, eso daña su autoestima. (4)

“Posteriormente el lenguaje es el arma más poderosa para enviarles los mensajes, los padres no nos damos cuenta de cuánto dañamos a los hijos al decirles en momento de enojo o tensión, frases como niño tonto, mejor no hubieras nacido, si tu no estuvieras yo viviría tranquilo, solo para fastidiar sirves y cosas por el estilo; esto disminuye su dignidad y valor personal y él lo cree, porque la persona que lo dice es la responsable de su vida, de quien depende y a quien él ama y cree que es la que más lo ama. Si antes de tener hijos, los padres aprendiéramos estas ideas y tratáramos de superar nuestros propios mensajes negativos que tenemos grabados y que sin darnos cuenta los repetimos con nuestros hijos nos iría mejor. Los papás se van, pero con uno quedan las consecuencias educativas, ya sean buenas o malas.

Es importante mencionar que los mensajes negativos que dañan la autoestima son los que se repiten dos, tres o muchísimas veces más a lo largo de su vida en la que se le transmite la falta de cariño e interés. Ahora bien si los momentos de cariño y placer y alegría en los que el niño se siente amado y valioso son más que los otros, el niño recibe el mensaje positivo que necesita, y la corrección o mensaje negativo será sólo un mal recuerdo pero no un daño permanente.

---

4. Loc cit P.2

Pero no sólo los padres desempeñan un papel importante, también los maestros quienes comparten con él casi 9 ó 12 años de su vida, tiene estrecha relación con él y su influencia es poderosa sobre todo en primaria especialmente en los primeros años cuando los profesores se convierten en sustitutos de los padres. Cuando se es adulto casi siempre se conserva mucho cariño a un maestro que fue amable, que escuchaba, que estimulaba, que exigía trabajar, pero con respeto y cariño, sintiendo que era por buscar el bien y no sólo para fastidiar o mantener ocupados a los alumnos.

Aquel maestro que siempre tiene un mensaje positivo, estimulante, motivador, que muestra un cariño real, sincero, no sólo para que le quieran a él; que no chantajea al grupo diciéndole por ejemplo, que se porten bien porque sino a él lo van a regañar; forma en los niños sentimientos positivos de autoestima.

Los padres y los maestros deben conocer también que la inteligencia, las habilidades no se realizan en forma separada de su crecimiento emocional o sentimental, sino que ambos están muy relacionados entre sí. “(5) Es decir, si un niño está contento, está más disponible para aprender, para ser listo. Las calificaciones o notas escolares son a menudo reflejo de la motivación que el niño tenga para estudiar. Ya sea que el apoyo se lo den los padres o los maestros. Esto quiere decir que el maestro debe ser positivo, motivar a los niños, si quiere que su grupo salga adelante con éxito.

Un niño confiado en sí mismo, que se quiere, tiene más deseos de estudiar y logra su éxito, que otro que está desmotivado aunque tenga mayor capacidad. Se sabe por investigaciones realizadas que los niños cuya inteligencia (C.I.) aumenta constantemente a través de los años, eran los que también crecían en confianza en sí mismos. Todos los que se sentían seguros de ser amados mantenían buenas relaciones con los demás, eran los más originales en sus pensamientos.

La conducta inadecuada de los niños y jóvenes provoca que muchos adultos reaccionen pegándoles, tratándoles con palabras groseras, humillándolos, ridiculizándolos, avergonzándolos delante de otras personas, etc. y esto en lugar de solucionar el problema lo

---

5. Ibidem P.3

empeora, porque la mayoría que tienen problemas de este tipo tienen una pobre idea de sí mismos, no se sienten amados.

Aunque parezca contradictorio, generalmente, mientras peor se porta un niño o adolescente (sacando malas notas, contestando mal, y en el peor de los casos, robando, tomando licor, agrediendo, etc.) mayor es la necesidad de aprobación que tiene y mientras más retraído u hostil se comporta, más amor y aceptación necesita. A veces los padres se confunden pensando que el amor se demuestra comprándoles cosas, teniéndoles casa y comida, algunos juguetes o lo que ellos más desean, y que con eso basta y no es así; el cariño, la comprensión, la tolerancia son a menudo cosas más importantes. (6)

“La forma en que el niño aprende a evaluarse así mismo durante los primeros años de su vida dependen fundamentalmente de cómo sus padres lo hayan tratado y de lo que sus amigos piensen de él. Los niños que desde el principio cuentan con las ventajas de excelentes habilidades sociales y de gran seguridad en sí mismos tienden a advertir que tales cualidades son reforzadas por la popularidad en los grupos de compañeros, lo cual viene a fortalecer la autoestima. Los niños que al inicio han afrontado pocas dificultades, han sido consentidos demasiado por sus padres, son enfermizos, no muy hábiles o provienen de un ambiente cultural diferente presentan dificultades en cumplir con las normas o reglas del grupo por lo consiguiente muestran ansiedad o timidez, y cuando el grupo de compañeros no responde en forma positiva ante ellos sienten mayor grado de intensidad y disminuyen su auto concepto. Por lo que los éxitos o fracasos personales en diferentes situaciones sociales pueden hacer que el niño se considere un líder, un solitario o un criminal así como una persona adaptada o inadaptada.

Afortunadamente esto no constituye un círculo cerrado, muchos niños que al principio tienen deficiencias de carácter social descubren que son buenos en otras cosas que algunos no pueden hacer. Los padres y el grupo de compañeros de la misma edad son un factor decisivo en la orientación de la cultura de los años intermedios de la niñez y en el apoyo que recibe la auto estimación del pequeño, por lo tanto podemos asegurar que el sentido de autoestima es especialmente importante cuando los niños se unen a grupos de compañeros.

---

6. Loc. Cit. P.3

sentido de autoestima es especialmente importante cuando los niños se unen a grupos de compañeros. Las experiencias en el grupo pueden reforzar una auto imagen positiva o negativa en un proceso circular que depende de la influencia de los padres, de la vivencias anteriores en grupos y del grado de conocimiento social que hayan alcanzado los niños.”

(7)

Una característica fundamental que define a la persona es el concepto de sí mismo. La suma de cuidados permanentes, alimentación y crianza crecen las condiciones previas para establecer una relación de confianza mutua entre el bebé y quien lo cuida y es aquí donde el bebé logra su primera experiencia de sí mismo. A medida de que el niño comienza a separarse de quienes cuidan de él y logra avances significativos en sus aptitudes cognoscitivas y lingüísticas, logra un nuevo nivel aunque carente de veracidad en su concepto de sí mismo.

Las pautas siguientes pueden ser útiles para los padres de niños y adolescentes y así contribuir en una formación de sí mismo: Incrementar la competencia, animar a los hijos a tener relaciones sociales cercanas con gente importantes en su vida (padres y maestros), aprovechar al máximo el tiempo en que se esta con sus hijos, ayudarlos cuando lo necesiten, no desviarlos en el desarrollo de sus habilidades, hablarles para que interactúen con adultos.

“El individuo responde a la realidad tal como la percibe, es decir, desde su propio marco de referencia y no desde el de los demás. Las teorías fenomenológicas de si mismo aseveran que estamos innatamente motivados a desarrollar nuestras capacidades a fin de mantener o de elevar nuestras capacidades o nuestro concepto de sí mismo, esta teoría no dice que el concepto de sí mismo sea heredado, sino que la fuerza motivacional para adquirir un concepto integrado de sí mismo es innata. Esto se considera como la tendencia a la realización del sí mismo. Maslow trata la realización de sí mismo dentro del marco de una teoría general de la motivación basada en un “concepto de necesidad”.

---

7. Smirnov Leontiev. Rubinstein y Tieplov. Psicología Grijalva, S.A. México 1960 P.546

Estas necesidades son: a) fisiológicas, b) seguridad, c) de pertenencia, d) de estima y e) de realización del sí mismo.

Aquellas personas que se formaron seguras y fuertes emocionalmente en los primeros años del desarrollo tenderán a permanecer seguras y fuertes en los años posteriores “. (8).

## **1.2 Adolescencia**

Seguidamente al desarrollo de los primeros años el niño entra a la fase de la adolescencia la cual es el periodo de vida que comienza con la pubertad y termina cuando se llega a la madurez. En general corresponde al periodo situado por debajo de los veinte años. Por lo que la adolescencia es el periodo que nos sitúa entre la infancia que dejamos atrás y la edad adulta en la que nos embarcamos. En términos generales, se tiende a aceptar la definición de madurez de Sigmund Freud, a saber: la capacidad de amar y trabajar.

Generalmente la pubertad ocurre entre los once y catorce años de edad, pero con no poca frecuencia las variaciones son más amplias. Mucho se ha escrito sobre los efectos del clima, el origen racial y otros factores que influyen sobre la edad en que se inicia la pubertad y si bien estas circunstancias tienen cierta importancia, son secundarias las variantes individuales. Hablando en términos generales, las niñas tienden a llegar a la pubertad un poco antes que los varones pero también aquí se destacan mucho las variaciones individuales.

Aunque la edad media de la pubertad son los 12 años para la mujer y los 14 para el varón, existe un muy amplio margen de edades que pueden ser consideradas normales pero no solamente la pubertad se produce a distintas edades en distintos individuos, sino que existe discrepancia siempre creciente en las edades en que distintos individuos alcanzan la madurez. Algunos exhiben madurez física a los 20 ó 21 años de edad, pero otros alcanzan la madurez física mucho antes que la emocional y siguen siendo emocionalmente adolescentes por muchos años. No es muy difícil establecer la edad en que un individuo llega a la adolescencia debido a los evidentes cambios físicos que ocurren en él pero en cambio, es mucho más difícil determinar el momento en que ha llegado a la madurez.

---

8. McKinney John, Fitzgerald, Hiran, Strommen Ellen. Psicología del desarrollo (El manual Moderno México 1977) P.108 - 109



Por todos los cambios físicos que comporta y por ser anuncio de lo que será la edad adulta, a la adolescencia marca el renacer del ser humano. No hay nada sutil ni gradual en esta transformación. Tras el desarrollo paso a paso de la infancia, los cambios en la adolescencia surgen como una tormenta repentina. La totalidad de la forma corporal cambia de tal modo que parece ya un adulto, aunque sus emociones y sus capacidades intelectuales no se centran al mismo nivel de madurez. Durante la adolescencia el niño hace la transición de la infancia dependiente a la vida adulta independiente, y las tormentas de estos niños reflejan un conflicto entre el deseo emocional de la dependencia infantil y la lucha por alcanzar una vida adulta madura. El adolescente típico es voluble; por momentos exhibe características infantiles y en ocasiones una exagerada independencia de tipo adulto.

La base de la actividad de la adolescencia es la mayor producción endocrina que comienza con la pubertad. El tejido gonadal y otras glándulas endocrinas producen modificaciones físicas externas y también modificaciones psicológicas internas más sutiles. El joven que previamente era un niño, comienza a adquirir el aspecto físico de un adulto joven.

Estos cambios físicos que se instalan a principios de la adolescencia y conducen a un aspecto más adulto, se denominan características sexuales secundarias. El niño presenta el crecimiento del pelo axilar, pubiano y facial, su voz adquiere un tono grave y el tamaño de la musculatura aumenta. Comienza a tener emisión de semen. La niña también presenta crecimiento del pelo axilar y pubiano, redondeamiento de caderas y crecimiento de las mamas; al mismo tiempo la ovulación y la menstruación se instalan como fenómenos periódicos.

Los cambios psicológicos de la adolescencia surgen principalmente del aumento del impulso sexual y de la creciente conciencia en el adolescente de que su yo entra en la madurez. La forma en que cada adolescente reacciona a sus cambios interiores depende en gran medida del desarrollo previo de su personalidad. En los primeros once o trece años de su vida el niño ha erigido una estructura de la personalidad que es sometida a su primera prueba real cuando se inicia la pubertad. La personalidad del niño púber ha sido construida durante una fase de comparativamente poca tensión interior. En la pubertad cuando la

actividad endocrina aumenta marcadamente, se pone a prueba la personalidad. Así el joven adolescente adquiere conciencia de su interés en el sexo opuesto y del hecho de que avanza hacia la madurez. Además sus cambios físicos externos son obvios para todos, inclusive el adolescente mismo. En la niña de catorce años las características corporales se van haciendo cada vez más femeninas y serán percibidas por los muchachos, reciba ella favorablemente o no esta atención. Si su personalidad es flexible y fuerte, será capaz de resistir supresiones instintivas interiores y también los cambios de su ambiente.

Si, en cambio, su personalidad es demasiado débil, o quebradiza, contraerá síntomas de trastorno emocional.

Es natural que el adolescente presente variaciones más amplias en el aspecto psicológico que en cualquier otra época de la vida. Su personalidad sufre considerable presión en sus intentos por hacer frente a los impulsos instintivos reforzados.

“Desde el punto de vista estructural, el id se halla en un estado de constante sublevación; el súper ego siempre vigila estos instintos y su expresión, y el ego trata valientemente de mediar en la batalla. Por momentos el ego parece condonar una considerable expresión instintiva, mientras que en otras ocasiones trata de satisfacer las exigencias del súper ego amordazando los instintos” (9).

La valoración de la personalidad del adolescente es difícil debido a las peculiaridades de esta fase. El joven puede parecer inmaduro en un momento y maduro en otro. En un momento presenta síntomas neuróticos, y poco después parece libre de tales problemas. Uno de los criterios más importantes para juzgar la personalidad del adolescente es la historia de su desarrollo prepuberal. Si en los años prepuberales el adolescente ha vivido en un ambiente normalmente sano y ha dado muestras de un ajuste adecuado de su personalidad, es probable que no experimente dificultades emocionales graves durante la adolescencia. Podrá revelar síntomas temporales como fobias y compulsiones, e inclusive quizá adquiera tendencia transitoria a llevarlas a los hechos. Sin embargo, si la estructura de su personalidad ha sido fundamentalmente sana durante los años preadolescentes estas dificultades suelen desaparecer y alcanzar un ajuste adulto razonablemente maduro.

---

(9)McKinney John, Fitzgerald, Hiran, Strommen Ellen. Psicología del desarrollo (El manual Moderno México 1977) P.111-112

Si en los años previos el adolescente ha exhibido muchos signos de problemas emocionales, durante la adolescencia, muchas veces estas dificultades se exageran, y en ese caso el pronóstico es menos favorable aunque en el momento del examen el adolescente parezca ajustarse bastante bien.

La valoración completa de la condición en que se encuentra la personalidad del adolescente, exige determinar las actitudes y personalidades de los padres. Si bien algunos padres saben manejar a niños más jóvenes, son incapaces de hacer frente a los adolescentes e incrementan sus restricciones apenas aparecen cambios puberales en sus niños. Los intentos de los jóvenes por labrarse la emancipación sólo provocan restricciones adicionales por los padres. Tal situación podrá no conducir a un estado psicopatológico grave si el niño ha sido relativamente estable hasta entonces; sin embargo, todo padre maduro es capaz de poseer la flexibilidad necesaria para manejar un niño a cualquier edad, inclusive la adolescencia, y con toda probabilidad el niño cuyos padres se tornan cada vez más rígidos después de la pubertad, ha estado sometido a fuerzas constrictivas exageradas en años anteriores de su vida.

El final de la adolescencia es todavía más difícil de determinar ya que está definido por factores psicológicos, sociales y legales, tales como la independencia, la elección de carrera, la capacidad de votar, el ingreso en el ejército, casarse, o como define un padre la edad adulta “no pedir dinero en casa nunca más”.

Así mismo en la adolescencia se presentan una serie de aspectos que son característicos de esta edad, las cuales son:

- Temor al ridículo y al fracaso.
- Rebelión ante la autoridad.
- Religión y moral.
- Duelo por la infancia perdida.
- Crítica de los padres.
- La identidad (ser uno mismo).
- La inestabilidad.

- Sexualidad.
- Religión-sexualidad.
- Masturbación.
- El ansia de independencia.

Además de las situaciones que se presentan durante la etapa de la adolescencia, la opinión social de la colectividad escolar adquiere una importancia significativa para los adolescentes. Al principio los juicios sobre sí mismo en gran parte son una repetición de lo que hacen sus compañeros y los adultos. Al inicio el adolescente se ve así mismo con los ojos de los que lo rodean.

Mientras que antes de la adolescencia, la condición decisiva para el desarrollo psíquico del niño era el sistema de exigencias que le presentaba el medio social que le rodeaba, ahora se añaden a éstas las exigencias que el escolar tiene para sí mismo. “Como todavía no tiene un concepto firme sobre sí mismo, con frecuencia duda de la valoración que de él hacen los que lo rodean. De ahí parte la conocida sensibilidad de los adolescentes, sus cambios de humor, sus reacciones inmotivadas desde el punto de vista de los adultos a las palabras y conductas de los demás y a determinadas circunstancias de la vida”. (10)

“El concepto de sí mismo juega un papel importante y clave para el éxito y la felicidad en la vida por lo que una auto imagen favorable es de vital importancia para lograrlos. Feliz Patricia, que gusta de ella misma. Confiada en sus propias capacidades, enfrenta la vida con una actitud abierta que le abrirá muchas puertas. Acepta las críticas sin alterarse y cuando está muy segura acerca de algo que desea decir o hacer, está dispuesta a correr el riesgo, aunque otras personas se disgusten. Con frecuencia hace objeciones a sus padres, maestros, y a otras personas con autoridad. Siente que puede enfrentarse con obstáculos; no está agobiada por sus propias dudas.

---

(10) Gisbert Carlos. Enciclopedia de la Psicología (Volumen No. 3 La Adolescencia. Océano Éxito España 1985) P. 148-149-150

Resuelve problemas de maneras originales y creativas. Debido a que cree que puede tener éxito en las metas que se impone, generalmente obtiene éxito. Sus logros renuevan su autoestima, así como el aprecio por otros. A su vez los demás la admiran, respetan y disfrutan con ella". (11)

Consecuentemente los orígenes y el desarrollo de la autoestimación son en gran parte una interacción entre la personalidad de un individuo y sus experiencias sociales. Las conductas sociales resultantes de la autoestimación tienen influencia sobre el desarrollo de la personalidad y la afectividad social.

El comportamiento de un individuo en situaciones sociales se correlaciona por lo menos hasta cierto punto con su nivel de autoestimación. Mossman y Ziller sostienen que la autoestimación es el componente del sistema del yo de un individuo más estrechamente asociado con su consistencia de autorespuesta. Agregan que la aceptación de sí mismo y la aceptación social están muy combinados.

Las personas de autoestimación baja a menudo experimentan dificultades para reconocer acercamientos afectuosos o de aceptación incluso cuando se les ofrecen. Una persona convencida de su propia falta de mérito espera la convalidación social de su propia visión adversa de sí mismo, y tiende a interpretar la conducta de otros seres humanos de acuerdo con sus propias expectativas.

La persona con auto estimación alta debido a las expectativas de aprobación establecidas por la evaluación de su propio mérito, espera la aprobación y exhibe conducta de necesidad cuando se le retira. La persona con auto estimación baja tiene pocas esperanzas de encontrar aprobación social y por esta razón tiene una necesidad de recibirla.

---

(11) Papalia Diane, Wendkos Sally . Desarrollo Humano (Colombia, 1990) P.355-356

La persona de estimación moderada tal vez con mayor contacto con la realidad, parecería tener la mejor probabilidad de lograr una adaptación social normal.

“En la consideración de la auto estimación intervienen 2 procesos socio-psicológicos: La autovaloración y la autoevaluación. La autovaloración se relaciona con el sentido de seguridad y de mérito personal que un individuo tiene como persona. La autoevaluación es un proceso de realizar un juicio conciente de la importancia social del yo.

Según estudios realizados por Coopersmith en niños de 10 a 12 años y a sus madres para probar su autoestima concluyó que las personas desarrollan sus conceptos acerca de sí misma de acuerdo con cuatro puntos básicos: Significación (la forma como sienten que los aprecian y aprueban personas importantes para ellos), competencia (en ejecutar tareas que consideran importantes), virtud (logro de estándares morales y éticos), y poder (el grado en el cual influyen sobre su propia persona y la de otros). Aun cuando las personas pueden esbozar imágenes favorables de ellas mismas si puntúan alto en algunas de estas medidas y bajo en otras, cuanto más alto puntúen en las cuatro, más alto concepto tendrán de sí mismas. Los padres de niños con alto nivel de autoestima aman y aceptan a sus hijos, al tiempo que les hacen mayores exigencias en relación con su logro académico y un buen comportamiento, revelan respeto y amplitud para la expresión individual y confían más en recompensar el buen comportamiento que en castigar el malo” (12).

La adolescencia constituye la última etapa en la que los padres y educadores pueden formar parte activa de la vida de los jóvenes; una de las mejores cosas que podemos hacer para ayudarles, es reforzar su autoestima; tener una buena dosis de autoestima es uno de los recursos más valiosos de que puede disponer un adolescente. Se ha demostrado que un adolescente con autoestima aprende más eficazmente, y desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presentan para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee mayor conciencia del rumbo que sigue, esto es algo que no le ocurre al adolescente con poca autoestima. Una adecuada autoestima le permitirá entrar a la vida adulta con los cimientos necesarios para una vida productiva y satisfactoria.

---

12. Papalia Diane, Wendkos sally , Desarrollo Humano (Colombia, 1990) P. 753

### 1.3 Resiliencia

Hoy en día cobra significativa importancia la necesidad de fortalecer a los niños y jóvenes interiormente para que resistan las dificultades de este mundo tan difícil. Fortalecerlos se logrará a través de informarlos, formarlos, favorecer la vivencias de cada etapa de crecimiento tanto físico y psíquico, propiciar que se conozcan a sí mismos en sus fortalezas y debilidades, utilicen adecuadamente su potencial y que sus limitaciones no le obstaculicen su desarrollo; en el logro de ese fortalecimiento en los adolescentes la resiliencia juega un papel importante ya que le permitirá adquirir fortaleza para superar las adversidades.

La resiliencia se define como “El conjunto de atributos y habilidades innatas para afrontar adecuadamente situaciones adversas, como factores estresantes y situaciones riesgosas.” (13). La capacidad de respuesta adaptativa frente a situaciones de crisis o de riesgo se deriva de la existencia, de una reserva de recursos internos de ajuste y afrontamiento ya sea innatos o adquiridos. La resiliencia refuerza los factores protectores y reduce la vulnerabilidad frente a situaciones riesgosas tales como abuso de drogas, suicidio, embarazo temprano, fugas de hogar etc.

Entre los elementos y aptitudes necesarios para contar con una buena capacidad de resiliencia están: Tener una buena autoestima, una buena imagen de si mismo, conocer las fortalezas y debilidades, cultivar las aficiones y potencialidades, incentivar las expresiones de sus sentimientos y necesidades aceptando los errores como elementos de aprendizaje y no como elementos de fallas o fracasos, siendo creativos, flexibles preactivos, teniendo buenas relaciones emocionales, saber pedir ayuda cuando se necesita, reflexionar antes de actuar, tener buen autocontrol, vivir la vida con optimismo y con sentido del humor. Poseer una personalidad resiliente favorece grandemente la autoestima de los adolescentes ya que le permitirá tener confianza en si mismo y en el logro de sus aspiraciones lo que aumentara su nivel de autoestima.

---

13. Manciaux, M. La resiliencia: resistir y rehacer. Gedisa, Madrid 2003. P.18 - 19

La resiliencia es favorecida por la presencia de adultos accesibles, responsables y atentos a las necesidades de los niños y jóvenes, personas que muestran empatía, capacidad de escuchar y actitud cálida, que generen a través de su apoyo sentimientos de seguridad y confianza en sí mismos que favorezcan a los niños y jóvenes. También la comunicación de expectativas altas y apropiadas a la edad y a la apertura de oportunidades de participación como parte de un equipo solidario y participativo.

Dentro de la familia la resiliencia se ve favorecida a través del establecimiento de normas y reglas claras y respeto a las jerarquías. Apoyo entre los miembros de la familia como costumbre, estrategias familiares de afrontamiento y eficacia, uso adecuado del tiempo libre, la inteorización de valores, amor y respeto, expectativas positivas de los padres sobre el futuro de los hijos, responsabilidades compartidas en el hogar, apoyo de los padres en las actividades escolares de los hijos, oportunidades de desarrollo y responsabilidades extrafamiliares como voluntariado, trabajo, estudio

Ser resiliente implica elegir ser auto dependiente, tener una nueva mirada hacia la percepción de nuestras potencialidades y capacidades. El mayor conocimiento de nosotros mismos genera un potencial más conciente, no solo de los estímulos externos; sino de ideas y el constante flujo de sentimientos, emociones y reacciones fisiológicas que se perciben en lo interno.

La resiliencia esta ligado a las distintas formas que estas adoptan ante los estímulos del medio ambiente y como reaccionan frente a ellos.

Ser resiliente es hacerse responsable de lo que nos pasa y también ser conciente de nuestros derechos y obligaciones frente a nuestras vidas y nuestra comunidad.

La resiliencia se puede adquirir estimulando la fortaleza yoica de los niños y adolescentes.

La resiliencia es una respuesta común y su aparición no indica patología, sino un ajuste saludable a la adversidad ante acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de



vida difíciles y de traumas a veces graves. La resiliencia se sitúa en una corriente de psicología positiva y dinámica de fomento de salud mental.

### **Características de la resiliencia:**

Habilidad para enfrentar eficaz y adecuadamente situaciones adversas y eventos traumáticos, además del desarrollo del potencial de ajuste individual o del sistema.

Es dinámica, varía a lo largo del tiempo de acuerdo con las circunstancias. Con el desarrollo del individuo o del sistema y con la calidad de estímulos a los que están expuestos.

Para nutrirse y fortalecerse requiere el apoyo social y de las disponibilidades de recursos, oportunidades y alternativas de ajuste como factores protectores. Si bien la resiliencia comprende una serie de características y habilidades de ajuste propias del individuo o sistema, por lo general se evidencia en situaciones adversas o de riesgo.

Los seres humanos nacen con la capacidad de hacer frente a las demandas del ajuste de su medio, de desarrollar habilidades sociales y comunicativas, una conciencia crítica, autonomía y propósitos para el futuro. El desarrollo y el reforzamiento de la misma requieren de la estimulación contextual, familiar y de los padres.

### **Características de los jóvenes resilientes:**

Muestran una serie de características que se asocian directamente con la capacidad de afrontar adecuadamente los problemas cotidianos, los cuales se relacionan con el propio desarrollo personal.

Los jóvenes resilientes presentan, entre otras características comunes:

- Adecuado control de emociones en situaciones difíciles o de riesgo, demostrando optimismo y persistencia ante el fracaso.

- Habilidades para manejar de manera constructiva el dolor, el enojo, la frustración y otros aspectos perturbadores.
- Capacidad de enfrentar activamente problemas cotidianos.
- Capacidad para obtener la atención positiva y el apoyo de los demás, estableciendo amistades duraderas basadas en el cuidado y apoyo mutuo.
- Competencia en el área social, escolar cognitiva; la cual les permite resolver creativamente los problemas.
- Mayor autonomía y capacidad de auto observación.
- Gran confianza en una vida futura significativa y positiva, con capacidad de resistir y de liberarse de estigmas negativos.
- Sentido del humor, flexibilidad y tolerancia.

Trabajar la capacidad resiliente en una persona o en una comunidad como perspectiva implica hacer énfasis en la fortaleza innata de los niños, adolescentes, de sus familias, sus centros educativos y sus comunidades y no enfatizar el punto de vista de riesgos y los problemas.

Desarrollar la capacidad resiliente conlleva la formación de personas socialmente competentes que tengan conciencia de su identidad y utilidad, se pueden tomar decisiones, establecer metas y creer en un futuro mejor, lograr satisfacer sus necesidades básicas de afecto, relación, respeto, metas, poder y significado.

Las personas resistentes tienen un gran sentido del compromiso, una fuerte sensación de control sobre los acontecimientos y están más abiertos a los cambios en la vida, a la vez que tienden a interpretar las experiencias estresantes y dolorosas como una parte más de la existencia. La personalidad resiliente está conformado por tres componentes principales: compromiso, control y reto. El concepto de personalidad resistente está íntimamente ligado al existencialismo.

Trabajar el campo de lo resiliente en un sujeto o comunidad como perspectiva implica un cambio paradigmático en el sentido de hacer hincapié en las fortalezas innatas de los niños, adolescentes, de sus familias, sus centros educativos, del adulto y sus comunidades y

no desde el punto de vista de riesgo, los problemas y la patología que hayan tenido que sobrellevar para mejorar su salud y curar su heridas. Sino para promover salud.

Para promover salud en la vida cotidiana del sujeto, de la educación, y acerca de lo que “si funciona”, involucra también como propuesta que no debemos obsesionarnos solamente en identificar riesgos, ya que esta en una práctica que según las estadísticas, debilita, estigmatiza y daña. Lo que desarrolla la capacidad resiliente de un individuo es la formación de personas socialmente competentes que tengan conciencia de su identidad y utilidad, que puedan tomar decisiones, establecer metas y creer en un futuro mejor, satisfacer sus necesidades básicas de afecto, relación, respeto, metas, poder y significado, y esto es una tarea diaria que involucra distintos lugares sociales partiendo de la familia, y de las distintas instituciones de cada país.

#### **1.4 Premisa, Hipótesis, Definición Operacional**

##### **Premisa**

La resiliencia permite a los estudiantes del Instituto Villalobos I afrontar situaciones adversas y contribuye a mantener una adecuada autoestima.

##### **Hipótesis**

La resiliencia es un factor que incide el fortalecimiento de la autoestima y en la prevención de la depresión de los adolescentes de ambos sexos de 12 a 17 años de segundo grado del Instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I.

##### **Definición Operacional**

La resiliencia es la capacidad que tiene las personas para enfrentar situaciones adversas y eventos traumáticos permitiendo que los acontecimientos negativos que se presentan en la vida de estas personas no afecte su autoestima, la cual consiste en sentirse apreciado, estimado y valorado, teniendo seguridad y confianza en sí mismo para vivir la vida con entusiasmo, manejando adecuadamente sus emociones, por lo tanto la resiliencia y

la autoestima son elementos muy importantes en el desarrollo adecuado de la personalidad del adolescente, por lo que se hace necesario su fortalecimiento para que resistan y superen las dificultades de este mundo tan difícil y conozcan sus potencialidades y reconozcan sus limitaciones para así alcanzar más fácilmente las metas que se propone. La resiliencia y la autoestima contribuyen en la prevención y evitación de la depresión

## **1.5 Indicadores**

### **Variable Independiente**

#### **A. Resiliencia**

- Adecuado control de emociones en situaciones difíciles o de riesgo
- Demostración de optimismo y persistencia ante el fracaso
- Capacidad de enfrentar activamente los problemas cotidianos
- Capacidad para obtener la atención positiva y el apoyo de los demás
- Competencia en el área social, escolar cognoscitiva, lo cual permite resolver Creativamente los problemas
- Mayor autonomía y capacidad de auto observación
- Gran confianza en una vida futura significativa y positiva
- Capacidad de liberarse de estigmas negativos
- Sentido del humor, flexibilidad y tolerancia
- Elevada confianza en alcanzar una vida futura significativa y positiva.

## **Variable Dependiente**

### **B. Autoestima: Capacidad de valores y respetarse así mismo.**

- Seguridad y confianza en sí mismo
- Proposición de metas
- Esfuerzo por alcanzar metas propuestas
- Afrontación de nuevos retos con entusiasmo
- Tolerancia a la frustración
- Sentimiento de aceptación y respeto hacia sí mismo
- Imagen favorable de sí mismo
- Sentimiento de agrado de su cuerpo
- Demostración amplia de emociones y sentimientos.

## **CAPITULO II**

### **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

#### **Técnicas**

##### **2.1 Descripción de la Población**

Adolescentes de ambos sexos de 13 a 15 años de edad, estudiantes de 2°. Grado de Educación Básica del Instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I, son adolescentes de escasos recursos, pertenecientes a una clase social, media baja, habitan en un sector del área precaria de la zona 12 jurisdicción de Villa Nueva, son provenientes de familias sobre trabajadas, con padres de escaso nivel cultural; existe un grado significativo de familias desintegradas. Hay bastante influencia en ese sector de problemas de drogadicción, alcoholismo y delincuencia juvenil. Alrededor del Instituto se encuentran ubicados varios asentamientos tales como: El Éxodo, El Mezquital, Tres Banderas, La Esperanza, El Búcaro, Anexo a Mezquital y los Olivos. La situación del estudiante es precaria, sus padres devengan poco salario en sus trabajos debido a la escasa preparación académica que tienen. Según información del departamento de Orientación Escolar del Plantel y en base a las evaluaciones bimestrales que se realizan por parte de los catedráticos, los alumnos manifiestan un rendimiento escolar que no está de acuerdo a sus potencialidades. Los alumnos en su mayoría provienen de la colonia Villalobos I, II y sus alrededores, profesan diferentes religiones.

##### **2.2 MUESTRA**

El universo que conforma este estudio fue de doscientos cincuenta alumnos; primero básico formado por 3 secciones con una totalidad de 120 alumnos, segundo con 75 alumnos en 2 secciones y tercero 1 sección formada por 55 alumnos. La muestra que se seleccionó para esta investigación la constituyó el grupo de alumnos que pertenecen al segundo grado, tomando en cuenta que era el grupo que ocupaba la posición intermedia de los tres grados. Teniendo las siguientes características: Adolescentes de sexo masculino y femenino, comprendidos entre las edades de 12 a 16 años, estudiantes de segundo grado básico. No importando su condición social ni étnica.

## **Técnica de Recolección de datos**

La información requerida por esta investigación se obtuvo a través de la aplicación de dos instrumentos. El primero fue un cuestionario conteniendo 23 preguntas las cuales midieron autoestima y depresión. El segundo fue la aplicación del test de la Figura Humana de Machover el cual midió conflictos relacionados con depresión.

## **Análisis Estadístico**

En la presente investigación se utilizó la técnica estadística denominada correlación de Pearson por medio de la cual se determinó la relación entre las variables autoestima y depresión en el adolescente de segundo grado básico de este centro educativo, encontrándose que la situación social que viven los adolescentes no les afectó su autoestima debido a que los elementos resilientes no permitieron que se desarrollara la depresión.

## **2.3 Instrumentos: Cuestionario y Test de la Figura Humana de Machover**

### **Cuestionario**

Se aplicó a los estudiantes de segundo básico un cuestionario con 23 preguntas, con respuestas cerradas de sí o no que permitieron determinar el nivel de autoestima y depresión en los adolescentes. Este cuestionario contiene preguntas de la 1 a la 10 mide autoestima y de la 11 a la 23 mide depresión.

### **Test Figura Humana de Machover**

Para lograr una mayor objetividad en la investigación, además del cuestionario se aplicó el test de la Figura Humana de Machover que es una prueba proyectiva que se basa en suponer de que la personalidad no se desarrolla en el vacío sino en el pensar, sentir y moverse de un cuerpo determinado y que la figura es una presentación del individuo que dibuja y el papel es el ambiente. El dibujo puede representar los más profundos deseos del sujeto, exposición de carencias o defectos; compensación de defectos o todos ellos a la vez. En el trazo de la figura se detectaron algunos rasgos de personalidad relacionados con conflictos depresivos que se pudieron dar en los adolescentes de la presente muestra.

## **CAPITULO III**

### **Presentación Análisis e Interpretación de Resultados**

La presente investigación se realizó con alumnos de ambos sexos de 13 a 15 años del Instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I, del municipio de Villa Nueva en 1999, con el fin de conocer los efectos de la resiliencia en la autoestima de los adolescentes, obteniendo los resultados a través del uso de los siguientes instrumentos.

3.1 Cuestionario: Para recolectar la información se utilizó como instrumentos un cuestionario dirigido a los alumnos de segundo grado del Instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I, se tomó como muestra a 75 alumnos de ambos sexos de 13 a 16 años.

Este cuestionario determinó en los adolescentes de este centro educativo el nivel de autoestima y de depresión con el propósito de determinar la incidencia de la resiliencia en la vida de estas personas. A continuación se presentan los cuadros de los resultados:

#### 3.1.1. Presentación del Instrumento No. 01

Cuestionario aplicado a 75 alumnos de ambos sexos de 13 a 16 años. La muestra corresponde a 75 alumnos de segundo grado básico del instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I.



**Cuadro No. 01**

**Actitudes de Autoestima Asumidas por los Alumnos del Instituto Villa Lobos I**

No.	Indicador	Muestra		Dato Porcentual
		Si	No	
	<b>AUTOESTIMA</b>			
1	Seguridad Y Confianza en si mismo	60	15	10 %
2	Proposición regular de metas	71	04	11 %
3	Esfuerzo por alcanzar metas propuestas	64	11	11 %
4	Enfrentar nuevos retos en entusiasmo	60	15	10 %
5	Tolerancia al salir mal las cosas	46	29	08 %
6	Aceptación a si mismo	64	11	11 %
7	Respeto hacia su persona evitando hacerse daño	69	06	12 %
8	Imagen favorable de si mismo	65	10	11 %
9	Agrado de su cuerpo	55	20	09 %
10	Demostración amplia de emociones y sentimientos sin temor a los demás	44	31	07 %
	Suma de Indicadores	598	152	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a 75 alumnos de ambos sexos del Instituto Villa Lobos I

Como se observa en el cuadro No. 01 de los 75 alumnos que fueron entrevistados, la mayoría de alumnos tienen una autoestima adecuada, se observa que todos los datos referidos por cada indicador que emitió la existencia de autoestima son mayores a los datos en donde la autoestima no está presente.

El tener una autoestima adecuada les permite a las personas poseer un concepto de aceptación favorable de si mismos, muestran respeto y confianza hacia su persona, sienten la capacidad de lograr lo que proponen, esto hace que se esfuercen por alcanzar las metas propuestas; todo lo anterior le permite pensar, sentir y actuar positivamente, lo que conlleva

a creer en si mismo y le proporciona una sensación de comodidad y seguridad interna, y la sensación de que es una persona con valor, que tiene cualidades y que puede superar sus limitaciones.

La existencia de una autoestima en las personas además de permitirles tener confianza en si mismos, les permite sentirse motivados para aprender, a pesar de tener limitaciones, se valorizan piensan que pueden tener éxito en lo que emprenden, lo que hace que generalmente obtenga el éxito deseado, esto permite afianzar su autoestima.

Es importante hacer, referencia que dentro de las características de las personas que tienen autoestima alta se encuentran el saber aceptar sus equivocaciones y estar atentos para aprender de cualquier persona y también aprender de los errores que comete. Saber que en la vida siempre habrá obstáculos o dificultades pero a pesar de esto conserva su optimismo y considera los problemas como retos que le hacen llevar una vida más interesante y productiva.

Un factor importantísimo de la resiliencia en la autoestima constituye el hecho de aceptarse uno mismo. Porque en la medida en que la persona se acepte con sus errores y virtudes, en esa medida será aceptada por los demás; lo cual provoca que se sienta bien consigo misma y con las otras personas de su entorno. Un adolescente resiliente se quiere y se acepta muestra mas confianza en si mismo, lo que le permite tener deseos de estudiar, superarse y tener mas posibilidades de logra el éxito que se propone alcanzar conlleva además desarrollar su potencial humano con mayores posibilidades de éxito. Es aquí donde juegan un papel importante, los padres y los maestros. Si se quiere lograr éxito con los adolescentes en su aprendizaje se les debe motivar para que logren sus metas; proporcionarles confianza en si mismo. Es de vital importancia que los jóvenes se sientan seguros de ser amados por sus padres. Ante la conducta inadecuada de los niños y los jóvenes es importante que los adultos no reaccionen humillándoles, avergonzándolos o ridiculizándoles delante de otras personas ya que esto agravaría el problema. Los adolescentes presentan la necesidad de aprobación de los demás; entre mas hostilidad muestran, mas amor y aceptación necesitan tanto de los padres como de los maestros y

demás personas que los rodean. Esta situación ideal no se da en la población objeto de estudio.

**Cuadro No. 02**

**Sentimientos de Depresión presentes en los Alumnos del Instituto Villa Lobos I**

No.	Indicador / Depresión	Muestra	
		Si	No
1	Sentimiento de Culpa al fracasar y no alcanzar lo deseado	61	14
2	Agresividad con las demás personas	25	50
3	Irritación más de lo usual	24	51
4	Sentimiento de desaliento, melancolía y tristeza	43	32
5	Deseos de llorar sin explicación	30	45
6	Llorar frecuentemente sin motivo alguno	15	60
7	Creer que los demás estarían mejor si se muriera	23	52
8	Sentimiento de fracaso y decepción en todo lo que realiza	15	60
9	Demostración de timidez con otras personas	41	34
10	Creer que vale menos que los demás	15	60
11	Sentir desprecio hacia si mismo	24	61
12	Tener esperanza en el futuro	71	04
13	Disfrutar de las mismas cosas	44	31
	Suma de Indicadores	431	554

Fuente: Cuestionario aplicado a 75 alumnos de ambos sexos del Instituto Villa Lobos I

Como se observa en el cuadro No. 02 de los 75 estudiantes que fueron entrevistados, para determinar la presencia de sentimientos de depresión, la mayoría de alumnos indican no tener rasgos depresivos. Se puede observar que si están presentes algunos rasgos de depresión en los adolescentes, siendo los mas relevantes el sentimiento de culpa al fracasar y no alcanzar lo deseado, el sentimiento de desaliento, melancolía y tristeza, y la demostración de timidez con otras personas, a estos sentimientos de depresión es necesario ponerles atención para que los estudiantes los enfrenten adecuadamente.

Asimismo según se puede observar en este cuadro la mayoría de estudiantes muestran sentimientos de culpa al no alcanzar lo deseado lo que indica que no está manejando adecuadamente la frustración, esto no lo beneficia en buscar nuevas estrategias para solucionar los problemas y lograr sus metas. También el hecho de que se de en mayor grado el sentimiento de desaliento, melancolía y tristeza no le permite tomar las energías necesarias que le permitan tener el impulso emocional adecuado para afrontar situaciones difíciles que se le puedan presentar. La demostración de timidez con otras personas, la cual fue mayor entre los alumnos que indican si manifestarla no les permite ampliar y fortalecer con los demás las relaciones sociales, las cuales son muy importantes en el desarrollo de la inteligencia emocional sumada al cociente intelectual es de suma importancia en el logro del éxito de las personas; debido a que le permite al individuo manejar adecuadamente sus emociones y sentimientos. La resiliencia en la mayoría de estudiantes les permite superar los síntomas depresivos, pero es importante propiciar actividades que le permitan desarrollar su potencial en mejor forma y así evitar que llegue a presentar sentimientos depresivos más acentuados que le afecten el desarrollo de sus habilidades y así pueda responder adecuadamente ante los retos de la vida que le permitirá tener un desempeño mas adecuado.

El evitar la depresión se acentuó en los adolescentes permitirá que no se involucren en actividades delictivas y en manifestaciones sexuales y agresivas. Según algunos autores la depresión es una agresión dirigida hacia si mismo y se fundamenta en la existencia de ciertos sentimientos de culpa, los cuales lo pueden llevar a percibirse como personas malas, esta sensación los pueden conducir a realizar acciones que afirmen esa imagen, lo cual conduce a sentirse aun mas culpables y a desarrollar una mayor depresión.

### 3.1.2 Presentación de la Prueba de Psicodiagnóstico

#### Figura Humana de Machover

El uso de este instrumento tuvo como objetivo hacer que los alumnos de segundo grado de este establecimiento proyectara de forma indirecta algunos aspectos relacionados con rasgos depresivos.

Después de extraer del manual de Machover los indicadores relacionados con la depresión en el ser humano, se procedió a calificar las figuras humanas y los resultados fueron los siguientes:

#### Cuadro No.03

##### Indicadores relacionados a la depresión en el ser humano, encontrados en las figuras humanas realizadas por los alumnos del Establecimiento

No.	Indicador	Muestra
1	Rasgos que indican sentimientos de depresión	10
2	Figuras de sujetos muy deprimidos	03

La muestra corresponde a los resultados obtenidos de la evaluación de las 75 figuras humanas, hechas por los alumnos de segundo grado del Instituto Villa Lobos I. Estos resultados indican que en la muestra existen 10 alumnos con rasgos que revelan sentimientos de depresión, 3 alumnos que presentan rasgos relacionados con estados fuertemente depresivos.

Si se analiza el cuadro No. 02 del cuestionario se notará que la mayoría de adolescentes de la muestra no presenta sentimientos de depresión, pero estos sentimientos si están presentes aunque en menor número, a lo cual obedecen los resultados de la evolución de las figuras humanas.

Estos resultados indican que de los 75 estudiantes que fueron evaluados 13 alumnos si presentan indicadores relacionado con depresión, según esta técnica proyectiva.

Los resultados obtenidos a través de la evaluación de las Figuras Humanas nos son tan objetivos como los resultados obtenidos en el cuestionario aplicado, sin embargo se utilizó para complementar la investigación.

Al realizar el análisis estadístico la correlación que hay entre las variables autoestima y depresión es negativa.

### **CALCULO DE LA CORRELACION LINEAL DE PEARSON**

Datos obtenidos del cuadro No. 01

Fórmula  $r = \frac{SC\ XY}{(SCX) \cdot (SCY)}$

$SCXY = \sum XY - (\sum X)(\sum Y) / n$

$SCXY = 2506 - (600)(340) / 75 = 2506 - (204000) / 75 = 2506 - 2720 = -214$

$SCX = \sum X^2 - (\sum X)^2 / n$  Sustituyendo

$SCX = 5038 - (600)^2 / 75 = 5038 - 360000 / 75 = 5038 - 4800 = 238$

$SCY = 2142 - (340)^2 / 75 = 2142 - 115600 / 75 = 2142 - 1541.33 = 600.67$

Así  $r = -214 / 378.0998 = -0.565988$

Por lo tanto  $r = -0.57$

ES DECIR, LA CORRELACION ENTRE LA AUTOESTIMA Y LA DEPRESION ES NEGATIVA - 0.57

CUADRO No. 01

X	Y	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	XY
9	4	81	16	36
9	6	81	36	54
6	6	36	36	36
7	5	49	25	35
10	2	100	4	20
6	1	36	1	6
8	6	64	36	48
9	3	81	9	27
4	8	16	64	32
9	5	81	25	45
8	8	64	64	64
10	8	100	64	80
9	4	81	16	36
7	7	49	49	49
7	3	49	9	21
9	2	81	4	18
8	6	64	36	48
8	3	64	9	24
8	6	64	36	48
8	4	64	16	32
8	9	64	81	72
5	12	25	144	60
9	1	81	1	9
7	5	49	25	35
9	2	81	4	18
9	4	81	16	36
9	5	81	25	45
8	4	64	16	32
5	13	25	169	65
8	3	64	9	24
9	4	81	16	36
10	2	100	4	20
9	1	81	1	9
10	2	100	4	20
10	6	100	36	60
3	10	9	100	30
9	1	81	1	9
8	6	64	36	48
8	7	64	49	56
9	1	81	1	9
6	7	36	49	42
10	5	100	25	50
10	2	100	4	20
9	3	81	9	27
5	4	25	16	20

10	1	100	1	10
8	4	64	16	32
10	3	100	9	30
9	2	81	4	18
9	4	81	16	36
7	10	49	100	70
6	6	36	36	36
10	6	100	36	60
9	4	81	16	36
8	7	64	49	56
7	1	49	1	7
8	2	64	4	16
7	4	49	16	28
10	3	100	9	30
10	2	100	4	20
9	2	81	4	18
9	1	81	1	9
9	5	81	25	45
7	2	49	4	14
7	4	49	16	28
10	3	100	9	30
6	8	36	64	48
4	10	16	100	40
9	2	81	4	18
8	1	64	1	8
10	6	100	36	60
7	6	49	36	42
5	2	25	4	10
2	11	4	121	22
600	340	5038	2142	2506

**-0.5659897 CORRELACION NEGATIVA  
X AUTOESTIMA  
Y DEPRESION**

**HOJA DE SALIDA DE MICROSOFT EXCEL**



## Capítulo IV

### Conclusiones y Recomendaciones

#### 4.1 Conclusiones.

4.1.1 Con base a los resultados de esta investigación se acepta la hipótesis de que la resiliencia es un factor que incide en la autoestima de los adolescentes, debido a que en los resultados obtenidos la mayoría de estudiantes aún viviendo en inadecuadas condiciones psicosociales poseen alta autoestima.

4.1.2. Las actividades de autoestima más significativas en los estudiantes son la proposición regular de metas, el respeto hacia su persona evitando hacerse daño y la imagen favorable de sí mismos, lo que les permite valorarse como personas.

4.1.3 De acuerdo a los resultados obtenidos la mayoría de estudiantes tienen una adecuada autoestima.

4.1.4 A pesar de las situaciones que tienen los alumnos no perdieron su autoestima y no tienen depresión.

4.1.5 La mayoría de los estudiantes indican tener esperanzas en el futuro.

4.1.6 La timidez constituye un aspecto de la personalidad del adolescente que influye negativamente en su relación con otras personas, lo que afecta su inteligencia emocional.

#### 4.2 Recomendaciones

4.2.1 La autoestima es un factor de especial importancia en el desarrollo adecuado del adolescente. Por lo tanto se recomienda a los padres de familia, personal docente y administrativo que desarrollen actividades que ayuden a los alumnos a acrecentar su autoestima para que tengan más oportunidad de consolidar su identidad y conozcan con claridad con que recursos, intereses y objetivos cuenta para enfrentarse a la vida.

4.2.2 Es importante que en este centro educativo, se realicen al inicio del ciclo escolar y en forma periódica, actividades de Escuela para Padres en donde ellos reconozcan la importancia de la resiliencia y la autoestima y la fomenten en los hogares.

4.2.3 Tanto la orientadora como los maestros del Instituto Villalobos I deben propiciar anualmente actividades en donde el estudiante pueda manifestar sus inquietudes y

que sea este quien proponga en que actividades culturales, sociales o deportivas le gustaría participar para si proyectarse positivamente.

- 4.2.4 Capacitar a los maestros sobre técnicas de autoestima dentro del aula para propiciar en mejor forma el desarrollo del potencial de los adolescentes, con el propósito de fortalecer o enriquecer la adecuada estima en los estudiantes que ya poseen y mejorarla en los alumnos que así lo requieran.
  
- 4.2.5 Es importante reforzar la resiliencia de los jóvenes para reducir la vulnerabilidad ante situaciones de riesgo tales como uso de drogas, embarazo temprano, suicidio, fugas del hogar.
  
- 4.2.6 Se recomienda realizar actividades para padres de familia en donde se favorezca la resiliencia, para que los adultos generen con su apoyo sentimientos de seguridad y confianza en los estudiantes, con esto se logrará que los alumnos enfrenten adecuadamente las adversidades.
  
- 4.2.7 En este establecimiento debe fomentarse con insistencia la resiliencia de los alumnos para que al valorarse a través del conocimiento de sus fortalezas y debilidades, utilicen adecuadamente su potencial y que sus limitaciones no obstaculicen su desarrollo y les permita superar las adversidades.

## BIBLIOGRAFIA

- ❖ Caso Muñoz, Agustín. “Fundamentos de Psiquiatría”. Editores Noriega. México 1984. 213 pp
- ❖ Craig, Grace. “Desarrollo Psicológico”. Prentice-Hall Hispanoamericana, S.A. México 1988. 682 pp.
- ❖ Fitzgerald H –Strommen Ellen. “Psicología Evolutiva”. Editorial El Ateneo. Buenos Aires 1975. 153 pp.
- ❖ Grispert, Carlos. “Enciclopedia de la Psicología Océano” Ediciones Océano Éxito. España 1985. Volumen No. 03 La Adolescencia. 262 pp. Horrocks, John
- ❖ Horrocks, John. “Psicología de la Adolescencia”. Trillas. México 1989. 464 pp
- ❖ McKinney John, Fitzgerald Hiran, Strommen Ellen A. “Psicología del Desarrollo”. Edad Adolescente. Editorial El Manual Moderno. México 1997. 266 pp.
- ❖ Mendels Joseph. “La Depresión”. Editorial Herder. España 1982. 176 pp.
- ❖ Noyes Kolb Lawrence. “Psiquiatría Clínica Moderna”. La Prensa Médica Mexicana, S.A. México 1982. 1016 pp.
- ❖ Papalia Diane, Wenkos Sally. “Desarrollo Humano”. Editorial McGraw Hill, Interamericana, S.A. Colombia 1990. 753 pp.
- ❖ Papalia Diane, Wenkos Sally. “Psicología del Desarrollo”. De la Infancia a la Adolescencia. ”. Editorial McGraw Hill, Interamericana, S.A. Colombia 1991. 672 pp.
- ❖ Paz de Sánchez, Evelyn. “La Autoestima” CENALTEX. Guatemala, 1996. 8 pp.

SOXENY

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**CUESTIONARIO**

A continuación encontrarás una serie de preguntas que pretenden información general sobre la depresión del adolescente, te agradeceríamos responder con sinceridad ya que tus respuestas serán completamente confidenciales y contribuirán a que podamos comprender mejor a otros de tu edad.

**DATOS PERSONALES**

**EDAD** \_\_\_\_\_

Indicaciones:

Por favor encierra en un círculo una de las respuestas de cada pregunta.

1. ¿Tienes seguridad y confianza en ti mismo cuando inicias nuevos proyectos?  
SI NO
2. ¿Regularmente te propones metas en la vida?  
SI NO
3. ¿Te esfuerzas por alcanzar las metas que te has propuesto?  
SI NO
4. ¿Enfrentas nuevos retos con entusiasmo?  
SI NO
5. ¿Muestras tolerancia cuando las cosas no salen bien?  
SI NO
6. ¿Te aceptas como eres?  
SI NO
7. ¿Demuestras respeto hacia tu persona, evitando hacer cosas que te causen daño?  
SI NO
8. ¿Tienes una imagen favorable de ti mismo?  
SI NO
9. ¿Te agrada tu cuerpo tal como eres?  
SI NO

10. ¿Ante cualquier situación demuestras ampliamente tus emociones y sentimientos sin temor a la opinión de los demás?

SI NO

11. ¿Te sientes culpable al fracasar y no alcanzar lo que deseabas?

SI NO

12. ¿Eres agresivo con las demás personas ya sea física o verbalmente?

SI NO

13. ¿Esta más irritable de lo usual?

SI NO

14. ¿Te sientes desalentado, melancólico y triste?

SI NO

15. ¿Tienes deseos de llorar son motivo que lo explique?

SI NO

16. ¿Lloras frecuentemente sin motivo alguno?

SI NO

17. ¿Crees que los demás estarían mejor si te murieras?

SI NO

18. ¿Te sientes fracasado y decepcionado en todo lo que realizas?

SI NO

19. ¿Demuestras timidez con las demás personas?

SI NO

20. ¿Crees que vales menos que los demás?

SI NO

21. ¿Sientes desprecio hacia ti mismo?

SI NO

22. ¿Tienes esperanzas en el futuro?

SI NO

23. ¿Todavía disfrutas con las mismas cosas?

SI NO

## **RESUMEN**

Las diferentes situaciones de adversidad que afrontan los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica Villalobos I, como habitar en un área precaria del municipio de Villa Nueva pueden afectar el desarrollo adecuado de su autoestima. Este estudio se realizó con 75 alumnos de ambos sexos de segundo grado comprendidos entre las edades de 12 a 17 años de edad. Se plantearon los siguientes objetivos: Determinar el nivel de autoestima del adolescente, determinar la incidencia de la resiliencia en al autoestima. Se aplicó un cuestionario y el Test de la Figura Humana de Machover. Se determinó que la situación social que viven los adolescentes no les afecto su autoestima, que la resiliencia como una capacidad innata o adquirida les permitió tener una capacidad de respuesta adaptativa ante situaciones de riesgo, lo que reduce su vulnerabilidad. Se acepta la hipótesis de que la resiliencia es un factor que incide el fortalecimiento de la autoestima de los adolescentes.