

**TRABAJO SOBRE LA AUTOESTIMA EN EL ALUMNADO DE
CUARTO CURSO DE PEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD
DE SEVILLA**



TRABAJO DE FIN DE GRADO.

GRADO DE PEDAGOGÍA

Curso 2022-2023

Autora:

Alba González Jaussi

Tutor: Pedro Gallardo Vázquez

Gracias a mi tutor por su tiempo, dedicación y ayuda durante la realización de este Trabajo de Fin de Grado, y a mi familia por su apoyo y comprensión.

ÍNDICE

1. RESUMEN	4
2. ABSTRACT	4
3. INTRODUCCIÓN	5
4. OBJETIVOS GENERALES	6
5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
6. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	7
6.1. Definición del término autoestima	7
6.2. Componentes de la autoestima	7
6.3. Tipos de autoestima	8
6.4. Importancia de la autoestima en el ámbito universitario	10
6.5. Relación entre la autoestima y el rendimiento académico del alumnado universitario	10
6.6. Autoestima en los docentes	11
6.7. Estrategias para desarrollar la autoestima del alumnado universitario	11
7. MÉTODO	13
7.1. Muestra	13
7.2. Instrumento	13
7.2.1. la escala de autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003)	13
7.3. Procedimiento	13
8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	14
9. CONCLUSIONES	22
10. BIBLIOGRAFÍA	23
11. ANEXOS.	26

1. RESUMEN

La autoestima es la valoración que tiene una persona de sí misma, puede ser negativa o positiva. Una autoestima positiva ayuda a la persona a tener confianza y seguridad en sí misma, a incrementar su autonomía, a mejorar las relaciones interpersonales con los demás y a afrontar situaciones difíciles con mayor confianza. Por el contrario, una autoestima negativa genera desconfianza, inseguridad y sentimientos de inferioridad y rechazo.

Este Trabajo de Fin de Grado (TFG), que versa sobre la autoestima, está dividido en dos partes; en la primera se incluye una fundamentación en la que se abordan diversos aspectos de la autoestima y, en la segunda, se pasa la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas al alumnado de un grupo de cuarto curso del Grado de Pedagogía de la Universidad de Sevilla para determinar sus niveles de autoestima.

Palabras claves: autoestima, alumnado de cuarto curso del Grado de Pedagogía, docentes, ámbito universitario, Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas.

2. ABSTRACT

Self-esteem is a person's evaluation of themselves, and it can be either negative or positive. Positive self-esteem helps a person have confidence and security in themselves, increase their autonomy, improve interpersonal relationships with others, and face difficult situations with greater confidence. Conversely, negative self-esteem generates distrust, insecurity, feelings of inferiority, and rejection.

This Final Degree Project (TFG), which deals with self-esteem, is divided into two parts. The first part includes a foundation in which various aspects of self-esteem are addressed, while in the second part, the questionnaire “Escala de Autoestima-Autoexamen” by Cirilo Toro Vargas is administered to fourth-year Pedagogy students at the University of Seville to determine their levels of self-esteem.

Keywords: self-esteem, fourth-year Pedagogy students, teachers, university environment, questionnaire “Escala de Autoestima-Autoexamen” by Cirilo Toro Vargas

3. INTRODUCCIÓN

La autoestima es la valoración que tiene una persona sobre sí misma. Ramos (citado por Ramos, 2003, p. 32) la define así: “es una actitud hacia uno mismo y como actitud, es la manera habitual de pensar, amar, sentir y comportarse”.

Ramos (2003, p. 33) señala que “la autoestima es el resultado de vivir con conciencia de ser uno mismo, tanto en lo interno como en lo externo, tener conciencia de los propios valores, el propio cuerpo, los propios sentimientos para luego poder sentirse yo-con-otros”.

La autoestima es uno de los factores más importantes para el bienestar emocional y el desarrollo integral de las personas, ya que influye en las percepciones y emociones que sentimos, en nuestro desarrollo personal, académico, social y profesional y en nuestra forma de pensar, actuar y tomar decisiones sobre nosotros mismos.

Branden (2022, p. 23) subraya que el valor de la autoestima radica en el hecho de que nos permite sentirnos mejor, vivir mejor y responder a los desafíos y a las oportunidades con mayor ingenio y de forma más apropiada.

Tener una autoestima adecuada es importante porque permite a la persona (López y González, 2006, p. 86): tener confianza en sí misma; sentir que es merecedora de alcanzar el éxito; afrontar los retos de la vida; fijar metas alcanzables; ser capaz de controlar las emociones; conservar la seguridad y tener la suficiente flexibilidad frente a los objetivos personales; tener claros los valores que guían su comportamiento; no dejarse llevar por la presión de grupo; ser capaz de establecer relaciones interpersonales beneficiosas; reconocer y disfrutar de los éxitos de los demás; y fortalecer y disfrutar los beneficios personales.

La autoestima influye en la toma de decisiones y es fundamental para el rendimiento académico del discente. Si este piensa que no es competente, no se esforzará en hacer bien las tareas y actividades porque creerá que no es capaz y, además, será infeliz (Navarro, 2009, p. 2).

Este Trabajo de Fin de Grado consta de dos partes. En la primera se elabora un marco teórico sobre la autoestima en el alumnado universitario. En la segunda parte, se aplica la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003) al alumnado de cuarto del Grado de Pedagogía de la Universidad de Sevilla para determinar sus niveles de autoestima.

4. OBJETIVOS GENERALES

Los objetivos generales de este Trabajo de Fin de Grado son los siguientes:

- Objetivo 1. Elaborar una fundamentación teórica sobre diversos aspectos importantes de la autoestima.
- Objetivo 2. Determinar los niveles de autoestima del alumnado de un grupo de cuarto curso del Grado de Pedagogía de la Universidad de Sevilla.

Estos objetivos generales se concretan a través de los objetivos específicos que se detallan a continuación.

5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

a) Objetivos específicos relativos al objetivo general 1.

- Definir el término autoestima.
- Describir los componentes de la autoestima.
- Presentar los diferentes tipos de autoestima.
- Destacar la importancia de la autoestima en el ámbito universitario.
- Mostrar la relación existente entre la autoestima y el rendimiento académico del alumnado universitario.
- Destacar la importancia de la autoestima en los docentes.
- Exponer diversas estrategias para desarrollar la autoestima del alumnado universitario.

b) Objetivos específicos relativos al objetivo general 2.

- Pasar la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas al alumnado de un grupo de cuarto curso del Grado de Pedagogía de la Universidad de Sevilla para determinar sus niveles de autoestima.

- Analizar los resultados obtenidos en la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003).
- Presentar las e obtenidas a partir del análisis e interpretación de los resultados obtenidos en la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003).

6. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

6.1. Definición del término autoestima

La autoestima es la valoración que la persona tiene de la imagen de sí misma y que está conformada por aquellas autopercepciones emergentes de todas las sensaciones, sentimientos, pensamientos y experiencias que sobre sí mismo, un sujeto puede ir acumulando a lo largo de su vida (Massenzana, 2017, p. 46).

Gámez-Medina, Guzmán-Facundo, Ahumada-Cortez, Alonso-Castillo y da Silva (2017, p. 2) definen la autoestima como la autoevaluación que hace la persona de sí misma, donde expresa su reprobación o rechazo hacia ella.

6.2. Componentes de la autoestima

En la autoestima encontramos tres componentes interrelacionados de tal forma que una modificación en uno de ellos lleva consigo una alternación en los otros: cognitivo, afectivo y conductual (Roa, 2013, pp. 243-244).

- *Componente cognitivo.* Formado por el conjunto de conocimientos que la persona tiene sobre sí misma.
- *Componente afectivo.* Sentimiento de valor que se atribuye cada persona y grado de aceptación que tiene sobre sí misma. Puede tener un matiz positivo o negativo según nuestra autoestima: “Me gusta como soy” o “Todo lo hago mal”.
- *Componente conductual.* Relacionado con tensión, intención y decisión de actuar, de llevar a la práctica un proceso de forma coherente. Es la autoafirmación dirigida hacia uno mismo y la busca de consideración y reconocimiento por parte de los otros. Constituye el esfuerzo por lograr el respeto ante los demás y ante nosotros mismos.

En el modelo denominado proceso de la autoestima, se considera a esta según dos dimensiones complementarias, una actitudinal inferida integrada por tres componentes: la autoimagen, la autovaloración y la autoconfianza, y otra conductual observable, que también se encuentra conformada por otros tres componentes: el autocontrol, la autoafirmación y la autorrealización (Sesento & Lucio, 2019, p. 16).

La autoimagen hace referencia a la imagen o representación mental que tienen las personas de sí mismas; la autovaloración hace referencia al concepto que cada persona tiene de sí misma; la autoconfianza hace referencia a la capacidad que tiene la persona de creer en sí misma y en la posibilidad de lograr sus metas personales; el autocontrol hace referencia a la capacidad que tiene la persona de sentirse capaz de controlar y dirigir su propia conducta; la autoafirmación hace referencia a la capacidad que tiene la persona para poder tomar decisiones con autonomía y madurez; y la autorrealización hace referencia a vivir una vida satisfactoria al cumplir los objetivos personales propuestos.

6.3. Tipos de autoestima

La autoestima hace referencia a la valoración, tanto positiva como negativa, que la persona hace de sí misma.

Normalmente, calificamos esa valoración en positiva, negativa o neutra, aunque lo más frecuente es clasificar la autoestima como alta, media o baja.

Las personas con autoestima alta presentan las siguientes características (Roa, 2013, p. 245):

- Toman iniciativas.
- Afrontan nuevos retos o desafíos.
- Valoran sus éxitos personales, académicos y profesionales.
- Saben superar los fracasos, muestran tolerancia a la frustración.
- Muestran amplitud de emociones y sentimientos.
- Desean mantener relaciones con los demás.
- Son capaces de asumir responsabilidades.

- Actúan con independencia y con decisión propia.

Las personas con autoestima baja presentan las siguientes características (Roa, 2013, pp. 245-246):

- Sin iniciativas, necesita la guía de otras personas.
- Tienen miedo a los nuevos retos o desafíos.
- Desprecian sus aptitudes.
- Tienen poca tolerancia a la frustración, se ponen a la defensiva fácilmente.
- Tienen miedo a relacionarse, sienten que no serán aceptados.
- Tienen miedo de asumir responsabilidades.
- Muestran estrechez de emociones y sentimientos.
- Son dependientes de aquellas personas que consideran superiores; se dejan influir.

Las personas con autoestima media son algo inseguras, dependen de la aceptación social, buscando la aprobación de los demás (Silvestre, 2008, p. 32).

Toro (2016, p. 60) clasifica la autoestima en alta (negativa), alta (positiva), baja (positiva) y baja (negativa).

Autoestima alta (negativa). Las personas con este tipo de autoestima pueden presentar, entre otras, las siguientes características: manipulación de sus iguales, escaso aprecio o ninguno a las reglas y normas en el hogar o sociedad en general, ego inflado, etc.

Autoestima alta (positiva). Las personas con este tipo de autoestima tienen una confianza razonable en su capacidad para resolver problemas, tienden a ser más abierta en sus relaciones con sus iguales y otros adultos, etc.

Autoestima baja (positiva). Las personas con este tipo de autoestima presentan unas características bastante parecidas a las que tienen una autoestima alta (positiva).

Autoestima baja (negativa). Las personas con este tipo de autoestima presentan, entre otras, las siguientes características: carecen de confianza en sí mismas, tienden a ser manipuladas por sus iguales y otros adultos, etc.

De acuerdo con (Panesso y Arango, 2017, p. 3), las personas que poseen una autoestima baja se caracterizan, entre otras cosas, por su escasa capacidad para afrontar los problemas y por su tendencia a evitar compromisos y nuevas responsabilidades, a estar tristes, preocupadas, etc.

6.4. Importancia de la autoestima en el ámbito universitario

La autoestima es un constante aprendizaje de diferentes factores, entre los que se encuentran: la autocrítica, la responsabilidad, el respeto hacia sí mismo y hacia el propio valor como persona y la autonomía (Hernández, 24-05-2022).

Es importante destacar que el apoyo social percibido está relacionado positiva y significativamente con la autoestima del estudiante (de-Besa-Gutiérrez y Gil-Flores, 2018) y que “los mayores aprendizajes se producen entre los universitarios que presentan la autoestima más realista y también la más positiva, y el menor aprendizaje lo tienen los estudiantes con peor autoestima” (González-Vázquez, 2019, p. 791).

Una buena autoestima es fundamental para lograr el éxito personal, académico y profesional.

6.5. Relación entre la autoestima y el rendimiento académico del alumnado universitario

Es importante señalar que existe una correlación entre la autoestima y el rendimiento en estudiantes de educación superior. Estudios realizados por diversos autores ponen de manifiesto que los estudiantes con bajo rendimiento escolar presentan baja autoestima y conducta rebelde, sentimientos de ineficacia personal y falta de expectativas profesionales, y que los estudiantes con una autoestima elevada obtienen buenos rendimientos académicos (Vega, 2018, pp. 221-222).

Pfuyo (2021, citado por Torres-Zapata, Torres-Zapata, Acuña-Lara, Moguel-Ceballos y Brito-Cruz, 2023, p. 53), afirma que los resultados de su estudio revelan que la autoestima influye directamente con el rendimiento académico universitario.

6.6. Autoestima en los docentes

Un docente puede proyectar y enseñar autoestima en el aula solo si tiene una autoestima elevada. De no ser así, lo que proyecta y enseña es una imagen de insuficiencia como persona, y esta es la que el alumnado percibe e integran como ejemplo de persona adulta.

Por tanto, un docente que se interese en esforzarse por robustecer su propia autoestima como persona y como profesional estará mucho mejor preparado para infundir autoconceptos positivos en su alumnado (Peñaherrera, Cachón y Ortiz, 2014, p. 55).

Entre las características que presentan los docentes con baja autoestima se encuentran, entre otras, las siguientes: tienen poca confianza en sí mismos, presentan una menor tolerancia a la frustración, evitan las responsabilidades, se irritan fácilmente, son autoritarios o permisivos y tienen especial sensibilidad a la agresividad percibida. Los docentes que presentan este tipo de autoestima no se encuentran en las mejores condiciones para realizar una práctica profesional óptima, lo que por consiguiente repercute en el clima del aula, el aprendizaje y la motivación de su alumnado (Hernández, 2017, pp. 84-85).

Entre las características que presentan los docentes con baja autoestima se encuentran, entre otras, las siguientes (Sesento & Lucio, 2019, p. 17):

- No se consideran a sí mismo como como el centro del universo y mejor que otras personas.
- Conocen muchos aspectos de sí mismos.
- Tienen autorespeto.
- Tienen consciencia de su propio valor como persona única e irrepetible.
- Reconocen sus cualidades buenas, pero no se creen perfectos.

6.7. Estrategias para desarrollar la autoestima del alumnado universitario

Para trabajar la autoestima es necesario tener en cuenta una serie de aspectos como (Giménez, 2008, p. 58):

1.- Entender que la persona con buena autoestima sabe valorar sus méritos y potencialidades dentro de la realidad asumiendo sus deficiencias como algo a mejorar y considerándose al mismo nivel que las demás personas en la relación.

2.- No confundir una autoestima alta con un nivel alto de “competitividad”

3.- Para desarrollar la autoestima en el alumnado:

- Se ha de trabajar conjuntamente con otros valores como la colaboración y la tolerancia.

- No se puede potenciar basada en la búsqueda exclusiva del éxito personal.

4.- La mayor parte de las veces, cuando surgen problemas de relación, imposición desprecio, etc., se actúa sobre las consecuencias en vez de buscar en las causas.

Moll (23/10/2016) propone las siguientes estrategias para potenciar la autoestima en el aula:

- Mantener un contacto fluido con el estudiante.
- Conseguir que el estudiante crea que es capaz de lograr lo que se le pide.
- Adaptar los objetivos y la dificultad de las tareas a las posibilidades del estudiante.
- Trabajar conjuntamente con el estudiante lo que se entiende por aproximaciones progresivas.
- Conocer lo que puede hacer y lo que no puede hacer el estudiante.
- Hacer ver al estudiante que el error es una forma más de aprendizaje.
- Potenciar positivamente la participación y las intervenciones en clase.
- Potenciar los refuerzos verbales como comentarios halagadores, bromas, llamar por el nombre, conversar amigablemente...
- Potenciar los refuerzos no verbales como la proximidad, el contacto ocular, expresiones faciales que denoten aprobación...
- Trabajar el lenguaje positivo a través de lo que se denominan las autoafirmaciones positivas.

7. MÉTODO

7.1. Muestra

La muestra está formada por 12 alumnos y 30 alumnas de cuarto curso del Grado de Pedagogía de la Universidad de Sevilla.

7.2. Instrumento

Se ha utilizado como instrumento la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003).

7.2.1. La escala de autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003)

La Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003) es un instrumento que consta de 40 preguntas. Estas preguntas tienen 4 opciones de respuesta (1= nunca, 2= algunas veces, 3= casi siempre, 4= siempre).

Una puntuación de 40-73 significa que el alumno o alumna tiene una autoestima baja (negativa). Una puntuación de 104-160 significa que el alumno o alumna tiene una autoestima alta (negativa). Una puntuación de 84-103 significa que el alumno o alumna tiene una autoestima alta (positiva) y una puntuación de 74 a 83 significa que el alumno o alumna tiene una autoestima baja (positiva).

La escala se aplica de forma individual a cada persona. El tiempo de aplicación es aproximadamente de unos 15 minutos.

7.3. Procedimiento

En primer lugar, se pasó la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003), a 12 alumnos y 30 alumnas de cuarto curso del Grado de Pedagogía de la Universidad de Sevilla en los meses de febrero y marzo de 2023. En segundo lugar, se procedió al análisis e interpretación de los datos obtenidos. Finalmente, se obtuvieron las conclusiones y se presentaron propuestas para la realización de nuevos Trabajos Fin de Grado.

8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

A continuación, se presentan los diversos resultados de la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003) y un análisis de los mismos.

En la tabla 1 se muestra la distribución de la muestra por género.

Tabla 1. Distribución del alumnado por género

<i>GÉNERO</i>				
	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje válido</i>	<i>Porcentaje acumulado</i>
<i>Alumnas</i>	30	71,4%	71,4%	71,4%
<i>Alumnos</i>	12	28,6%	28,6%	100,0%
<i>Total</i>	42	100,0%	100,0%	

La muestra está compuesta por 48 discentes de cuarto curso del Grado de Pedagogía de la Universidad de Sevilla, de los cuales 12 son alumnos (28,6%) y 30 son alumnas (71,4 %).

En la tabla 2 se observa la distribución del alumnado por edad.

Tabla 2. Distribución del alumnado por edad

<i>EDAD</i>					
	<i>Edad</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje acumulado</i>
<i>Válido</i>	21	7	16,7%	16,7%	16,7%
	22	10	23,8%	23,8%	40,5%
	23	11	26,2%	26,2%	66,7%
	24	6	14,3%	14,3%	81,0%

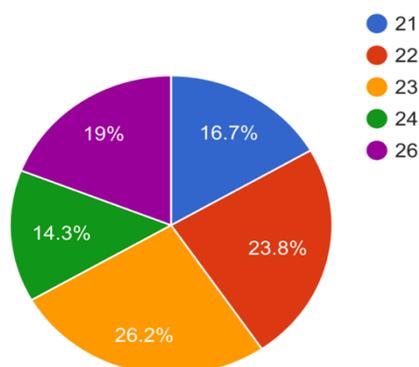
Tabla 2. Continuación

26	8	19,0%	19,0%	100,0%
Total	42	100,0%	100,0%	

El rango de edades oscila entre los 21 y los 26 años. El 16,7% del alumnado (7 discentes) tiene 21 años, el 23,8% (10 discentes) tiene 22 años, el 26,2% (11 discentes) tiene 23 años, el 14,3% (6 discentes) tiene 24 años y el 19% (8 discentes) tiene 26 años.

En la figura 1 se observan los porcentajes según la edad del alumnado.

Figura 1. Distribución porcentual del alumnado según la edad



En las Tabla 3 se observan los estadísticos descriptivos por ítems de la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas.

Tabla 3. Estadísticos descriptivos por ítems de la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas

<i>Ítems</i>	<i>Media</i>	<i>Mediana</i>	<i>Moda</i>	<i>Desviación típica</i>
1. Me siento alegre.	2,43	2	2	0,74
2. Me siento incómodo con la gente que no conozco.	2,38	2	2	0,85
3. Me siento dependiente de otros.	2,07	2	2	0,84
4. Los retos representan una amenaza a mi persona.	2,07	2	2	0,78
5. Me siento triste.	2,21	2	2	0,68

Tabla 3. Continuación

6. <i>Me siento cómodo con la gente que no conozco.</i>	2,36	2	2	0,88
7. <i>Cuando las cosas salen mal es mi culpa.</i>	2,26	2	2	0,83
8. <i>Siento que soy agradable a los demás.</i>	2,90	3	3	0,88
9. <i>Es bueno cometer errores.</i>	2,86	3	3	0,87
10. <i>Si las cosas salen bien se deben a mis esfuerzos.</i>	2,83	3	2	0,96
11. <i>Resulto desagradable a los demás.</i>	1,76	2	2	0,69
12. <i>Es de sabios rectificar.</i>	3,60	4	4	0,73
13. <i>Me siento el ser menos importante del mundo.</i>	1,79	2	1	0,90
14. <i>Hacer lo que los demás quieran es necesario para sentirme aceptado.</i>	1,79	1	1	0,98
15. <i>Me siento el ser más importante del mundo.</i>	1,48	1	1	0,77
16. <i>Todo me sale mal.</i>	1,95	2	2	0,85
17. <i>Siento que el mundo entero se ríe de mí.</i>	1,88	1	1	1,11
18. <i>Acepto de buen grado la crítica constructiva.</i>	3,00	3	3	0,70
19. <i>Yo me río del mundo entero.</i>	1,60	1	1	0,83
20. <i>A mí todo me resbala.</i>	1,45	1	1	0,67
21. <i>Me siento contento(a) con mi estatura.</i>	2,86	3	3	1,00
22. <i>Todo me sale bien.</i>	2,07	2	2	0,68
23. <i>Puedo hablar abiertamente de mis sentimientos.</i>	2,71	3	3	0,89
24. <i>Siento que mi estatura no es la correcta.</i>	1,74	1	1	1,01
25. <i>Sólo acepto las alabanzas que me hagan.</i>	1,64	2	2	0,69
26. <i>Me divierte reírme de mis errores.</i>	2,24	2	1	1,10
27. <i>Mis sentimientos me los reservo exclusivamente para mí.</i>	2,14	2	2	0,87

Tabla 3. Continuación

28. <i>Yo soy perfecto(a).</i>	1,29	1	1	0,71
29. <i>Me alegro cuando otros fracasan en sus intentos.</i>	1,31	1	1	0,60
30. <i>Me gustaría cambiar mi apariencia física.</i>	2,52	2	2	1,04
31. <i>Evito nuevas experiencias.</i>	1,76	2	1	0,82
32. <i>Realmente soy tímido(a).</i>	2,55	3	3	1,13
33. <i>Acepto los retos sin pensarlo.</i>	2,19	2	2	0,83
34. <i>Encuentro excusas para no aceptar los cambios.</i>	2,07	2	2	0,84
35. <i>Siento que los demás dependen de mí.</i>	1,50	1	1	0,67
36. <i>Los demás cometen muchos más errores que yo.</i>	1,43	1	1	0,63
37. <i>Me considero sumamente agresivo(a).</i>	1,33	1	1	0,61
38. <i>Me aterran los cambios.</i>	2,24	2	2	0,91
39. <i>Me encanta la aventura.</i>	2,76	3	2	1,01
40. <i>Me alegro cuando otros alcanzan el éxito en sus intentos.</i>	3,43	3,5	4	0,63

Las mayores puntuaciones medias obtenidas en la Escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas, corresponden a los ítems 40 y 12; el primero guarda relación con felicidad por el éxito de los demás; el segundo, con el reconocimiento y la corrección de errores.

Ítem 40: Me alegro cuando otros alcanzan el éxito en sus intentos.

Ítem 12: Es de sabios rectificar.

El ítem con menor puntuación en la media es el 2, que guarda relación con la mejora de las capacidades personales.

Ítem 28: Yo soy perfecto(a).

En las tablas 4, 5, 6 y 7 se observan el número y el porcentaje de discentes en cada uno de los niveles de puntuación de la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003).

Tabla 4. Nivel de puntuación entre los 40 y 73 puntos

DE 40 A 73 PUNTOS

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Alumnas</i>	0	-
<i>Alumnos</i>	1	8,33%
<i>Total</i>	1	2,38%

El 8,33 % de los alumnos (1 alumno) obtiene una puntuación entre 40 y 73; es decir, un alumno, de un total de 42 discentes (2,38% del alumnado), tiene una autoestima baja (negativa). Ninguna alumna obtiene una puntuación entre 40 y 73 puntos, es decir, ninguna alumna tiene una autoestima baja (negativa).

Tabla 5. Nivel de puntuación entre los 74 y 83 puntos

DE 74 A 83 PUNTOS

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Alumnas</i>	9	30%
<i>Alumnos</i>	2	16,66%
<i>Total</i>	11	26,2%

El 30 % de las alumnas (9 alumnas) y el 16,66% de los alumnos (2 alumnos), obtienen una puntuación de entre 74 y 83 puntos; es decir, 9 alumnas y 2 alumnos, de un total de 42 discentes (26,2% del alumnado), tienen una autoestima baja (positiva).

Tabla 6. Nivel de puntuación entre los 84 y103 puntos

DE 84 A 103 PUNTOS

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Alumnas</i>	21	70%
<i>Alumnos</i>	8	66,66%
<i>Total</i>	29	69,04%

El 70 % son alumnas (21 alumnas) y el 66,66 % de los alumnos (8 alumnos) obtienen una puntuación de 84 A 103 puntos; es decir, 21 alumnas y 8 alumnos, de un total de 29 discentes (69,04% del alumnado), tienen una autoestima alta (positiva).

Tabla 7. Nivel de puntuación entre los 104 y160 puntos

DE 104 A 160 PUNTOS

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Alumnas</i>	0	-
<i>Alumnos</i>	1	8,33%
<i>Total</i>	1	2,38%

El 8,33% de los alumnos (1 alumno) obtiene una puntuación de 104 a 160 puntos; es decir, solo 1 alumno, de un total de 42 discentes (2,38% del total), tiene una autoestima alta (positiva). Ninguna alumna obtiene una puntuación entre 104 y 160 puntos, es decir, ninguna alumna tiene una autoestima alta (positiva).

En la tabla 8 se muestra el número y porcentaje total de alumnos y alumnas en cada uno de los niveles de puntuación de la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003). Como se observa, de forma global, el porcentaje más elevado corresponde al intervalo

de puntuación de 84 a 103 (70% el caso de las alumnas y el 66,66% en el de los alumnos), seguido del intervalo de 70 a 83 (30% el caso de las alumnas y el 16,66% en el de los alumnos), el intervalo 104 a 160 (0% el caso de las alumnas y el 8,33% en el de los alumnos) y el intervalo 40 a 73 (0% el caso de las alumnas y el 8,11% en el de los alumnos)

Tabla 8. Número y porcentaje total de alumnos y alumnas en cada uno de los niveles de puntuación de la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas.

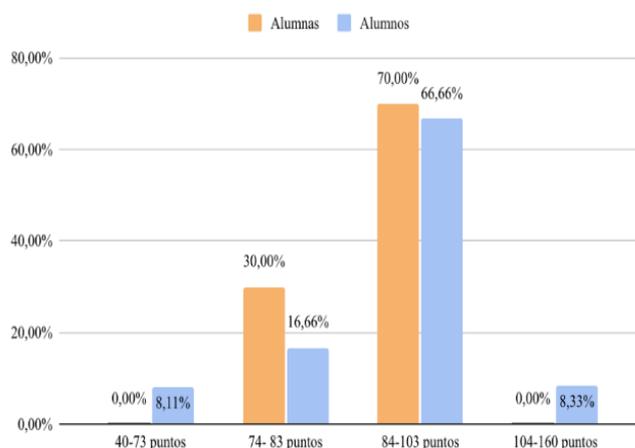
NIVELES DE PUNTUACIÓN SEGÚN LA PUNTUACIÓN OBTENIDA

PUNTUACIÓN	Alumnas		Alumnos	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
40-73 puntos	-	-	1	8,11%
74-83 puntos	9	30%	2	16,66%
84-103 puntos	21	70%	8	66,66%
104-160 puntos	-	-	1	8,33%
TOTAL	30	100%	12	100%

Podemos observar que hay un porcentaje mayor de alumnos (8,1%) con respecto a alumnas (0%) en el nivel de puntuación de 40 a 73 puntos (solo 1 alumno, de los 12 que conforman la muestra, tiene una autoestima baja (negativa); ninguna alumna tiene este tipo de autoestima). En relación a la puntuación de 74 a 83 puntos, el porcentaje de alumnas es del 30 %, casi el doble que el de los alumnos que es del 16,66% [9 alumnas y 2 alumnos tienen una autoestima baja (positiva)]. En cuanto a la puntuación de 84 a 103 puntos, el porcentaje es mayor en el caso de las alumnas (70%) que en el de los alumnos (16,66%) [21 alumnas y 8 alumnos tienen una autoestima alta (positiva)]. Finalmente, en el nivel de puntuación de 104 a 160 puntos, el porcentaje de alumnas es del 0 % y el de los alumnos del 8,33% (solo 1 alumno, de los 12 que conforman la muestra, tiene una autoestima alta (negativa); ninguna alumna tiene este tipo de autoestima).

En la figura 2 se observa el porcentaje total de alumnas y alumnos en cada uno de los niveles de puntuación de la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas.

Figura 2. Distribución porcentual según la puntuación obtenida por las alumnas y alumnos en la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas.



En la tabla 9 se muestra el número y porcentaje total de discentes en cada uno de los niveles de puntuación de la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003).

Tabla 9. Número y porcentaje total de discentes en cada uno de los niveles de puntuación de la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas.

NIVELES DE PUNTUACIÓN SEGÚN LA PUNTUACIÓN OBTENIDA

PUNTUACIÓN	Frecuencia	Porcentaje
40-73 puntos	1	2,38%
74-83 puntos	11	26,2%
84-103 puntos	29	69,04%
104-160 puntos	1	2,38%
TOTAL	42	100%

El 2,38% (1 discente) se encuentra en el rango de 40 a 73 puntos, es decir, presenta una autoestima baja (negativa). El 26,2% (11 discentes) se encuentran en el rango de 74 a 83 puntos, es decir, presentan una autoestima baja (positiva). El 69,04% (29 discentes) se encuentra en el rango de 84 a 103 puntos, es decir, presentan una autoestima alta (positiva). Finalmente, el 2,38% (1 discente) se encuentra en el rango de 104 a 160, es decir, presenta una autoestima alta (negativa).

En la tabla 10 se presentan la media, la mediana, la moda y la desviación típica del nivel de autoestima de la muestra total.

Tabla 10. Mediana, media, moda y desviación típica según el nivel de autoestima

Media	Mediana	Moda	Desviación típica
86,45	86,5	86	6,57

Como se observa en la tabla anterior, la puntuación media total en la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas es de 86,45, lo que indica que la mayor parte de los discentes tienen una autoestima alta (positiva), es decir, tienen una confianza razonable en su capacidad para resolver problemas, tienden a ser más abiertos en sus relaciones con los demás, generalmente disfrutan de actividades como trabajar, jugar o estar con los amigos/as y respetan las normas y reglas impuestas en el hogar y en la sociedad en general.

9. CONCLUSIONES

La puntuación media total en la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas es de 86,45. Este dato nos permite llegar a la conclusión de que la mayoría de los discentes presentan una autoestima alta (positiva).

Esta conclusión también se confirma cuando vemos el porcentaje total de discentes en cada uno de los niveles de puntuación de la escala de Autoestima-Autoexamen de Cirilo Toro Vargas. El 2,37% de los discentes presenta una autoestima baja (negativa), el 2,38% una autoestima alta (negativa), el 26,2% una autoestima baja (positiva) y el 69,04% una autoestima alta (positiva).

10. BIBLIOGRAFÍA

- Branden, N. (2022). *Los seis pilares de la autoestima. El libro definitivo sobre la autoestima por el más importante especialista en la materia*. Paidós.
- De-Besa, M. y Gil-Flores, J. (2018). Apoyo Social y Autoestima en el alumnado universitario. *Implicaciones para la calidad del Aprendizaje*. <https://idus.us.es/handle/11441/80715>
- Gámez-Medina, M. E., Guzmán-Facundo, F. R., Ahumada-Cortez, J. G., Alonso-Castillo, M.^a M. y da Silva, E. C. (2017). Autoestima y consumo de alcohol en adolescentes escolarizados. *Nure Investigación*, 14 (88), 1-9.
- Giménez, M. P. (2008). Educar los sentimientos. En A. Torres (Coordra.). *La tutoría en la Educación Secundaria* (pp. 55-67). Servicio de Publicaciones y Estadística.
- González-Vázquez, B. (2019). ¿Cómo mejorar el aprendizaje? Influencia de la autoestima en el aprendizaje del estudiante universitario. *Revista Complutense de Educación*, 30 (3), 781-795. <https://doi.org/10.5209/rced.58899>
- Hernández, J. (24-05-2022). Cuatro factores de la autoestima que permiten un constante aprendizaje. <https://porquequieroestarbien.com/bienestar-emocional/fortalecer-la-mente/cuatro-factores-de-la-autoestima-que-permiten-un-constante>
- Hernández, V. (2017). Las competencias emocionales del docente y su desempeño profesional. *Alternativas en Psicología*, 37, 79-92.
- López, M^a. E. y González, M^a. F. (2006). *Autoestima e inteligencia emocional en los niños. Claves para fortalecer su autoconcepto y sus relaciones*. Ediciones Gamma.
- Massenzana, F. (2017). Autoconcepto y autoestima: ¿sinónimos o constructos complementarios? *Revista de Investigación en Psicología Social*, 3 (1), 39-52.

- Moll, S. (23/10/2016). 10 Efectivas acciones para potenciar la autoestima de tus alumnos. <https://justificaturespuesta.com/acciones-potenciar-autoestima-alumnos/>
- Navarro, M. (2009). Autoconocimiento y autoestima. *Temas para la Educación*, 5, 1-9.
- Panesso, K. y Arango, M.^a J. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista Electrónica Psyconex*, 9 (14), 1-9. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507/20785325>
- Peñaherrera, M., Cachón, J. y Ortiz, A. (2014). La autoestima profesional docente y su implicación en el aula. *Magister*, 26, 52-58.
- Ramos, G. (2003). Valores y autoestima. Conociéndose a sí mismo en un mundo de otros. En J. F. Juárez (Coord.). *Segundas Jornadas de Educación en Valores: las instituciones educativas y la formación del ciudadano* (pp. 25-42). Universidad Católica Andrés Bello.
- Roa, A. (2013). *La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia*. *EDETANIA* 44, 241-257.
- Sesento, L. & Lucio, R. (2019). Estudio sobre autoestima de estudiantes de nivel superior. *Revista de Gestión Universitaria*, 3 (9), 15-20. DOI: 10.35429/JUM.2019.9.3.15.20
- Silvestre, J. (2008). *Una Guía para la Prevención: Insatisfacción Corporal y Trastornos de la Conducta Alimentaria. Campaña de Sensibilización ante los Trastornos de la Conducta Alimentaria: "Vales más de lo que Pesas"*. Consejo de la Juventud de Extremadura. <https://www.cjex.org/wp-content/uploads/2016/11/Guia-Anorexia-y-Bulimia.pdf>
- Toro, C. (2016). *Prueba de autoestima originalmente en español y traducida a otros cinco idiomas*. Pontificia Universidad Católica de Puerto Rico.
- Torres-Zapata, A. E., Torres-Zapata, A., Acuña-Lara, J. P., Moguel-Ceballos, J. E., & Brito-Cruz, T. J. (2023). Burnout, estrés y autoestima sobre el rendimiento

académico en universitarios del área de la salud. *Revista Transdisciplinaria de Estudios Sociales y Tecnológicos*, 3 (1), 47-60.

Vega, M. A. (2018). Autoestima y Rendimiento Académico en Estudiantes del Programa de Inducción a la Vida Universitaria. In J. C. Tovar-Gálvez (Ed.). *Trends and challenges in Higher Education in Latin America* (pp. 216-224). Eindhoven, NL: Adaya Press.

11. ANEXOS.

11.1. Escala de autoestima-autoexamen de Cirilo Toro Vargas (2003).

Cuestionario de autoestima

Edad:

Género: HOMBRE / MUJER

La autoestima es nuestra autoimagen, o sea, cómo nos sentimos sobre nosotros mismos. La misma se compone de pensamientos y sentimientos sobre cómo somos y actuamos. Mientras más positivos seamos, mayor será nuestra autoestima. Mientras más negativos nos mantengamos, menor será la misma.

A partir de una evaluación personal lo más objetiva posible indique con una marca de cotejo en la columna provista a la derecha el número aplicable a su respuesta de acuerdo con la siguiente escala:

4. Siempre	3 Casi Siempre	2 Algunas Veces	1 Nunca		
				4	3
				2	1
1. Me siento alegre.					
2. Me siento incómodo con la gente que no conozco.					
3. Me siento dependiente de otros.					
4. Los retos representan una amenaza a mi persona.					
5. Me siento triste.					
6. Me siento cómodo con la gente que no conozco.					
7. Cuando las cosas salen mal es mi culpa.					
8. Siento que soy agradable a los demás.					
9. Es bueno cometer errores.					
10. Si las cosas salen bien se deben a mis esfuerzos.					
11. Resulto desagradable a los demás.					
12. Es de sabios rectificar.					
13. Me siento el ser menos importante del mundo.					
14. Hacer lo que los demás quieren es necesario para sentirme aceptado.					
15. Me siento el ser más importante del mundo.					
16. Todo me sale mal.					
17. Siento que el mundo entero se ríe de mí.					

18. Acepto de buen grado la crítica constructiva.				
19. Yo me río del mundo entero.				
20. A mí todo me resbala.				
21. Me siento contento(a) con mi estatura.				
22. Todo me sale bien.				
23. Puedo hablar abiertamente de mis sentimientos.				
24. Siento que mi estatura no es la correcta.				
25. Sólo acepto las alabanzas que me hagan.				
26. Me divierte reírme de mis errores.				
27. Mis sentimientos me los reservo exclusivamente para mí.				
28. Yo soy perfecto(a).				
29. Me alegro cuando otros fracasan en sus intentos.				
30. Me gustaría cambiar mi apariencia física.				
31. Evito nuevas experiencias.				
32. Realmente soy tímido(a).				
33. Acepto los retos sin pensarlo.				
34. Encuentro excusas para no aceptar los cambios.				
35. Siento que los demás dependen de mí.				
36. Los demás cometen muchos más errores que yo.				
37. Me considero sumamente agresivo(a).				
38. Me aterran los cambios.				
39. Me encanta la aventura.				
40. Me alegro cuando otros alcanzan el éxito en sus intentos.				
TOTALES DE CADA COLUMNA				
TOTAL				